



T.C.
Hitit Üniversitesi
Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

YETİŞTİRME YURTLARINDA ve SEVGİ EVLERİNDE YAŞAYAN
FARKLI FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNE SAHİP
ÇOCUKLARIN BAZI PSİKOLOJİK PARAMETRELERİNİN
İNCELENMESİ
(AMASYA-ÇORUM ÖRNEĞİ)

Emrah CERİT

Doktora Tezi

Çorum 2018

**YETİŞTİRME YURTLARINDA ve SEVGİ EVLERİNDE YAŞAYAN
FARKLI FİZİKSEL AKTİVİTE DÜZEYLERİNE SAHİP
ÇOCUKLARIN BAZI PSİKOLOJİK PARAMETRELERİNİN
İNCELENMESİ
(AMASYA-ÇORUM ÖRNEĞİ)**

Emrah CERİT

**Hitit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı**

Doktora Tezi

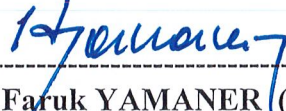
**Tez Danışmanı
Prof. Dr. Faruk YAMANER**

Çorum 2018

KABUL VE ONAY

Emrah CERİT tarafından hazırlanan “Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Farklı Fiziksel Aktivite Düzeylerine Sahip Çocukların Bazı Psikolojik Parametrelerinin İncelenmesi (Amasya-Çorum Örneği)” başlıklı bu çalışma, 19.01.2018 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak yüksek lisans/ doktora/ sanatta yeterlilik tezi olarak kabul edilmiştir.

İmza



Prof. Dr. Faruk YAMANER (Başkan-Danışman)

İmza



Prof. Dr. Osman İMAMOĞLU

İmza



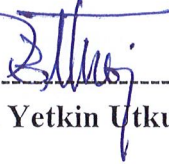
Prof. Dr. Recep KURKÇU

İmza



Doç. Dr. Erkan DEMİRKAN

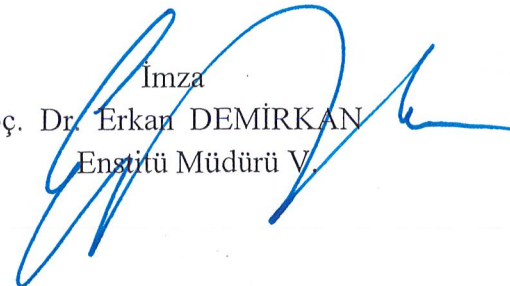
İmza



Yrd. Doç. Dr. Yetkin Utku KAMUK

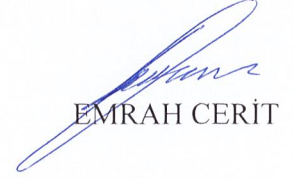
Yukarıdaki imzaların adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylarım.

İmza
Doç. Dr. Erkan DEMİRKAN
Enstitü Müdürü V.



T.C.
HİTİT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Bu belge ile, bu tezdeki bütün bilgilerin akademik kurallara ve etik davranış ilkelerine uygun olarak toplanıp sunulduğunu beyan ederim. Bu kural ve ilkelerin gereği olarak, çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce ve sonuçları andığımı ve kaynağını gösterdiğimi ayrıca beyan ederim. (08/01/2018)


EMRAH CERİT

ÖZET

CERİT Emrah. “Yetiştirme Yurtlarında ve Sevgi Evlerinde Yaşayan Farklı Fiziksel Aktivite Düzeylerine Sahip Çocukların Bazı Psikolojik Parametrelerinin İncelenmesi (Amasya- Çorum Örneği)” Doktora Tezi, ÇORUM, 2018.

Bu çalışma Amasya ve Çorum Yetiştirme yurtlarında ve Sevgi Evlerinde kalan 14-17 yaşlarındaki kız ve erkek çocukların farklı fiziksel aktivitelere katılım düzeyleri, saldırganlık tutumları ve yalnızlık gibi durumları arasındaki farklılıkların belirlenmesi amacı ile yapılmıştır. Çocukların, gençlerin ve yetiştirme yurtlarında kalan çocukların psikolojik ölçüm değerleri ile ilgili çeşitli araştırmalar yapılmış olmasına karşın, ülkemizde 14-17 yaş arası yetiştirme yurtlarında ve sevgi evlerinde kalan çocukların fiziksel aktivite düzeylerinin bazı psikolojik parametrelerini irdeleyen araştırmaya çok az sayıda rastlanmıştır. Bu nedenle, farklı fiziksel aktivite düzeylerine sahip çocukların psikolojik parametrelerinin incelenmesi açısından önemlidir.

Çalışma yöntemi olarak Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı Amasya İl Müdürlüğü'ne bağlı Amasya erkek-kız yetiştirme yurtlarında ve sevgi evlerinde kalan 95 erkek, 85 kız ve Çorum İl Müdürlüğü'ne bağlı erkek-kız yetiştirme yurtlarında, sevgi evlerindeki 78 erkek, 64 kız olmak üzere toplam 322 çocuğa ulaşılmıştır. Çocuklara kişisel bilgi formu, atılgan saldırganlık, saldırganlık ve yalnızlık envanterleri uygulanmıştır. Araştırmanın istatistiksel çözümlenmesi SPSS 20 programına göre değerlendirilmiştir. Farklı fiziksel aktivite düzeyleri ve spor yapma sıklığına yönelik veriler kişisel bilgi formundaki sorulardan çıkarımsal olarak elde edilmiştir. Bu nedenle herhangi bir fiziksel aktivite uygulaması yapılmamıştır. Verilerin analizine göre farklı yaş grupları arasında yalnızlık, atılgan saldırganlık düzeyleri açısından anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0.05$). Yaş arttıkça atılgan saldırganlıkta artış görülürken yalnızlık düzeylerinde ise azalma görülmektedir. Haftada 3 gün ve üzeri fiziksel aktivite yapanların, yapmayanlara göre atılgan saldırganlık puanları yüksek iken yalnızlık puanları ise düşük olduğu söylenebilir. Sonuç olarak fiziksel aktivitenin olumlu etkilerinin yanı sıra yetiştirme yurdundaki ve sevgi evlerindeki çocukların duygusal gelişimlerine de olumlu katkı yapacağı bilinmesi daha da iyisi kişilerin bunu yaşam tarzı olarak benimsemelerinin sağlanması etkili olacaktır.

Anahtar Sözcükler: Fiziksel Aktivite, Yetiştirme Yurtları, Atılgan saldırganlık, Saldırganlık, Yalnızlık.

ABSTRACT

An Investigation of Some Psychological Parameters of Children with Different Levels of Physical Activity Living in Orphanage (Amasya, Çorum example), PhD Thesis, Çorum, 2018.

This study was carried out to investigate the socio-demographic characteristics (age, gender, education status), family characteristics (whether parents are alive or not), level of participation in physical activity and harmful habits (smoking) of the boys and girls participating in physical activity between the ages of 14-17 in Amasya and Çorum Orphanage. Although there have been various studies on the psychological measurement values of children, young people and children living in orphanages, sufficient level of research about the psychological factors that play a role in the participation in different levels of physical activity of 14-17 year-old (boys and girls) children in the orphanages in Turkey. For this reason, the aim of the research is to shed light on the participation of children in different physical activities. In addition, it provides important contributions to academicians who want to work in this regard in terms of literature.

In this regard, 95 male and 85 female students from Amasya male-female nursing homes and love homes affiliated to the Amasya Provincial Directorate of Family and Social Policy, 78 male and 64 female students from Çorum Provincial Directorate's male-female nursing homes and love houses and total of 322 children have been reached. Personal information form, assertiveness, aggression and loneliness inventories were applied. All statistical analyzes of the study were evaluated using the SPSS 20 package program. In addition, different physical activity levels of subjects were obtained inferred from the questions on the personal information form. For this reason, no physical activity was applied.

Key Words: Physical Activity, Orphanage, Assertiveness, Aggression, Loneliness.

İÇİNDEKİLER

ÖZET	i
ABSTRACT.....	ii
İÇİNDEKİLER	i
TABLolar LİSTESİ.....	iv
ŞEKİLLER LİSTESİ	vi
KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ	vii
ÖNSÖZ	viii
1-GİRİŞ	1
2-LİTERATÜR BİLGİ	3
2.1. KORUMAYA MUHTAÇ ÇOCUKLARA BAKIM HİZMETLERİ	3
2.1.1. Kurum Bakımı	3
2.1.2 Kurumda Bulunan Personelin Görev ve Yetkileri.....	5
2.1.3 Korunmaya Muhtaç Çocuk.....	8
2.1.4. Korumaya Muhtaç Çocuklara Yönelik Bakım Hizmetleri	9
2.1.4.1. Sosyal Hizmetler Çocuk Esirgeme Kurumu.....	9
2.1.4.2. Yetiştirme Yurtları.....	11
2.1.4.3. Sevgi Evleri.....	12
2.1.5. Yuva Bakımının Çocuk Sağlığına Etkisi	13
2.1.6. Korunmaya Muhtaç Çocukların Davranış Sorunları	15
2.1.7. Sevgi Evleri ve Yetiştirme Yurtları Arasındaki Farklılıklar.....	15
2.2. FİZİKSEL AKTİVİTE VE ADOLESAN DÖNEM	18
2.2.1. Fiziksel Aktivite Kavramı.....	18
2.2.1.1. Fiziksel Aktivite ve Sağlık.....	21
2.2.1.2. Düzenli Fiziksel Aktivitenin Önemi	21
2.2.1.3. Fiziksel Egzersizlerin Sağlığa Etkisi	22
2.2.2. Adolesan Dönem.....	25
2.2.2.1. Adolesan Dönemin Özellikleri	25
2.2.2.2. Adolesan Dönemde Gelişim	26
2.2.2.3. Adolesan Dönemde Fiziksel Aktivitenin Önemi	27
2.3. ÇOCUK, SPOR VE SOSYAL AKTİVİTE	28
2.3.1. Sporun Çocuk Gelişimine Etkisi.....	28
2.3.2. Çocuklarda Fiziksel Uygunluk	29
2.3.3. Fiziksel Uygunluk ve Sağlık.....	29
2.3.4. Sosyal Aktivite.....	30
2.3.4.1. Sosyal Aktivite ve Serbest Zaman Gereksinimleri	31
2.3.4.2. Sosyal Aktivitenin Ergen Gelişimi Üzerine Etkisi	32

2.4. ATILGANLIK	33
2.4.1. Atılganlık Tanımı.....	33
2.4.2. Atılgan Birey Davranışları.....	34
2.4.3. Çekingenlik Kavramı.....	35
2.4.4. Çekingen Birey Davranışları	36
2.4.5. Atılgan Davranışın Öğeleri	37
2.4.5.1. Sözel Öğeler.....	37
2.4.5.2. Sözel Olmayan Öğeler	38
2.4.6. Atılgan Davranışı Etkileyen Faktörler	39
2.4.7. Atılganlık Eğitimi	39
2.5. SALDIRGANLIK.....	40
2.5.1. Saldırganlık Tanımı	40
2.5.1.1. Biyolojik Kuram	41
2.5.1.2. İçgüdü Kuramı	41
2.5.1.3. Engelleme-Saldırganlık Kuramı	42
2.5.1.4. Öğrenme Kuramı	43
2.5.1.5. Bilişsel Kuramlar	44
2.5.2. Saldırganlık Çeşitleri	44
2.5.3. Saldırganlığın Nedenleri	46
2.5.4. Ergenlikte Saldırganlık	47
2.6. YALNIZLIK	49
2.6.1. Yalnızlık Tanımı	49
2.6.2. Yalnızlığın Nedenleri.....	50
2.6.3. Yalnızlığın Boyutları	51
2.6.3.1. Derin Yalnızlık	51
2.6.3.2. Sosyal Durum Yalnızlığı	51
2.6.3.3. Duygusal Yalnızlık	52
2.6.3.4. Gizli Yalnızlık.....	52
2.6.3.5. Triad Yalnızlık.....	52
2.6.4. Yalnızlık Kuramları	53
2.6.5. Yalnızlıkla İlgili Değişkenler.....	54
2.6.5.1. Yalnızlık ve Yaş.....	54
2.6.5.2. Yalnızlık ve Cinsiyet	54
2.6.5.3. Kişisel Özellikler ve Yalnızlık.....	54
2.6.5.4. Aile İlişkileri ve Yalnızlık	55
2.6.6. Ergenlik Döneminde Yalnızlık	55
2.6.7. Yalnızlıkla Başa Çıkma	56

2.7. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	57
7.1. Fiziksel Aktivite ile İlgili Yapılan Araştırmalar	57
7.2. Atılganlık ile İlgili Yapılan Araştırmalar	59
7.3. Saldırganlık ile İlgili Yapılan Araştırmalar	61
7.4. Yalnızlık ile İlgili Yapılan Araştırmalar	65
3. YÖNTEM	68
3.1. Araştırmanın Amacı	68
3.2. Araştırmanın Önemi	68
3.3. Evren ve Örneklem	68
3.4. Sayıtlar	69
3.5. Kapsam ve Sınırlılıklar	69
3.6. Veri Toplama Teknikleri ve Anketler	70
3.7. Ölçeklerin Uygulanması	74
3.8. Verilerin Analizi	74
4. BULGULAR	76
4.1. Analizler	82
5. TARTIŞMA	93
6. SONUÇ	101
7. ÖNERİLER	103
8. KAYNAKLAR	104
9. EKLER	121
Ek 1: Anket Formu	121
Ek 2: İzin Yazısı	125

TABLULAR LİSTESİ

Tablo 4.1: Kolmogorov Simirnov normallik testi	75
Tablo 4.1: Araştırma grubunun illere göre tanımlayıcı istatistikleri	76
Tablo 4.2: Araştırma grubunun illere ve barınma yerlerine göre tanımlayıcı istatistikleri	76
Tablo 4.3: Araştırma grubunun illere, barınma yerlerine ve cinsiyetlerine göre tanımlayıcı istatistikleri	77
Tablo 4.4: Araştırma grubunun illere göre kişisel bilgileri	78
Tablo 4.5: Araştırma grubunun illere ve cinsiyetlere göre kişisel bilgileri	79
Tablo 4.6: Araştırma grubunun ölçeklere göre tanımlayıcı istatistikleri	81
Tablo 4.7: Araştırma grubuna uygulanan ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyi	82
Tablo 4.8: Araştırma grubunun yaşa göre ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyleri	83
Tablo 4.9: Araştırma grubunun yaşa göre edilgen saldırganlık puanları arasındaki ilişki düzeyleri	84
Tablo 4.10: Araştırma grubunun yaşa göre edilgen saldırganlık puanları arasındaki ilişki düzeyleri	84
Tablo 4.11: Araştırma grubunun ölçek puanları ile egzersiz yapma sıklığı arasındaki ilişki düzeyleri	85
Tablo 4.12: Araştırma grubunun egzersiz yapma sıklığına göre ölçek puanları ile ilişki düzeyleri	86
Tablo 4.13: Araştırma grubunun egzersiz yapma sıklığına göre ölçek puanları ile ilişki düzeyleri	87

Tablo 4.14: Araştırma grubunun egzersiz yapma sıklığına göre ölçek puanları ile ilişki düzeyleri	87
Tablo 4.15: Araştırma grubunun düzenli olarak katıldığı sportif faaliyet dalı ile ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyleri.....	88
Tablo 4.16: Araştırma grubunun düzenli olarak katıldığı sportif faaliyet dalı ile edilgen saldırganlık puanı arasındaki ilişki düzeyleri	88
Tablo 4.17: Araştırma grubunun Yetiştirme Yurtları ve Sevgi Evlerindeki Kalma Durumlarının Ölçek Puanları Arasındaki İlişki Düzeyi.....	90
Tablo 4.18: Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumunun İncelenmesi	90
Tablo 4.19: Araştırma grubunun Kız Sevgi Evleriyle Yetiştirme Yurtlarının ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyi.....	90
Tablo 4.20: Araştırma grubunun Erkek Sevgi Evleriyle Yetiştirme Yurtlarının ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyi.....	90

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 6.1: Yalnızlığın Algılanan Nedenleri.....	51
Şekil 6.2: Ergenlik Yalnızlığının Kuramsal Modeli	56



KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ

ABD	: Amerika Birleşik Devletleri
BMÇHS	: Birleşmiş Milletler Çocuk Hakları Sözleşmesi
FAD	: Fiziksel Aktivite Düzeyi
İHEB	: İnsan Hakları Evrensel Bildirgesi
SHÇEK	: Sosyal Hizmetler Çocuk Esirgeme Kurumu
T.C.	: Türkiye Cumhuriyeti
TMK	: Türk Medeni Kanunu
TÜİK	: Türkiye İstatistik Kurumu
UNFPA	: Birleşmiş Milletler Nüfus Fonu
UNICEF	: Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu
WHO	: Dünya sağlık örgütü

ÖNSÖZ

Günümüz dünyasında fiziksel aktivite, kitleleri kendisine bağlayan ve dolayısıyla büyük bir kitlesel ilgiye ulaşmış çok ciddi bir faaliyet alanı haline gelmiştir. Bu nedenle toplumların ve insanların yaşamının pek çok yanını ilgilendiren çok fonksiyonlu bir olgu olarak büyük bir sosyal öneme sahiptir. Fiziksel aktivite sırasında geliştirilen yetenekler sadece birey için değerli olmayıp aynı zamanda bireyin bir parçası olduğu ve hayatını da etkilediği için toplum açısından da önemlidir. Yetiştirme yurtlarındaki çocuklarda fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırılması için öncelikle bu çocukların fiziksel aktivite alışkanlıklarının belirlenmesi gerekmektedir.

Tez çalışmamın planlanmasında, araştırılmasında, yürütülmesinde ve oluşumunda ilgi ve desteğini esirgemeyen, engin bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım, çalışmamı bilimsel temeller ışığında şekillendiren, danışman hocam; Prof.Dr. Faruk YAMANER'e, çalışmamın planlanmasında ve istatistiksel yorumunda, bilgi ve tecrübesi ile büyük katkılar sağlayan değerli zamanlarını esirgemeyerek bana her fırsatta yardımcı olan değerli hocalarım Yrd. Doç. Dr. Yetkin Utku KAMUK'a ve Yrd Doç. Dr. Abdullah GÜLLÜ' ye, çalışmalarım esnasında her konuda bana yardımcı olan Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi akademik ve idari personeline, teşekkürlerimi sunuyorum.

Hayatımın her evresinde gösterdiği büyük sabır ve özveri ile daima yanımda olup bana destek veren hayat arkadaşım sevgili Fadime CERİT'e, Tüm şirinliğiyle bu zorlu süreçte her daim yüzümü güldüren, baktığımda bütün gerginliğimi, stresimi bir kenara bıraktırmayı başaran Boncuk gözlü kızım İNCİ' me ve bugünlere gelmemde hiçbir zaman haklarını ödeyemeyeceğim manevi desteklerini üzerimde hissettiğim annem ve babam Türkan CERİT ve Bülent CERİT'e sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

1.GİRİŞ

İnsanın canlılık görüntüsü olan hareket, ilkel zamanlarda zorunlu yaşama faaliyetleri şeklinde görülür. Eski çağlarda vücut hareketleri insanın yaşama ve geçim kaygısına bağlı olarak doğa ile uğraşması yada avlanması gibi faaliyetlerle sınırlı kalmıştır. Eski devirde amaçsız gibi görünen hareketler, zamanla bilinç ve amaca yönelik hareketler haline almıştır. Bu da harekete, vücut eğitici bir değer ve nitelik kazandırmıştır (Yamaner, 2001:3).

Canlılar içinde en üstün özelliklere sahip insan, toplumsal bir varlıktır. Her toplum, geleceği olan çocuklarının iyi ve sağlıklı yetişebilmesi için uygun aile, çevre ve toplum koşullarının olmasını öngörür. Çocuğun sağlıklı gelişimi için en önemli kurum aile ve ailenin güven içinde yaşadığı evdir. Ancak toplumda ortaya çıkan sosyal sorunlardan dolayı bazı çocuklar evinde, ailesi yanında yaşama hakkından mahrum kalabilmekte, literatürde tanımlanan şekliyle korunmaya muhtaç çocuk durumuna gelebilmektedir. Ailelerin ya da çocukların bakımından sorumlu olan kişi veya kişilerin görevlerini yerine getirmediği durumlarda, sosyal hizmet sunmak üzere kamu kurumları devreye girmektedir.(Başer,2013:1) Çocukların korunmasını sağlayan bu kurumların başında Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı gelmektedir. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı sosyal hizmet ve yardım uygulamalarıyla korunmasız hale gelen “korunmaya muhtaç çocuklara” koruma sağlamaya çalışır. Bu koruma bazen aile destek hizmetleriyle çocukların ailelerinin yanında kalması sağlanarak, bazen koruyucu aile ve evlat edindirme yöntemleri kullanılarak bazen de çocukları kurum bakımına alarak çocuk yuvaları, yetiştirme yurtları veya yeni bir bakım ve koruma yöntemi olan çocuk evlerinde bakım ve koruma hizmeti verilerek gerçekleştirilir.(SHÇEK, 2010)

Toplum, değişik grupları ve kültür öğelerini içerisinde barındıran sistem ve ilişkiler ağıdır. Dolayısıyla toplum içerisinde hem bireysel farklılıklar hem de farklı düşünceler mevcuttur. Ancak toplum, bu farklılıklara rağmen varlığını sürdürmek ve amaçlarını gerçekleştirmek zorundadır. Toplumumuzun yararı ve mutluluğu adına yapılan bir girişimin öncelikle ilgili insanlarca doğru anlaşılıp algılanması gerekmektedir. Her şeyden önce bir faaliyetin neden yapıldığı ve yapılması gerektiği kısa ve uzun sürede kimler için ve hangi yararları sağlayacağını anahtar rolü oynamaktadır.

Fiziksel aktivite kavramı ile birlikte ilk akla gelen amacına yönelik olarak yapılan ve bireysel ya da grup halinde gerçekleştirilen etkinliklerdir. Bununla birlikte, yarışma amacına yönelmeden, yalnızca bir hobi olarak spor yapan çok geniş kitle olduğunu da bilmek gerekir. Bu tür etkinliklerde kazanmak veya kaybetmek endişesi olmadığından, insanlar çok daha rahat ortam içerisinde fiziksel etkinliklerde bulunma olanağına sahip olabilirler. Ayrıca fiziksel etkinliklere katılma zorunluluğu da olmadığından katılımcılar ruhsal yönden kendilerinin son derece rahat hissederler.

Fiziksel aktiviteler içerisinde, sosyalleşmede istenen yönde etkili sonuç vermesi açısından önerilen spor ve fiziksel aktivitenin; beden sağlığı üzerindeki olumlu etkileri ile birlikte, ruh sağlığı açısından da yararları bilinmektedir. Spor aktiviteleri aracılığı ile bireylere; birlikte faaliyet yapabilme özelliği kazandırıldığı, bireylerin kazanma ve kaybetmeyi, kabullenmeyi, paylaşmayı, yardımlaşmayı, başkalarının görüş ve düşüncelerine saygı göstermeyi öğrendikleri kişilerin birlikte çalışmaları sonucunda da sosyal sorumluluk duyguları geliştiği, sosyal sorumluluk duygusunun gelişmesi sonucu da toplumda sosyalleşme sürecinin sağlandığı belirtilmiştir (Muhammet ve Uzuner, 2014: 110).

Yukarıda belirtilen nedenlerden dolayı, yapılan çalışma Amasya ve Çorum Yetiştirme yurtlarında ve Sevgi Evlerinde kalan 14-17 yaşlarındaki kız ve erkek çocukların farklı fiziksel aktivitelerle katılım düzeyleri, saldırganlık davranışları ve yalnızlık gibi durumların arasındaki farklılıkların belirlenmesi amacı ile yapılmıştır.

2.LİTERATÜR BİLGİ

2.1. KORUMAYA MUHTAÇ ÇOCUKLARA BAKIM HİZMETLERİ

2.1.1.KURUM BAKIMI

Tanım olarak kurum bakımı; anne babanın sahip olduğu bireye karşı görev ve sorumluluklarını çeşitli nedenlerden ötürü işlevini kaybederek bakmakla yükümlü olduğu çocuk ya da çocuklarına bakamaması durumunda devreye giren yetim, ihtiyaç sahibi çocukların gözetim altına alınması için verilen tüm bakım hizmetlerini kapsayan kurumlar olarak adlandırılabilir. Diğer bir ifade ile Kurum bakımı; bir ailesinin olmadığı veya ailenin gereksinimleri karşılayamadığı hususlarda kimsesiz ve korunmaya muhtaç çocuklara resmi veya özel kurumlarca geçici veya daimi olarak verilen bakım hizmetin tümüdür. Kurum çatısı altında bulunan çocuklar, kendileriyle herhangi bir kan bağı olmayan aynı konumdaki çocuklarla aynı çatı altında birlikte yaşamakta ve kendileriyle doğrudan bir yakınlığı bulunmayan kişiler tarafından bakıma alınmaktadır (Saraç, 2011: 12).

Kurum bakımı, sosyal hizmet çalışanlarınca belirtilen sosyal değerlendirme neticesinde çocuğun ailesi yanında kalması sorunlu olduğu, aile durumunun feraha ermesi ve revize edilmesi mümkün olmadığı durumlarda uzun süreli bir bakım çeşididir. Aynı zamanda psiko-sosyal gelişimi, sevinci ve refahı için belirli bir süre yakın konumundan uzaklaşması gerekenlerle, ailesinden kopmadıkça problemi halletmeyecek psikoterapiye ve özel eğitime gerek duyan çocuklar kurum tarafından bakım kapsamına dahil edilirler (Aslan, 2007: 22).

Tüm illerde bulunan il sosyal hizmetler müdürlükleri, mahkemeden temin edilen korunma sonucundan sonra çocuğun bir yuvaya yerleştirilmesi faaliyetlerini sağlar. Yerleştirme hususunda çocuğun gelişiminin negatif yönde etkilenmesini önlemek amacıyla 2 önemli konuma dikkat edilmesi gerekmektedir. Bu hususlardan ilki çocuğun ailesinin var olduğu şehirde ki yuvaya götürülmesidir. Ailesinden ayrılarak bir kurumda yaşamaya başlaması çocuk üzerinde negatif etkilere yol açmaktadır. Böylece bu negatif etkileri kurum bakımındaki çocukların aileleri ve yakınlarıyla ilişkisi bir miktar aza indirgenmektedir. Bu sebeple çocuğun ailesinin bulunduğu lokasyondaki

yuvalara götürülmesine hassasiyet gösterilmesi gerekmektedir. İkinci önemli bir husus ise, kardeşler hakkında korunma kararı alınmışsa olabildiğince aynı kuruma yerleştirilmesine özen gösterilmesi dah doğru bir yaklaşım olacaktır. Bu durumda dağınık ailelerden gelen çocukların kişisel gelişimleri için büyük önem taşıyan bu uygulama, aynı zamanda çocukların birbirlerini anlama ve aralarındaki ilişkiyi devam ettirmelerine olanak getirmektedir (Saraç, 2011: 13).

Çocukların aile bireylerinden alınıp yuvada koruma altında oldukları zamanlarda, yaş grupları dikkate alındığında kişilik yapılarını etkileyecek alışkanlıklar kazandıkları dönemdir. Bu dönemde çocuklara sistemli ve tutarlı davranılması büyük önem taşımaktadır. Bu sebeple çocuk yuvalarında olabildiğince uzman personel denetim ve gözetiminde periyodik bir kontrol mekanizması gerekmektedir (Şenocak, 2010: 42).

SHÇEK yasasının alakalı durumlarına göre bir araya getirilen yönetmelikler ile korunmaya muhtaç çocuklara sunulan hizmetin çeşit niteliği ve yürütülmesine dair hususlar, kuruluş ve personelin görev, yetki ve sorumluluklar göstermektedir. Çocuk yuvaları ile yetiştirme yurtları yönetmelikleri ile kurumlarda duruma göre genel müdürlükçe hazırlanacak standart kadrolara uygun sayı ve nitelikte personel istihdam edilmesi sağlanmaya çalışılmaktadır. Profesyonel eğitim görmüş çalışanların kurumlarda (çocuk yuvası ve yetiştirme yurdu) çalışma prensiplerini, çocukların ihtiyaç ve problemlerini kuruma uyum, bakım ve yetiştirmeleri ile ilgilenmek ve çözüm yolları sunmak tartışmak üzere koordinasyon ve değerlendirme kurulu ile sosyal ve eğitim yönü ağır basan durumlar doğurmaktadır (Aslan, 2007: 22).

Kuruluşlarda mesleki hedefleri disiplinli bir biçimde sağlamak üzere, bir sosyal servis kurulur. Servis çalışanları kurumlardaki çocuklarla bire bir ilgili olan kişileri yönlendirme konusunda destek sağlarlar. Çocuğun kuruma kabul edilmesi, burayı sahiplenmesi, kişisel bakım ve yetiştirme ile ilgili alanlarına ait düzenleri yapmak, yetiştirme yurtları ve sevgi evlerindeki barınan kişilerin, birinci dereceden akrabaları ya da diğer akrabalarından herhangi birisine ne kadar süre ile gerekli izinlerin verilebileceğini tespit etmek, akrabaları ve birinci dereceden yakınları hakkında genel inceleme işlemlerinin düzenlenmesini sağlamak, çocukların hertürlü yaşantısı okul düzeni sosyal yaşantısı ile alakalı gerekli belgeleri hazırlamak, eğitim yerleri ile yetiştirme yurtları ve sevgi evleri arasında köprüyü kurmak, Çocukların sosyal olarak

gelişimlerinin sağlanması amacıyla sosyal, kültürel ve sportif etkinlikler düzenlemek ilk etapta sunulan görevler arasında yerini almaktadır (T.C. Resmi Gazete, 07 Ocak 1999, Sayı: 23576).

2.1.2. KURUMDA BULUNAN PERSONELİN GÖREV VE YETKİLERİ

Müdürlerin kontrol görev ve başlıca yetkileri şu şekildedir (Saraç, 2011: 15);

- Kurumun içinde yapılacak hertürlü görevin belirlenen yasalara, tüzüklere, yönetmeliklere göre düzenlenmesinin sağlamak.

- Kurumdaki çocuklara kaliteli şekilde hizmet sunmak amacıyla ihtiyaç duyulan tedbirleri almak, kurumda çalışanların iş taksimi düzenlemesini ve denetimini yapmak

- Korunma kararı bolmayan çocukları il müdürlüklerine doğrudan bildirmek,
- Çalışanın her noktasında çalışma planlarını, iyi bir şekilde koordine etmek planlamasını yapmak, ve uygulatmaya çalışmak,

Müdür yardımcısının yetki ve sorumlulukları ise şu şekildedir (Şenocak, 2010: 32);

- Kurumun işlerinin düzenli olarak yapılmasında üst yetkilisine destek sağlar. Üst yetkilinin olmadığı durumlarda müdürün vekaletini yapar. İki veya İkiden daha çok idareye destek sağlayan var ise bunların arasında iş taksimi sağlanır.

Sosyal hizmet uzmanının yetki ve sorumlulukları aşağıda yer almaktadır. (Saraç, 2011: 15);

- Kuruluşa farklı kanallardan gelmek isteyen çocuğun kabul işlemini sağlamak ve çocuğun öncelikli olarak ön değerlendirme verilerini hazır duruma getirmek, kuruma adapte olmasına destek sağlamak,

- Bireylerin çevresindekilere ve etrafına faydalı bireyler olmak maksadıyla düzenli olarak gelişimlerini takip etmek, Bir veya birden fazla çalışma metedoları geliştirerek problemlerinin çözülmesine destek sağlamak,

- Birinci dereceden akrabalarından yada çevresinden, ihtiyaç duyulan alanlarda yapmak istedikleri işlerle ilgili yöntemler geliştirmek, ve çocukların güvenliğinin sağlanması gereken hallerin sürüp, sürmediği gözlemlemek,

- Çeşitli sebeplerle kurumdan uzaklaşan çocuğu farklı yaşamlara hazırlayarak gözlemlendirmesin de rol almak.

Psikologun başlıca görev ve sorumlulukları aşağıdaki gibidir (SHÇEK, 2010);

- Çocuğun kuruluştaki kaldığı süreler zarfında aklını, ruhsal durumunu, becerilerini, bir işe yöneliminin olup olmadığını farklı test bataryalarıyla ortaya çıkartmak.

- Çocuk yetiştirilmesi, iş imkanı sunulması bilinçli bir birey yetiştirmek için işi ile alakalı mesleki uygulamaların yapılması.

- Farklı ilgiler bekleyen çocuklarda işleri ile ilgili programlar düzenlemek. Bu programlar hakkında gerekli raporları toplamak, ihtiyaç duyulduğunda karşılaşılan bir aksaklık olursa, bu durumun ortadan kaldırılması için, psikolog yada buna benzer kişilerle irtibata geçmek.

Çocuk gelişimcinin temel yetki ve de sorumlulukları aşağıdaki gibidir (Şenocak, 2010: 33);

- Asıl hususları ilgili bulunduğu birimler tarafından tespit edilen bireylerin ruhsal,psikolojik ve buna benzer tüm gelişimleri hakkında detaylı bilgilere ulaşp yaş durumlarına göre programlar geliştirmek

- İlköğretime başlangıç dönemi eğitim ve öğretim programlarının uygulama aşamasından önce mevcut şartların hazırlanmasında, ihtiyaç duyulan malzemelerin tedarik edilmesinde idari birime destek sağlamak.Bu malzemelerin düzenli şekilde kullanımları ve korunmasına destek olmak.

- Çocuk eğitimi ile çocukların gelişimlerdeki farklılıkları kontrol etmek, gelişim sürecinde aksaklıklarla karşılaşılması durumunda farklı alanlarda görev yapan kişilerden destek alarak program gelişimlerinin uygulamasını yapmak.

- Özel becerilerine göre çocukları ilgi duydukları alanlara yönlendirerek burada gelişim göstermelerini takip etmek.

- Topluma duyarlı ve uyum sağlayan çocuklar yetiştirmek ve belirli başlı kuralların öğretilmesi için programlar hazırlamak.

- Çocukları okula hazırlamak için okul öncesi eğitimler vermek

- Kurumun amacına yönelik olarak araştırmalar yapmak.

- Alanında uzman bireylerle çocuklarda meydana gelecek farklılıkların tespitini yapılmasını sağlamak.

Öğretmenin görev ve yetkileri ise aşağıdaki gibidir (SHÇEK, 2010);

- Kurumda yaşayan bireylerin yetenek tespitleri belirlenerek, ilerde eğitim görecekleri okulların seçiminde rehber danışmanlarla ortak çalışmak.
- Okuldan kaçmalarını engellemek bunların kontrollerini yapmak,düzenli olarak ders çalışmaları için programlar hazırlamak.
- Kuruluşlara bağlı pansiyon veya yatılı okullarda eğitim görmek isteyen çocukların tespitinin yapılıp bu çocukların kimler olacağını denetleme kurulu elemanlarının yardımıyla belirlemek.

Doktorun yetki ve sorumlulukları aşağıdaki gibidir (Saraç, 2011: 18);

- Kurum içinde çocukların belirli zamanlarda hasta olup olmadıklarının tespitini yapmak, bu çocukların isimleri bazında dosyalarını düzenlemek,Müdürlük tarafından yollanan formları doldurtturmak.
- Çocukları hastalıklardan uzak tutmak için aşılarının yapılmasında destek olmak.
- Sağlık durumunda bozukluk olan çocuklara bakan yetişkinlerinde tedavisini yapmak hatta ihtiyaç durumunda sağlık kuruluşuna göndermek.
- Çocukların çok yemek yemelerini önlemek için programlar hazırlayıp besin alma durumlarının kontrolünü sağlamak.
- Kurumdaki çalışanların sağlık kurallarına dikkat edip etmediği etmiyorlar ise bulaşıcı hastalıkların neler olduğu konusunda ve nasıl korunmaları gerektiği konusunda bilgilendirmek.
- Okul öncesi dönemdeki çocukların düzenli olarak besin almaları konusunda bilgilendirmeler yaparak düzgün yemek yeme alışkanlığı kazandırmak.

Hemşirenin yetki ve sorumlulukları aşağıdaki gibidir (Şenocak, 2010: 35);

- Kurum çatısı altında sağlıklı aile ortamının sunulmasında destek sağlamak, çocukların temel ihtiyaçlarını karşılamaları esnasında birinci dereceden yakını gibi çocukların bakımında doğrudan destek olmak
- Bulunduğu alanın ve etrafının temizliğinin düzenli olarak yapılması doğrultusunda gerekli çabayı göstermek.
- Yönetim tarafından tespit edilen bir günde çocukların duş alıp almadıklarını takip edip, duş almalarında yardım etmek.

- Yemek konusunda çok hassas davranıp çocuklarda yemek yemeyen olursa onlara yemek yedirmek.
- Doktora sağlık konusundaki her durumda yardımcı olmalı, çocuklarda sağlık problem varsa yakından ilgilenmeli.
- Doğduktan sonraki her aşamada çocuğun tüm gelişiminin takibini yapıp notlar alarak kaydetmek.
- Bebeğin yemeğini hazırlanmasında yardımcı olmak.
- Ani olaylar karşısında alanında uzman olan kişilerle irtibata geçmek
- Eğer çocuklardan şüphelendiği alerjik bir hastalık varsa ilgili sağlık görevlisine ve kurum amirliğini bilgilendirmek.
- Hastahane yatanların işlemleri ile ilgili durumları kontrol etmek.
- Bebeklerin doğduğu andan itibaren gelişimlerinde yardımcı olarak, belirli dönemlerde yapmış olduğu farklı hareketleri tespit etmek. Ayrıca çocukları dışarıya çıkartıp oksijen almalarını sağlamak.

2.1.3. KORUNMAYA MUHTAÇ ÇOCUK

Yetişkinlerin fiziksel ve ruhsal halleri çocukların özellikle de gelişim çağındaki çocukların ruh halleri ile tamamen ayırdır. Korunmaya muhtaç çocuk toplum içinde farklı reaksiyonlara tabi tutulabilmektedir. Çocukluk, temelden yani doğuştan yetişkinlik evresine kadarki süreçte bedensel ve bilişsel gelişim, davranış ve uyum süreleri ile sosyal, ekonomik ve hukuksal statüye giden geniş bir alanda incelenen çerçeveye sahiptir. Çocuğun fizyolojik özellikleri, zihinsel gelişimi, öğrenme süreçleri, sosyalleşme ve hukuksal statüsü gibi parametreler söz konusu çevrenin sınırlarını oluştururken, çocukların toplumsal etkiye açık olduklarını ve bu sebepten ötürü tüm açılardan korunması gereken bir alanda yer aldığının bilinmesi gereklidir. Çalışan çocuklar, sokak çocukları, zihinsel ve bedensel engelli çocuklar ile korunmaya muhtaç çocuklar olarak sınıflandırılmış bulunan çocuklar, çocuk dünyasının birer parçası olarak bizlerin algı sahası içinde yer almaktadır (Parin ve Bilan, 2007: 121).

Hukuki açıdan bakıldığında her çocuk hukuki bakımdan sağ doğduğu andan reşit olduğu ana kadar korunmaya muhtaçtır. Üstelik, kişisel, çevresel ve ailesel özellikleri dikkate alınmaksızın davranılır. Diğer bir ifade ile “korunması gereken çocuk” ya da çocuklar “temel bakımı, yetiştirilmesi, esirgenmesi ve gözetilmesindeki yetersizlik ve

aksama sebebiyle sosyal, fiziksel, ruhsal ve ahlâki açıdan sağlıklı bir yetişkin olmasının önünde çeşitli engeller bulunan çocuk”lardır (Elmacı, 2010: 950).

Diğer bir bakış açısı ile ele alınacak olursa, “korunmaya muhtaç çocuk ya da çocuklar” ilgili yasal düzenlemelerin çizdiği sınırlar içerisinde kalan ve devletin özel olarak koruması gereken çocuklardır. Aslında sözü edilen ilgili yasal düzenlemeler gerek uluslararası hukuk ve gerekse ulusal hukukun çizmiş olduğu çerçevede çocukları korumak maksadıyla yapılan düzenlemelerdir. Çünkü çocuklar insanlığın yarısını belirleyecek ve geliştirecek en önemli şahsiyetlerdir. Bu sebeple çocuk hakları, insan haklarından ayrı olarak uluslararası hukukta özel anlaşmalarla güvence altına alınmıştır (Öztürk, 2007: 66).

2.1.4. KORUMAYA MUHTAÇ ÇOCUKLARA YÖNELİK BAKIM HİZMETLERİ

Sosyal hizmetlerin temel alanlarından biri olan hizmetler topluluklarından biri de korunmaya muhtaç çocuklara sağlanan hizmetlerdir. Çocuğun korunmaya muhtaçlık koşulu her ne olursa olsun veya çocuk hangi ihtiyaçtan kaynaklanan sebeple koruma altına alınırsa alınsın her çocuğun durumuna uygun bulunan hizmet modelinden faydalanmaya ve kendi kendine yeterli hâle gelinceye kadar korunmaya hakkı bulunmaktadır. Bu sebeple korunmasız kalan çocuklar devlet aracılığı ile koruma altına alınarak onlara değişik bakım yöntemleriyle koruma sağlanmakta ve hizmet verilmektedir (Şimşek ve Ark, 2008: 235).

2.1.4.1. Sosyal Hizmetler Çocuk Esirgeme Kurumu

Bugün artık Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu adı altında, 81 ilde korunmaya muhtaç çocuk, genç, yaşlı, özürlü birey ve aileye, gündüzlü ve yatılı hizmet sunmaktadır. Kurum hizmetlerini sunarken kendisine bağlı aşağıdaki kuruluşları kullanmaktadır. Bunlar (www.shcek.gov.tr);

- Çocuk yuvaları
- Yetiştirme yurtları
- Huzurevleri

- Yaşlı dayanışma merkezleri
- Aile dayanışma merkezleri
- Toplum merkezleri

Korunmaya muhtaç çocuklar, kuruma bağlı kuruluşların hizmet verdiği gruplar içerisinde öncelikli hedef grubudur. 1983 senesinde yürürlüğe giren 2828 Sayılı Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Kanunu'na göre Korunmaya Muhtaç Çocuk; Beden, ruh ve ahlak gelişimleri veya şahsi güvenlikleri tehlikede olup (www.shcek.gov.tr);

- a) Ana veya babasız, ana-babasız,
- b) Ana veya babası veya her ikisi de belli olmayan,
- c) Ana veya babası veya her ikisi tarafından terk edilen,

d) Ana veya babası tarafından ihmal edilip, fuhuş, dilencilik, alkollü içkileri veya uyuşturucu madde kullanma gibi her türlü sosyal tehlikelere karşı savunmasız bırakılan ve başıboşluğa sürüklenen çocuklar” olarak adlandırılmaktadır.

Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu'nun sınırları ve kapsamı çerçevesinde koruma kararı alınan çocuklara sunulan hizmet modelleri; evlat edindirme hizmetleri, koruyucu aile hizmetleri, çocuk yuvaları, yetiştirme yurtları, kreş ve gündüz bakımevleri, çocuk ve gençlik merkezleri'dir. Korunmaya muhtaç çocuklara sunulan hizmet modelleri arasında yer alan yetiştirme yurtları 13-18 yaş grubu adölesanları korumak, bakmak, bir iş veya meslek sahibi olmalarını sağlamak ve topluma yararlı kişiler olarak yetiştirilmelerini sağlamakla görevli ve yükümlü olan yatılı sosyal hizmet kuruluşlarıdır. Kuruluş halen Türkiye genelinde 108 yetiştirme yurduyla bu hizmeti vermeye devam etmektedir (Resmi gazete, Sayı: 22462).

Yetiştirme yurtlarında adölesanın korunma kararı, genel olarak 18 yaşına kadar devam etmekte olup, 18 yaşından sonra korunma kararının devamı aşağıda belirtilen şartlara bağlı olarak sürdürülmektedir (www.shcek.gov.tr);

- a) 18 yaşını tamamlamış olan korunmaya muhtaç çocuklardan; orta öğrenimine devam edenlerin 20, yüksek öğrenimine devam edenlerin ise 25 yaşına kadar,
- b) Öğrenime devam etmeyen 18 yaşını doldurmuş çocukların, bir iş veya meslek sahibi edilmeleri amacıyla 20 yaşına kadar,

c) Bedensel, zihinsel ve ruhsal engellilikleri sebebiyle sürekli bakıma muhtaç durumda bulunan ve çalışmaktan aciz olan çocukların korunma kararları uzatılabilmektedir.

2.1.4.2. Yetiştirme Yurtları

Tanım olarak yetiştirme yurtları, topluma yararlı kişiler olarak yetişmelerini sağlamakla görevli ve yükümlü olan yatılı sosyal hizmet kuruluşlarıdır. Yetiştirme yurtları, 13-18 yaş arası korunmaya muhtaç çocukların korunum, bakım ve bir iş veya meslek sahibi edindirme ve Aileleri ile ilişkileri tamamen kopan ya da kesintili olarak devam eden bu bireylerin sosyalleştirilmeleri bu kurumlar aracılığı ile sağlanması hedeflenir (Demirbilek, 2000: 140).

Ailesi aracılığı ile istenmeyen veya terk edilen çocuklar, kendilerinin değersiz olduklarına inanırlar ve toplumla ilişkilerinde problem yaşayabilirler. Yetiştirme yurdunda büyümüş bir sosyal hizmet uzmanı, yurtda kalan çocukların sosyalleşme ihtiyacını şu ifadelerle anlatmaktadır (Yavuz, 2005: 127); “Okul yıllarında tiyatroları yönettim, oynadım, sundum. Çalışma hayatına başladığımda öğrencilerime tiyatro oynattım... Şunu rahatlıkla söyleyebilirim ki, o dönemde bizim asosyal tavırlarımızı problem olarak gören pek fazla görevli yoktu. Bir tek, bize güreş ve müzik öğretmeye çalışan Mustafa hocamız vardı, o da bilgisini sadece sevdiği çocuklara ihsan ederdi. Belki benim yakaladığım şans bulamayarak içindeki cevheri parlatamayan birçok genç kayboldu yetiştirme yurtlarının asosyal koridorlarında. Belki ben o şans yakalamasaydım, kendi kabiliyetlerimin farkında olmadan hayatın solfej ritmine ayak uyduramayıp boğulup gidecektim. Kim bilir?”

Yurt ortamı, her ne kadar aile ortamına benzetilmeye çalışılsa da, yurtda yetişen çocukların iletişim kurdukları kişiler ve ilişkiler daha resmidir. Aile içinde yaşanan iletişim ise daha samimidir. Yurt ortamındaki yetiştirme şekli ve yönlendirme anlayışı, çocukların geleceğe ilişkin kaygılarının artmasına sebep olmakta; bu çocukların geleceğe bakışı, umutları, beklentileri, ailesi yanında yetişen çocuklardan çeşitlilik göstermektedir. Bu kurumlarda büyüyen çocuklar hırçın ve saldırgan ya da pısırık ve silik kişiliklere sahip olabilirler. Bu çocukların genellikle mutsuz, hayattan umutsuz ve şikâyetçi oldukları saptanmıştır. (Bilen, 2014: 234).

2.1.4.3. Sevgi Evleri

Korunmaya muhtaç çocukların barındığı bir diğer resmi kurum ise kuşkusuz sevgi evleridir. Sevgi evleri, bir sosyal hizmet kuruluşu olarak her ilin sosyal-kültürel ve fiziksel yapısının çocuk yetiştirmeye uygun lokasyonlarında, tercihen il merkezinde ve yaşanabilir bir sosyal çevrede okullara, hastanelere yakın yerlerde bağış olarak alınan, kiralanmış veya lojman olarak kullanılan apartman ya da müstakil dairelerden oluşan evlerdir. Sevgi evleri 2828 sayılı SHÇEK Kanunu'nun 3. maddesinde "0-18 yaşlar arasındaki korunmaya muhtaç çocukların kaldığı ev birimleri" olarak adlandırmıştır. Bu evlerde 0-18 yaş grubu arasındaki 5-8 çocuğa bir ev ortamı yaratılarak o çocuklara korunma ve bakım sağlanarak, çocukların bedensel ve psikososyal gelişimleri ile eğitimlerinin tamamlanmasına çalışılmaktadır. Bu sayede korunma altına alınan çocukların bir meslek sahibi edilerek topluma yararlı bireyler olarak yetiştirilmeleri, çocukların toplumsal hayata uyum sağlamaları, komşuluk ilişkilerini geliştirmeleri ve topluma kazandırılmaları sağlanmıştır Her çocuk evinde binanın fiziksel koşullarına ve olanaklarına uygun olarak düzenlenmiş yatak odaları, oturma ve yemek salonu, mutfak, banyo, tuvalet ve diğer ihtiyaç duyulan bölümlerin bulunması, bu bölümlerin belirlenen kapasiteye cevap verebilecek büyüklükte olması gerekmektedir. Çocuk evlerinde ranza kullanılmamakta, yatak odaları çocuklar için bağımsız yatak ve dolaplar ile tefriş edilmektedir. Evlerin genişliği dikkate alınarak mümkün olduğunca ev sistemine uygun mekân düzenlemesine gidilmektedir. (www.shcek.gov.tr).

Sevgi evlerinde bakım hizmeti sunulurken belirli durumlar ortaya çıkmaktadır. Bu hususlar şu şekilde açıklanabilir. Sevgi evlerine korunma ve tedbir kararı alınmamış çocukların kabulü hiçbir koşulda yapılamaz. Sevgi evlerinin çocukların olumsuz çevre koşullarından etkilenmemesi için uygun yerlerde faaliyet göstermesinin sağlanması önemli bir husustur. Bu şekilde sevgi evleri hem kolay ulaşılabilir hem de güvenliğin sağlanması bakımından genellikle şehrin hastanelere ve okullara yakın merkezi yerlerinde açılmaktadır.

Korunmaya muhtaç çocuklara sevgi evlerinde bakım ve korunmanın sağlanabilmesi için öncelikle korunmaya muhtaç çocukların tespiti, durumlarının incelenmesi gereklidir. Korunmaya muhtaç olduğu bildirilen ya da basında çıkan haberler sonucu korunmaya muhtaç olduğu kabul edilen çocukların koruma altına alınabilmesi için yapılması gereken işlemler bulunmaktadır. Özellikle çocuk ve ailesi

hakkında sosyal inceleme yapılması ve yapılan inceleme neticesinde sosyal inceleme raporu hazırlanmalıdır. Hazırlanan raporla Aile ve Sosyal Politikalar İl müdürlüğü aracılığı ile görevli ve yetkili mahkemeye resmî olarak başvurulması gerekmektedir. (www.antalyasosyalhizmetler.gov.tr).

Sevgi evlerinde yerleştirilecek çocuklarda dikkat edilecek önemli bir unsur ise çocukların, ağır ruhsal ya da zihinsel özürlü olmaması, sürekli bakım ve tedavi gerektiren sağlık probleminin bulunmamasıdır. Sevgi evlerine kabulü yapılan çocuklardan uyum sorunu yaşayan çocuklar için psikolog veya psikiyatrist desteği alınarak çocuğun eve uyum sağlaması yönünde mesleki çalışmalar yapılır. Çalışma ve uğraşlar sonunda eve hiçbir biçimde uyum sağlayamayan çocuklar için çocuğun yaş ve özellikleri de dikkate alınarak çocuk yuvaları ya da yetiştirme yurdu gibi kuruluş bakımı tekrar değerlendirilir (Çocuk Evleri Çalışma Usul ve Esasları Hakkında Yönetmeliğin Uygulanması Hakkında Genelge)

2.1.5. YUVA BAKIMININ ÇOCUK SAĞLIĞINA ETKİSİ

Kurumların yapısal özelliklerine hizmet veren elemanların nitelik ve niceliğine hizmetlerden beklentilere göre çeşitlilik gösteren kurum bakımı, ülkemizde yürütüldüğü şekilde çocuklarla yüz yüze temas halinde olan personel anne-baba rolü almayı isteseler de, vardiyalı çalışmalar, çalışma süresinin sınırlılığı nedeniyle çocuklarla fakat günün farklı saatlerinde beraber olabilmektedirler. Yetiştirme yurtlarında ve sevgi evlerinde çok sayıda çocuk bulunması annelerin çocuklarla bireysel ilişki kurmasını güçleştirmekte, ilgisini pek çok çocuğa paylaşmak zorunda kalmaktadır (Kut ve Özalpın, 1987: 139).

Doğumdan kısa bir süre sonra, farklı sebeplerle anne veya yerini tutan kişiden ayrılıp, yatılı yuvalara yerleştirilen çocuklarda gelişim bozuklukları ortaya çıkmaktadır. Bu çocuklar iyi bakım ve beslenmeye karşın gelişemezler boy ve ağırlıkları yaşlarına göre geride kalır. Dayanma güçleri azalır, sık hastalanırlar ve hastalıkları ağır geçer. Beden gelişimindeki yavaşlıktan başka, bu çocukların daha az ağladıkları çevrelerine ilgisiz kaldıkları gözlenir. Çevrelerine bos bakışlarla bakarlar. İlgi ve uyarmaya geç tepki verirler. Yuvalarda yetişen çocuklardaki bu bedensel ve zihinsel bozuklukların tümüne Yuva Hastalığı ya da Kurum Hastalığı (Hospitalizm) adı verilir. Bu hastalığın

tek sebebi yatılı kurumlardaki ilgi, uyarma ve sevgi yetersizliğidir. Diğer bir ifade ile anne yoksunluğudur (Coşkun, 1989: 128).

Anne yoksunluğu çocuğun zihinsel, duygusal, toplumsal ve bazen de bedensel gelişimini önemli oranda geride bırakır. Anne yoksunluğunun getirdiği sorunların yanı sıra kurum bakımından etkilenme çocuğun ilk kez hangi yasta anneden yoksun kaldığına, bu yoksunluğun süresine, annenin yerini almış olan bakımın niteliklerine ve çocuğun kalıtsal yapısına göre değişir (Yılmaz, 2005: 12).

Arastırma neticelerine göre kurumda yasayan çocuklarda gözlenen sorunların; kendi basına yemek yeme, gece yatağını ıslatma, aşırı hareketsizlik ve durgunluk, kendine ve başkasına zarar verme, ürkek ve çekingen olma, saldırganlık, çok yeme, parmak emme, dikkat dağınıklığı, gündüz altını ıslatma, öfke nöbetleri, tırnak yeme, aşırı bağımlılık, kurumdan kaçma davranışları olduğunu öne sürmüştür (Kut ve Özaltın, 1987: 139).

Kurumda bütün fiziksel gereksinimleri karşılanan çocuk her şeyi hazır olarak bulmaktadır. Bu şekilde yetişen çocuk hazırcı olmaya ve devamlı alıcı durumda kalmaya alışmaktadır. Kurumda kendisinden hiçbir beklenti olmadığından, sorumluluk duyguları yeterince gelişmemektedir. Kurum bakımındaki çocuklar kalabalık gruplar halinde yasadıklarından büyük çocuklar genelde küçük çocuklara kendi özel işlerini yaptırabilmekte, ya da şiddet uygulayabilmektedirler. Fazla sayıda çocuğun bir arada kalması sonucunda yaşları ile orantılı olarak cinsel arayışlar içine girmektedirler. Uygun örnekleri bulamadıkları zaman çeşitli cinsel sapmalar göstermektedirler. Toplu yaşantının bir parçası olarak benlik duyguları, sahip olma ve mülkiyet duygusunu yasayamamaktadırlar (Yılmaz, 2005: 13).

2.1.6. KORUNMAYA MUHTAÇ ÇOCUKLARIN DAVRANIŞ SORUNLARI

Aile çocuğun beslenme, korunma, sağlık, sevgi, güven, eğitim ve toplumsallaşma gibi temel gereksinmelerini sağlayan en önemli kurumdur. Çocuğun ilk bağ kurduğu ortam olan ailenin genişliği, sosyo-ekonomik ve kültürel düzeyi onun ilk sosyal deneyimlerini, dolayısıyla duygusal ve toplumsal gelişimini etkilemektedir. Toplumun ilk ve doğal çekirdeği olan ailenin çocuk üzerindeki etkileri doğum öncesinde başlamakta doğumdan sonra da devam etmektedir. Bu sebeple ailenin ve aile içi ilişkilerin çocuk üzerinde çok önemli etkileri bulunmaktadır (Dizman ve Gürsoy, 2005: 440).

Araştırmacılar, yuvalarda büyüyen çocuklarda psikiyatrik semptomların görülme sıklığının yüksek olduğunu ve ciddi olarak uyaran yoksunluğu çeken bu çocuklarda ‘otizm benzeri’ davranışların da görüldüğünü vurgulamışlardır. Anne babalarından ayrı, çocuk yuvalarında yaşamak durumunda olan bebek ve küçük çocuklar; gelişimsel gecikme, fiziksel gecikme, bağımlılık gelişimi ve nöral atrofi açısından büyük risk altındadırlar (Erol ve Şimşek, 2006: 6).

Çocuklarda; bağlanma zorlukları, ilişkilerde güvensizlik, cinsel davranış, travma ile ilişkili anksiyete, davranış sorunları, asilik, dikkatsizlik / hiperaktivite ve kendini yaralama ve beslenme bozuklukları gibi daha nadir sorunlar ile karakterize karmaşık psikopatoloji saptanır. Kurumlarda yetiştirilen çocuklarda, aile tipi evlerde yetiştirilen çocuklara göre daha fazla akıl sağlığı sorunu tespit edilmektedir; kendi yakınlarının yanında yetişen çocuklarda ise bu sorunlar daha da azdır (Tarren, 2008: 23).

Gerçekten en bakımlı yuvalarda bile, bebekler annenin sağladığı yakınlığı, sıcaklığı ve sevecenliği bulamazlar. Bir bakıcı 10-15 bebeğe bakmakta, bu da bebeğin beslenme ve bakımına yetecek bir ilgiden öteye bir şey sağlamamaktadır. Bebekle ilgilenme, kucağa alma, sevmeye, okşama, konuşup gülüşme eksiktir. Başka bir deyişle, bebek, çorak bir toprakta yetişen bitki gibi kavruk ve cılız kalmaktadır. Yuvalarda yetişip de okul çağında ve daha sonraki yıllarda izlenen çocuklarda, şu ortak yanlar bulunmuştur. İlk göze çarpan şey, genel bir ilgisizlik ve çevreyi umursamazlıktır. İnsanlara sokulamaz, kolay arkadaşlık kuramazlar. Merak ve girişkenlikleri azalmıştır. Öğrenmeye karşı ilgisiz kalırlar ve okulda çok başarısız olurlar. Anlatım ve öğretim yetenekleri sınırlıdır. Düşünceleri ve kavramaları zayıftır. Sevgiyi susamışlardır ama

sevgi gösterilince kuşkulu ve duyarsız davranırlar. Birçokları kavgacı ve saldırgan olur. (Tarren, 2008: 23).

Bir araştırmada, bir yaşından sonra yuvaya yerleştirilmiş çocuklarla, doğumdan birkaç hafta sonra yuvaya yerleştirilmiş çocuklar karşılaştırılmış; bir yıl analı-babalı büyümüş çocukların, daha uyumlu oldukları görülmüş, buna karşı hiç ana sevgisi görmemiş olanlar çok uyumsuz ve saldırgan bulunmuş. Yapılan pek çok araştırma, şu kesin gerçeği doğrular niteliktedir; Çocuğun anadan yoksun kalması ne kadar erken başlar ve ne kadar uzun sürerse, ortaya çıkacak davranış bozuklukları ve ruhsal dengesizlikler o oranda ağır olur. Bu sebeple ilk birkaç yılda, hele birinci yılda çekilen anne yoksunluğu, bütün yaşam boyu silinmeyen izler bırakır (Yörükoğlu, 2002: 53).

Anne yoksunluğuna dayandırılan bu davranışların tümüne Spitz “hospitalizm (yuva hastalığı)” adını vermiştir. Kurum bakımı altında bulunan çocuklar diğer insanlarla ilişkilerini geliştirememekte, yetişkinlerden hiçbir şey istememekte ve hiçbir insana bağlanamamaktadırlar. Kurumlarda uzun süre bakım ve koruma altında bulunan çocuklarda en çok rastlanan davranışlar; donuk bakışlar, çevreyle ilgiyi kesme, parmak emme, yerinde sallanma ve içedönük olmalıdır. Ayrıca sosyal uyumları bozuk, dikkatleri dağınık, bağımsızlıkları gelişmemiş, duyguları yüzeysel, davranışları sıkıntılı, heyecanlı çocuklardır (Aslan, 2007: 12).

Evlad edinilen çocuklar, genelde sorunlu olan çocuklardır. Bu çocukların bir bölümünde psikolojik dengesizlikler de göze çarpar. Bu dengesizlikler duygusal dengesizlik, içe kapanma, aşırı hareketlilik, saldırganlık gibi davranış bozuklukları olarak adlandırılabilir. Bu çoğulcu yaklaşımın temel nedeni çocuğun yetiştiği kurum hayatı, sevgi eksikliği, terk edilmişlik duygusu, evlat edinilme ile gelen ortam değişikliği vb. durumlar olarak açıklanabilir. Anne sevgisinden yoksun kalan çocuğun sağlıklı kişilik geliştirebilmesi için çocuğun sevdiği birine bağlanması ve gereken doyumunu sağlaması gerekir. Bu sebeple yetişkinlerin tutum ve davranışlarıyla, özellikle cinsiyetlerine uygun toplumsal rollerin uygulanışında olumlu rol modeller olmaları gerekmektedir. Sağlıklı bir iletişim ve etkileşim ortamı oluşturulmalı, çocuğun negatif davranışlarının, giderek zayıflaması, sonunda da kaybolması sağlanmalıdır. Çocuğun olumlu davranışları ödüllendirilerek güçlendirilmelidir. Çocuklar için olumsuzluk içeren davranışlara karşın yerme yapılmaması, aynı zamanda olumlu hareket, tavır ve

durumlarına karşın ise takdir ile ödüllendirmeleri gerekmektedir (Dizman ve Gürsoy, 2005: 440).

Sevgi Evleri Bakımının Olumlu Yönleri

Mevcut kuruluşların koğuş tipi yerine ev tipi kuruluşlara dönüştürülmesi amacıyla geçmişte başlamış ve bazı olumlu örnekleri yaşama geçirilmiş olan çalışmaların yaygınlaştırılması, çocuğun aile ortamında büyütülmesi kurum ortamında bakımına oranla gelişimine daha fazla katkı sağlayacağından, 2005 yılından itibaren kuruluşlardaki çocukların sosyo-ekonomik destekle ailelerinin yanına dönüşünü amaçlayan Aileye Dönüş Projesi başlatılmış, koruyucu aile kampanyaları düzenlenmiş, sevgi evleri yatırım planına alınmış ve "ev tipi" hizmet olan çocuk evleri yeni hizmet modeli olarak kabul edilerek uygulanmaya geçilmiştir.

Aile ortamında kalmasının sakıncalı olacağı saptanmadıkça aynı ve nakdi yardım yoluyla aile içinde bakımına öncelik verilmesi, ailesi yanında desteklenmesi olanağı bulunan çocukların muhtaçlık durumları açısından uygun parasal miktarların belirlenmesi ve sosyal çalışmacı görüşlerinin bu verilere dayandırılması gerektirir.

Yetiştirme yurtları gibi kuruluşların kalabalık olması, kuruluş çalışanlarının çocukların özelliklerine göre davranma imkânını ortadan kaldırmaktadır. Sevgi evlerinde ise hem çocukların sınırlı sayıda oluşu hem de çocuklara bakım hizmeti veren personel sayısının az olması ve sürekli değişmemesi çocukların bağlanma, güven duygusu ve kişisel gelişimi açısından olumlu bir sonuçtur. Çünkü az sayıda çocukla ilgilenen personel çocukların özelliklerine göre bakım ve ilgiyi verebilecek, çocuklarla daha yakından ilgilenecektir.

Genel olarak kurum bakımının bir başka olumlu yanı da meslek edindirme ve işe yerleştirme ile ilgili yardımlarıdır. Bu bağlamda bu evlerde bakılıp korunan çocuklar da bu yardımlardan yararlanacaklardır. Bir diğer olumlu yanı ise korunmaya muhtaç çocukların en fazla maruz kaldığı damgalanma riskinin büyük bir oranda ortadan kalkmasıdır. Yetiştirme yurtlarında yaşanan soğuk, kocaman resmi binaların ürpertisi, sevgi evlerinde yaşanmamaktadır. Bununla birlikte çocuk evinde normal bir ev yaşantısı sürdüren çocuklar korunma kararları kalktığında tek başlarına bir ev tutup yaşayabilecek güven ve cesarete sahip olacaklardır.

Sevgi evlerinin olumlu yanlarından bir başkası belki de en önemlisi ise yaş grubu birbirine yakın kardeşlerin birbirlerinden ayrılmadan aynı evde bakım ve korunmalarının sağlanmasıdır. Oysa çocuk yuvası ve yetiştirme yurtlarında çocukların etüt salonları, yatakhaneleri yemekhaneleri yaş grubuna göre ayrılmakta bu nedenle kalabalık yuva veya yurtlarda kardeşlerin zaman zaman birbirlerini görmediği ve birbirlerine yabancılaştıkları bilinmektedir. Oysa bu durum sevgi evlerinde sık yaşanan bir durum değildir. Çünkü kardeşler çoğunlukla bir arada yaşamaktadır. Bu durum onların birbirlerine duygusal destek sağlamalarına, güven duygularının gelişmesine başarılarının artmasına neden olmaktadır. Nitekim bakım ve koruma altında kalan çocukların sevgi evlerinde kalmaya başlamalarından sonra yetiştirme yurtlarında kalanlara göre eğitim başarılarının arttığı söylenebilir.(Yazıcı. 2012:502)

2.2. FİZİKSEL AKTİVİTE VE ADOLESAN DÖNEM

2.2.1. FİZİKSEL AKTİVİTE KAVRAMI

Günümüzde insanlığın en önemli problemlerinden bir tanesi sağlıklı yaşamdır. Genel bir sağlıklı yaşam tanımı yapmak için, yüksek çalışma isteği, yorgun hissetmemek, yaşamaktan zevk almak, her anını iyi bir şekilde değerlendirerek yaşamak, düzgün bir dinlenme geçirebilmek, varoluştan gelen kabiliyetleri geliştirebilmek ifadeleri kullanılabilir (Yan, 2007: 21).

Fiziksel aktivite, gündelik yaşamda kas ve eklemlerimiz yardımıyla enerji tüketimiyle gerçekleşen, kalp ve solunum hızını arttırarak değişen seviyelerde yorgunluğa sebep olan aktivitelerdir (Özer, 2001: 54). Mevcut yazınlarda fiziksel aktivite üzerine yapılmış farklı tanımlar bulunmakta olup Caspersen ve arkadaşları (1985)'na göre fiziksel aktivite, iskelet kaslarının kasılmasıyla meydana gelen, maksimumun üzerinde enerji sarfiyatını gerektiren bedensel hareketlerdir. Söz konusu aktiviteler; yüzme, yürüme, koşma, zıplama, bisiklete binme, baş-boyun hareketleri ve kol-bacak hareketleri gibi belli başlı bedensel hareketleri kapsayan çeşitli egzersizler, spor dalları, oyun, dans ve gündelik aktiviteleri kapsamaktadır (Karaca ve ark., 2000: 19).

Yapılan bir başka tanıma göre ise fiziksel aktivite, vücut kaslarına dinlenme düzeyi üzerinde uygulanan ve enerji tüketimine sebebiyet veren herhangi bir güçtür (Baranowski ve ark., 1992: 241).

Aktif yaşam, bedensel aktivitelerin gündelik aktivitelerin yaşam tarzı haline gelmesi olarak tanımlanmaktadır. Bireyler, ulaşım ihtiyaçlarını toplu taşıma araçları ya da özel araçlar yerine yaya olarak ulaşım ya da bisiklet yöntemlerinden birini seçerek, egzersiz ve spor sayesinde zinde kalarak, yürüyen merdiven ya da asansör yerine normal merdivenleri tercih ederek aktif bir yaşam sürdürebilirler. Aktif bir yaşam sürmek üzere gün içerisinde uzun zaman alıcı tek bir aktivite gerçekleştirmektense kısa zaman alan bir den fazla aktivite gerçekleştirmek bireye daha fazla avantaj sağlamaktadır (Kalling 2008: 101).

Enerji sarfiyatı fiziksel olarak gerçekleştirilen hareketlerin her birinde ortaya çıkan tabii bir durumdur. Tüketilen enerji miktarı hareketin türüne ve seviyesine bağlı olarak değişiklik gösterebilmektedir. Bedensel aktivitelerinin gün içerisinde çok fazla oturarak ya da oturmak zorunda kalarak gerçekleştiren bireyler az miktarda enerji tüketmektedirler. Gün içerisinde ağır işler yapan bireyler ise fazla harekette bulunmayan bireylere göre daha fazla enerji sarf etmektedirler (Baysal, 2007: 23).

Bireylerin bir aktivitede bulunmaları için belirli miktarda enerjiye sahip olmaları gerekmekte olup, söz konusu enerjinin ölçülmesinde kilokalori ve kilojule birimlerinden yararlanılmakta ve 4.184 kilojule 1 kilokaloriye denk gelmektedir. Sürekli düşükten yükseğe doğru olmak üzere harcanan enerji miktarında değişiklik gözlenir.

Bedensel aktivite sıklığına ve hedefine göre mekanik ve metabolik olmak üzere iki sınıfa ayrılmaktadır. Tipik bir şekilde mekanik sınıflandırmada kas kasılmasıyla meydana gelen hareket statik ya da izometrik egzersiz, izotonik veya dinamik egzersiz olarak tanımlanır. Metabolik sınıflandırmada ise kasılma sürecinin oksijene gerek duyup duymamasına göre yapılmakta olup, kasılma anının elde edilme yöntemi sıklığına bağlıdır. Genellikle aktiviteler oksijenli ve oksijensiz metabolizmaya statik ve dinamik kasılmaları ihtiva ederler. Bu sebepten kaynaklı olarak aktiviteler baskın niteliklere göre sınıflandırılmaktadırlar (Özer 2010: 90).

Enerji tüketimi aktivitenin gerçekleşme zamanı ve seviyesine göre değişiklik göstermekte olup, söz konusu aktiviteler mesleki aktiviteler, spor yapan bireylerdeki enerji ihtiyaçları ve isteğe bağlı aktiviteler olmak üzere üç sınıfa ayrılabilir. Günlük

aktiviteleri yerine getirebilmek için belirli miktarda enerjiye gereksinim duyarız. Her yaşta bireyin yeteri kadar fiziksel aktivite yapması önemli bir konu olup yetersiz fiziksel aktivitede bulunan insanlarda özellikle de çocuklarda obezite görülme olasılığı oldukça fazladır.

Her yaştan bireylerin yeteri kadar hareket etmedikleri takdirde karşılaştıkları obezite hastalığının yarattığı problemlerin önüne geçmek için yapılabilecek en önemli şeyler fiziksel aktivitelerdir. İyi bir sosyal hayat beraberinde fiziki ve ruhsal sağlığı iyi bir birey ve aynı ölçüde sağlıklı bir toplum getirmektedir. Bedensel aktivite kavramı yalnızca spor ve eğlence anlamına gelmemekte olup yaşamın her döneminde bireylerin karşılaştığı bir durumdur. Günlük hayatımızın her aşamasında; iş yerleri, okullar, sağlık kuruluşları, sosyal dernekler vb yerlerde sürekli olarak fiziksel aktivite içerisindeyizdir. İnsan hayatının her döneminde fiziksel ve ruhsal sağlığa katkı sağlayan fiziksel aktivite özellikle çocuk ve gençlerin gelişimine katkıda bulunmaktadır. Yaşlanma aşamasında da söz konusu aktifliği korumak ise yaşlanma aşamasının sağlıklı bir şekilde geçmesini sağlamaktadır (Edwards ve Thouros, 2006: 119).

Bireyler arasında doğru olarak bilinen fiziksel aktivitenin yalnızca spor ve egzersizden meydana geldiği fikri son derece yanlış olup, fiziksel aktivite, bireyin sürekli olarak yaptığı hareketlerin kas ve eklemler yardımıyla enerji harcamasıyla ortaya çıkan, kalp ve solunum hızının atması ve değişen eviyelerde yorgunluk ile sonuçlanan aktivitelerin tümüdür. Bu nedenden dolayı günlük yaşamda spor dışında yapılan iş aktiviteleri, egzersiz ve oyunlar da bedensel aktiviteler sınıfına dahildir (Bek, 2008: 24).

Günlük yaşamda yapılan fiziksel aktiviteler, beden sağlığı, birçok hastalığın oluşması ya da engellenmesi konusunda büyük önem taşımaktadır. Bedensel aktiviteler, intraabdominal yağ dokusunu azaltarak, kardiyovasküler hastalık oluşumunun önüne geçmektedir. Yaşlanmayla birlikte vücutta biriken yağ miktarının yapılan bedensel aktivitelerle doğru orantılı olarak azalabilmektedir (Yabancı, 1999: 17).

Sağlıklı beslenme ve fiziksel olarak hareketli bir hayat geçirme insan sağlığı üzerinde olumlu etkilere sahiptir. Fiziksel güç ile ruhsal yapı birbirleriyle etkileşim halinde olan kavramlar olup, yapılan bilimsel araştırmalar neticesinde sağlıklı beslenme ve bedensel aktivitenin meydana gelebilecek rahatsızlıklara karşı vücut direnci ve bağışıklığını arttırdığı ortaya koyulmuştur. Gelişimlerini tamamlamış ülkelerde

insanların sağlıklı ve dengeli beslenmeleri dikkat çeken en önemli konulardan birisidir. Avrupa ülkeleri, vatandaşlarını sağlıklı beslenmeye ve spor yapmaya yönlendirici politikalar izlemektedirler. Çeşitli spor faaliyetleri özellikle genç yaşlarda kemik güçlenmesine büyük katkıda bulunurlar. Yapılan bilimsel çalışmalarda belirli periyotlarda yapılan sporun bireylerin ömürlerini uzattığı ve sosyal çevrelerinin büyümesine katkı sağladığı ortaya konulmuştur (Ayhan, 2014: 6).

2.2.1.1. Fiziksel Aktivite ve Sağlık

Ulusal ve uluslararası çapta yapılan araştırmalar evrensel çapta insanların tembelleşmeye başladığını ve giderek daha pasif bir yaşam tarzını benimsediklerini ortaya koymuştur. Kentleşmeye bağlı olarak meydana gelen sanayileşme ve teknolojiye kat edilen ilerlemeler bedensel aktivitenin git gide azalmasına neden olmakta; bilgisayar başında oturma, televizyon izleme gibi hareketlilikten uzak durağan aktivitelerde geçirilen sürenin uzamasına sebebiyet vermektedir.

Dünya çapında yalnızca Amerikan vatandaşı olan 90 milyon insanın kronik hastalıklara sahip olduğu bilinmekte olup, özellikle orta yaşlı ve yaşlı insanlarda diyabet, koroner arter ve yüksek tansiyon riskinde artış, solunum kapasitesinin azalması, karın kaslarının zayıflamasından kaynaklı olarak sindirim ve boşaltım sorunları, postür bozukluğu gibi çeşitli hastalıklar görülebilmektedir. Amerika Birleşik Devletleri'ndeki erken ölümlerin üçte ikisi sigara kullanımı, yetersiz fiziksel aktivite ve beslenmeden ileri gelmektedir (Wang, 2004)

2.2.1.2. Düzenli Fiziksel Aktivitenin Önemi

Belli periyotlarla düzenli bir biçimde gerçekleştirilen fiziksel aktivite insan sağlığı üzerinde oldukça önemli etkilere sahip olup düzenli fiziksel aktiviteler yapmak egzersiz kapasitesinin gelişimine katkıda bulunur. Kardiyovasküler hastalıkların görülme sıklığı ve risklerinin azalmasında birincil ve ikincil rol oynayarak; kaslar, kemikler, tendon ve ligamentlerin güçlenmesine katkıda bulunur. Buna ek olarak hipertansif çocuklarda kan basıncının düzenlenmesine yardımcı olarak aerobik kapasite, kas gücü ve enduransın gelişmesini sağlar; anksiyete ve depresyonun ise azalmasına neden olur (Lelieveld vd., 2010: 699).

Bireyin ruhsal ve fiziki sağlığı tam aerobik olmayan bisiklete binme, yürüme tenis gibi sporlardan ve de düzenli olarak yapılan her çeşit bedensel aktiviteden değişen miktarlarda etkilenir. Söz konusu aktiviteler bireyin kapasitesinin %50' sinin üzerine çıkan bir enerjiyle yapıldığı takdirde eğitim etkileri gözle görülür bir hal almaya başlar. Gündelik ve düşük enerji tüketimiyle yapılan dans, ev işleri gibi aktivitelerin uzun vadede sağlığı olumlu etkileri bulunduğu kanıtlanmıştır (Fletcher vd., 1992: 65).

Fiziksel aktivitenin insan üzerinde yarattığı olumlu etkiler genel olarak şunlardır; kalp-damar hastalıkları, obezite, inme, bazı kanser formlarının (ör: kolon, meme kanseri), diyabet ve osteoporoz oluşumunu engelleycidir. Ayrıca fiziksel aktivite akademik ve psikososyal performansında gelişim göstermesine katkıda bulunur (Bates, 2006: 56).

Fiziksel aktivitenin akademik performans üzerindeki etkileri yapılan çalışmalar sonucu ortaya koyulmuştur. Örnek olarak 2001'de yaşları yedi ile on beş aralığında değişim gösteren 8.000 çocuk üzerinde gerçekleştirilmiş olan çalışmada subjektif bedensel aktivite ölçümü ve standardize bedensel uygunluk test neticeleriyle akademik performans arasında anlamlı pozitif bir ilişki saptanmıştır. Ayrıca bedensel aktivitenin yaşlılara ve büyüklere karşı olan davranışlar, konsantrasyon ve hafıza üzerinde de olumlu etkiler yarattığı görülmüştür (Dwyer vd., 2001: 229). Fiziksel aktivitelerin en büyük ve önemli katkıları çocuk ve gençlerin gelişimleri üzerinde görülmekte olup, yapılan egzersiz ve fiziksel aktivitelerin çocuk ve gençlerde öz güven gelişimine katkıda bulunduğu, sağlık üzerinde olumsuz tutumlara başlama olasılığını azalttığı görülmüştür. Yapılan bir diğer araştırmaya göre ise, fiziksel aktivitelerin sigara ve alkol benzeri zararlı alışkanlıkları azaltıcı etki gösterdiği kanıtlanmıştır (Kirkcaldy vd., 2002: 547).

2.2.1.3. Fiziksel Egzersizlerin Sağlığı Etkisi

Dünya sağlık örgütü (WHO) tarafından sağlık sadece hastalıklardan ve mikroplardan korunmak için değil, bütün olarak fiziki, ruhi ve sosyal açıdan iyi olma durumu biçiminde tanımlanmaktadır (Özer, 2006: 72).

Egzersiz, sağlıklı bir yaşam adına bireylerin günlük hayatının bir kısmı ve yaşam tarzı olması gerekmektedir. Daha iyi fiziksel ve zihinsel sağlığıya ulaşmaya yardım eden egzersiz ve fiziksel aktivite, yaşam kalitesini yükseltici etki yapar ve bu da ömrü uzatmaktadır (Şahin 2002: 14).

Toplumda obezite, diyabet, hipertansiyon, kalp-damar hastalıkları, osteoporoz vb. kronik hastalıkların görülme sıklığı artışıdaki en önemli sebepler arasında günümüzde toplumun bilgi düzeyinin fiziksel aktivite hususunda yetersiz kalması, fiziksel aktivitenin sağlık bakımından öneminin yeteri kadar anlaşılabilmesi ve git gide daha hareketsiz bir yaşam tarzının benimsenmesi bulunmaktadır (Baltacı, 2008: 45).

Aynı yaştaki sedanter kişilerle kıyaslandığı zaman düzenli olarak fiziksel aktivite yapan bireylerin, daha yüksek fiziksel iş kapasitesinde oldukları, sinir kas sistemi tepkilerini daha hızlı verdikleri tespit edilmiştir (Alpkaya ve Mengutay, 2004: 52). Fiziksel aktivite için yapılan çalışmalar incelendiği zaman, şişmanlığı ve komplikasyonlarını önlediği ve tedavi ettiği görülmüştür (Akbulut, 2010: 89).

Kronik hastalıkların ve düzensizliklerin oluşma riski, düzenli ve orta şiddetteki fiziksel aktivite ile düşmektedir. Bu da bağışıklık sistemini pozitif yönde etkilemektedir (Şahin, 2002: 15). Olumsuz hayat şartları, sağlıksız beslenme gibi problemler neticesinde Türk toplumu ciddi sağlık sorunlarıyla karşılaşmaktadır.

Bu durumun farkında olan bireylerin birtakım çözümler aradığı ve farklı fiziksel aktivitelerde bulunma çabasında oldukları görülmektedir. Farklı fiziksel aktivitelerinin yanı sıra zayıflamak için yapılan fitness salonlarındaki aktivitelere katılan bireyler, sayıları onlarca olan farklı fiziksel aktiviteleri ile de zayıflama uğraşı içersindedirler (Ünveren, 2005: 59).

Sağlık, sosyolojik ve psikolojik açıdan düzenli fiziksel aktivitenin faydaları (Ersoy, 2004: 56-57):

- İş veriminde artış,
- Hastalık sebebiyle çalışılmayan gün sayısının düşüşü,
- Daha enerjik hissetme, tembellikten uzaklaşma,
- Sağlam, canlı hareketli, egzersiz yapmaya hevesli bir birey durumuna gelme,
- Öz saygının geliştirilmesini,
- Organizmanın beden ve ruhsal streslerin yıpratıcı etkisinden korunmasını,
- Hayata daha mutlu bakılmasını
- Asabi ve hiperaktif yapının yok olması,
- Öz güveninin artmasını,
- İnsanlar ile çabuk arkadaşlık kurma ve paylaşma, yardımlaşma duygularının geliştirilmesini sağlar.

- Zevklidir ve ömrü uzatır.
- Mental yeteneğin arttırılmasını,
- Yağ dokusunun azalmasını, yağsız doku oranının artmasını,
- Kemik yoğunluğunun artmasını (osteoporoza karşı koruyucudur),
- Dolaşım, kalp kapasitesin ve akciğer fonksiyonlarının düzenlenmesini,
- Uykusuzluğun giderilmesini,
- Genç görünmeyi, sağlıklı deri ve kas dokusunun gelişimini,
- Kardiyovasküler hastalık riskinin düşmesini,
- Kardiyovasküler yaşlanmanın yavaşlamasını,
- Düşük dansiteli lipoprotein kolesterolün (LDL) düşmesini, kalp hastalığının düşük risk göstergesi olan yüksek dansiteli lipoprotein kolesterol (HDL-C) seviyesinin artmasını,
- Sağlıklı kardiyovasküler sistem göstergesi olan kan basıncı ve dinlenme kalp atım hızının artmasını,
- Felç riskinin düşmesini,
- Diyabetlilerde belirtilerin azalmasını,
- Konstipasyon (kabızlık) kolon hastalıkların ve kanser riskinin düşmesini,
- Yaraların hızlı iyileşmesini,
- Menstrüel krampların önlenmesini,
- Soğuk ve enfeksiyonlara karşı direncin artmasını,
- Yaşlılarda günlük aktivitelerin sürdürülebilmesi yeteneğinin geliştirilmesini sağlar.

Farklı kronik hastalıkların fiziksel aktiviteyle önlenebileceği veya geciktirilebileceği gerçeği günümüzde gerektiği öneme sahip olmuştur. Kişiler tarafından kendilerine ait tüm şartların, sağlığın korunması ve hayat kalitesinin arttırılması amacı ile fiziksel aktivite seçilirken değerlendirilmesi gerekmektedir (Saygın, 2012: 74).

2.2.2. ADOLESAN DÖNEM

Çocuk ve erişkinlik arasında bir geçiş dönemi olarak nitelendirilen ergenlik dönemi, “adolescence” kelimesinin karşılığı olarak kullanılmaktadır. Ergenlik dönemi, büyüme, olgunluğa erişme anlamına gelir. Başka bir ifadeyle ergenlik dönemi, yaşam döngüsünün 2. 10 senesi olarak tanımlanmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü’ (DSÖ) nün tanımına göreyse ergenlik dönemi 10-19 yaşları arasını kapsamaktadır. 15-24 yaş arası “genç”, 10-24 yaşları arasıysa “gençlik” olarak tanımlanmaktadır (Can ve ark 2010).

Ergenlik dönemi kişide bedence, boyca büyümenin zihinsel, kişisel, duygusal, sosyal, hormonal ve cinsel değişme ve gelişmelerin olduğu, buluşla başlayan ve bedence büyümenin sonlanmasıyla bittiği düşünülen özel bir evredir. Ergenlik dönemi, çocukluk ve yetişkinlik arasında bulunan, belli ve hızlı fizyolojik, psikolojik ve sosyal gelişimin birlikte görüldüğü, yetişkinliğe geçişi ifade eden bir yaşam dönemidir. Ergenlik döneminin ana nitelikleri ve yaş sınırları vb. hususlarda çok farklı görüşler bulunmaktadır (Kulaksızoğlu 2004).

2.2.2.1. Adolesan Dönemin Özellikleri

Sosyal bilimciler ergenlik döneminin başları, ortaları ve sonları olacak şekilde ergenlik dönemini üçe ayırarak çocukluk ve yetişkinliğin veya ergenlik dönemi ve yetişkinliğin arasındaki farklılıklardan ayrı olarak ergenliğin kendi içerisindeki de farklılaşmanın altını çizmektedir.

Ergenlik döneminin başlarının 10 yaşından 13 yaşına, ergenlik dönemi ortalarının 14 yaşından 17 yaşına, adolesan dönem sonlarının 18 yaşından 22 yaşına kadar olan dönemlerden oluştuğu belirtilmektedir. Yapılan sınıflamaya dikkatli bir şekilde baktığımızda okul dönemlerinin esas alındığını fark edebiliriz. Şöyle ki, ortaokul döneminde başlayan ilk ergenlik liseye başlama zamanıyla orta ergenliğe yerini bırakıp, liseyle başlayan orta ergenlik dönemi de liseyle birlikte biterek yerini adolesan sonları dönemine bırakmaktadır. Lisenin sonunda başlayan ergenlik sonları dönemiyse genel olarak üniversite bitirme yaşı olan 22' de biterek üniversiteyi bitirip işgücüne katılmaya hazır kişiyi ergenlik döneminden çıkarıp yetişkin olarak nitelendirmektedir. Ergenlik dönemi, yoğun psikolojik, fizyolojik, biyokimyasal ve davranışsal farklılaşmaların olduğu bir dönemdir (Dinç 2007).

2.2.2.2. Adolesan Dönemde Gelişim

Ergenlik döneminde, ergen yoğun olarak fiziksel ve hormonal değişimler yaşamakta, bu hızlı değişimlere ayak uydurmaya çalışırken bir yandan da duygusal açıdan yeni, farklı hisleri oluşmaya başlamaktadır. Ergenlik döneminde bilişsel, sözel ve mantıksal farklılıklarla beraber sosyal ve duygusal bakımdan da farklılık olduğundan ergenin ailesi ve diğerleri olan iletişimi de çeşitlenmektedir. Kişinin gelişiminde her dönemin bazı gelişimsel görevleri bulunmaktadır. Ergenlik döneminde 5 adet gelişimsel görev tanımlanmaktadır. Bunlar kişilik, sosyal, bilişsel, cinsel ve ahlak gelişimidir (Bayhan ve Işıtan, 2010).

Bedensel ve Cinsel Gelişim

Her 2 cinsiyette de büyüme atağı 4 - 5 sene sürmektedir. Ortalama bir erkekte büyüme oranı 13 yaşındayken doruğa ulaşmakta; kızlardaysa yaklaşık 2 yıl önce gerçekleşmektedir. Ergenlik döneminde yaşadıkları fiziksel değişiklikler karşısında ergen tedirgin olmakta ve bu değişiklikleri kimse ile paylaşmamaktadır. Ergenlik döneminde ergen bireyde görülen bedensel gelişimler şu şekildedir (Baltacı ve ark., 2006);

- Boyun uzaması:
- Ağırlık Artışı:
- İskelet ve Kas Sistemi Gelişimi:
- Beden Şekli ve Oranları

Bilişsel Gelişim

Jean Piaget, ergen bireyin bilişsel gelişim nitelikleri hususunda kapsamlı bilgiler veren bir kuramcıdır. Ergenin mantelitesi ve içeriği, çocuklardan değişik bir niteliktedir. Ergenlik dönemi öncesinde çocuğun tipik fikir yapısı, somut işlemler üstüne yoğunlaşmıştır (Aydın, 2010).

Ergenlik dönemiyle beraber çocuk artık somut işlemler dönemindeki kazanımlarının üzerine yeni kazanımlar elde etmeye başlayıp, bu ergenin üst seviyede dengelere ulaşmasını olası kılmaktadır. Ergen bireyin ve çocuğun fikir süreçlerindeki en önemli fark, çocuğun fikrinin somut gerçeğe yakinen bağlı olmasıdır. Gencin yaşadığı problemler karşısında neden-sonuç ilişkisini kurabilmek adına mümkün tüm değişkenleri göz önüne alıp bunlardan birini denerken diğerlerini dışarıda bırakabilmesi bu dönemin önemli bir niteliği olarak ifade edilebilir (Avcı, 2006).

Sosyal Gelişim

Ergenlik döneminin önemli bir gelişim boyutu da sosyal gelişimdir. Ergen gelişiminin sosyal alandaki süreçleri, aile, benlik, kişilik uyumu, cinsiyet rollerinin edinilmesi, ahlak değerleri ve arkadaş ilişkileri vb. hususları barındırmaktadır. Ergenin yaşamı içerisindeki bütün deneyimleri, onun sosyal gelişimini etkileyen ve belirleyen öğelerdir (Aydın, 2010).

Sosyal çevrenin özelliklerinin ergenlik dönemindeki insanların gereksinimlerini karşıladığı iyi bir çevre uyumu, davranışsal ve psikolojik sorunların olasılığını azaltmış bu sayede çocukluktan ergenliğe geçişte kolaylık oluşturmaktadır. Tam aksi bir durumda kötü bir çevre uyumu da sosyal ve psikolojik gelişimde sorunlara sebep olmaktadır (Poncelet, 2004).

2.2.2.3. Adolesan Dönemde Fiziksel Aktivitenin Önemi

Gelişen teknolojiyle birlikte bireyler sedanter bir yaşama geçmiş ve sonucunda çocukluk dönemi itibariyle hareketsizliğe bağlı olarak gelişen çoğu hastalığa kağı açmışlardır. Çocukluk döneminde edinilen bu hareketsiz yaşam alışkanlığı ilerleyen senelerde de sürmektedir. Çocukların fiziksel açıdan aktif oldukları dönemlerin karşılaştırılmasında hava değişimleri oluşmaktadır. Çocuklar genel olarak yaz aylarında aktifken kış aylarında inaktiftirler. Bunun sebebi havaların soğuması ile ev ve okul dışı oyuna ayrılan vaktin azalması ile alakalıdır. (Altay, 2007).

Okullar yapım aşamasındayken gerekli fiziki alanların (spor salonu, oyun alanları, açık sahalar gibi) yapılması ve ders müfredatının bunlara göre düzenlenmesini gerektirmektedir. Birçok ülkede bu anlayışın uygulanmadığı çocukların fiziksel aktivite gereksinimlerinin planlamalarda düşünülmediği ayrıca çoğu okulun bahçesinin bile bu gereksinimi yerine getiremeyecek kadar küçük olması, ders müfredatları hazırlanırken bu gereksinimin görmezden gelindiği bir gerçektir. Gelişmiş ülkelerde eğitim sisteminin bilişsel alan ile birlikte fiziksel aktivite gereksinimini karşılayacak şekilde planlandığı görülmektedir. ABD Ulusal Beden Eğitimi ve Spor Birliği' nin çocuklar (6-12 yaş) için hazırladığı tavsiye özelliğindeki bildiriye tek tip olmayan, en az 1 saatlik, haftanın her günü orta ve yüksek düzeyde fiziksel aktiviteye katılmalarını önermektedir. ABD' de gençler adına yapılan fiziksel aktivite tavsiyeleri, adolesanların günde minimum otuz

dakika oyun, spor, ve hareket katılımı biçimindedir. (U.S. Department of Health and Human Services, 2000).

2.3. ÇOCUK, SPOR VE SOSYAL AKTİVİTE

2.3.1. SPORUN ÇOCUK GELİŞİMİNE ETKİSİ

Sporun insan gelişimine katkısı oldukça önemlidir. Bu gün dünyada obezite buna bağlı hastalıkların giderilmesinde oldukça etkili olmaktadır. Teknolojinin getirdiği rahatlık, hazır konma, hızlı tüketim gibi unsurların içinde spor her yaşta insanın hem fiziksel hem de düşünsel olarak kontrol altına alınması konusunda belirleyici bir unsurdur. Spora katılmak hayatın her evresinde önem taşımaktadır. Özellikle çocuk, ergen, gençler için sağlığın pekiştirilmesi, çeşitli hastalıklardan korunmak ve psikososyal iyilik durumu için daha kritik bir önem taşımaktadır. Böylece sedanter hayat stili, obezite ve benzeri sorunların gençlerde fazlaca nüksettiği çağımızda özellikle önem taşımaktadır. Spor, bu bakımdan sporcuya kendini sınama, kendini jenarasyonu ile kıyaslama ve sağlıklı koşullarda yarışma alanı sağlar ki bu durum pozitif benlik saygısı, kendilik algısı ve mental dayanıklılığın gelişimini doğrudan kolay hale getirmektedir (Malina, 1996: 167).

Sporu küçük yaşlardan itibaren düzenli ve planlı olarak yapan bir çocuk kendi yaşlarına göre daha pozitif enerjiye sahipken, başarıya giden yolda da emin adımlarla yürümektedir. Spor çocuk için hem fiziksel hem sosyal bakımdan oldukça önemlidir. Çocuklar için spor kavramı fiziksel gelişimin dışında sosyalleşmesi açısından da önemli bir yere sahiptir. Çocuklar genellikle spor aracılığı ile sosyal çevresini adlandırmakta, iletişim bağı sağlamakta ve kendine olan güvenini de arttırmaktadır. Sağlıklı bir çocuk rutin yaşamı içinde yeterli derecede hareket etmemesi durumunda psikomotor gelişimi ciddi bir zarara uğrar ve bu duruma bağlı olarak okulunda ve sosyal yaşantısında başarı seviyesi geriye doğru gider. Böylece bir çocuk hayatında spor ile ne kadar erken tanışır o kadar pozitif güce sahip olur (Öztürk, 2014).

Spor özellikle çocukların yaşamında çeşitli evrelerden geçer. Bu bakımdan takım içinde işbirliği, paylaşma, yardımlaşma, etkili iletişim bağı kurabilme ve sorun çözme gibi becerilere sahip olmayı öğrenmektedirler. İlerleyen yaşlarda özellikle de iş yaşamında olası bir grup çalışmasında edinecekleri beceriler bu süreç içinde

sağlanabilir. Sporun çocuğun sosyal gelişimine etkisi olduğu kadar duygusal ve bilişsel gelişimi üstünde de pozitif yönleri bulunmaktadır. Kendi performansını deneyimleyen çocuk güçlü yönlerinin farkında olur ve özgüveni giderek artar. Bu hususta içedönük çocukların güven sağlayıcı bir eğitmen öncülüğünde takım sporlarında aktif olduklarında kendilerini daha rahat ifade ettikleri saptanmıştır. Bunun yanında öfkesini kontrol altına almakta zorlanan veya negatif tavırlar sergileyen çocuklar da takım sporlarında kurallara uymayı, koordine olmayı ve disiplin altında yol kat etmeyi de öğrenmektedirler. Takım için sorumluluk alması gerektiğini fark eden çocuklar bencilce tek merkez davranışlar sergilemek yerine işbirlikçi ve dostça davranışlar geliştirirler. Bunun yanında yapılan faaliyete odaklanması durumu da dikkat sürelerinin gelişimine katkı sağlamaktadır (Çetin, 2015).

Çocukların gelişimini tamamlayabilmeleri, sağlıklı büyüme göstermeleri için düzenli olarak spor yapmaları sağlanmalıdır. Bu bakımdan henüz gelişim çağında olan çocuklarda vücudun çeşitli egzersizlere yani spor faaliyetlerine ihtiyaçları bulunmaktadır. Bu alanda yapılan araştırmalar neticesinde okul çağında olan çocuklara planlı spor yapma alışkanlığı sağlandığında çocuğun ilerleyen yaşlarda da bu alışkanlıkları devam ettirdikleri gözlemlenmiştir (Öztürk, 2014).

2.3.2. ÇOCUKLARDA FİZİKSEL UYGUNLUK

Henüz çocuk yaşlarda sporun etkisi pek çok hastalığın nükstmesinin önüne de geçmektedir. Çocuklarda fiziksel uygunluk, son dönemlerde, yetişkin bireylerde de kalp hastalıklarının, tansiyon ve diyabetin önlenmesiyle ilişkili hale getirilmiştir. Bunun sonucunda sağlıklı alakalı fiziksel uygunluk öğelerini daha çok artıracak egzersizlere yoğunlaşılmasına yer verilmesine başlanmıştır (Ganley ve Sherman, 2000: 17).

2.3.3. FİZİKSEL UYGUNLUK VE SAĞLIK

Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk; vücudun fonksiyonel kapasitesinde artışa yol açan komponentlerden meydana gelmektedir. Fiziksel aktivitenin seviyesinin belirlenmesinde; kas kuvveti ve dayanıklılığı, esneklik, kalp ve solunum sisteminin dayanıklılığı ve vücut kompozisyonu değerlendirilir ve bu değerlendirmeye uygun bir egzersiz programı sunulur. Spor ile alakalı fiziksel uygunluk ise farklı spor dallarındaki

performans ile bağlantılı komponentleri içermektedir. Sağlıkla ilgili fiziksel uygunluk komponentlerinin yanı sıra çeviklik, hız, güç ve reaksiyon süresi, denge ve koordinasyondan meydana gelmektedir. Spor ile ilgili fiziksel uygunluk seviyesinin belirlenmesinde kişinin yaptığı ya da yapmak istediği spora yönelik değerlendirmeler uygulanmaktadır (Baltacı ve Düzgün, 2008: 13).

1975 yılından 1980 yılına kadar farklı komiteler fiziksel uygunluk testlerinin sağlık ile bağı kadar, performansla bağı olduğunu yaptıkları yayınlarda sıkça dile getirmişlerdir. Nitekim araştırmacılar fiziksel aktivite eksikliğinden ötürü Amerika’da yetişkin grubun karşı karşıya düştüğü en önemli 3 büyük rahatsızlığı; Şişmanlık, kalp-dolaşım rahatsızlıkları ve sırt ağrıları olduğu hususunda ortak paydada buluşmuşlardır. Dolayısıyla aktif yaşamın faydalarını çocukların küçük yaşlarda öğrenmesinin gerekli olduğunu dile getirmişlerdir (Zorba ve Ziyagil, 1995: 19)

2.3.4. SOSYAL AKTİVİTE

Canlı bilimi içinde irade sahibi ve düşünsel zekaya sahip olan insanlar biyolojik bir varlık olarak nitelendirildiği gibi aynı zamanda sosyal bir varlık olarak ta adlandırılmaktadır. Sosyalleşme, bir gruba ait olmak, insanın temel ihtiyaçları arasında yer almaktadır. Sosyalleşme hayat boyunca süren bir öğrenme süreci olarak karşımıza çıkmaktadır. (Kağıtçıbaşı, 2010: 54).

Şahan (2007) ile Goffee ve Gareth (2003) göre sosyalleşme kriterlerini aşağıdaki gibi açıklamak mümkündür;

- Kişinin kendine olan güven duygusunun gelişim göstermesi – Kişinin kendisini doğrudan ifade edebilmesi
- Kişide girişkenlik duygusunun giderek gelişim göstermesi
- Bencil değil, paylaşımcı duygusunun çoğalması
- Başarıyı ve başarısızlık durumunu kabullenmesi
- Kişilerin yeteneklerinin ortaya çıkarılması
- Aidiyet duygusunun gelişim göstermesi
- Başka kişilerin haklarına saygı duyma
- Bencil olmaktan uzaklaşma
- Centilmen olma durumu

- Toplumsal kurallara uyum gösterme alışkanlığının gelişim göstermesi
- Özgür düşünce ve karar verme yeteneğinin gelişmesi
- Takım çalışmasına yatkın olması

Bireylerin özellikle sosyalleşmelerinde sosyal aktivitelerin yeri oldukça önemlidir. (Akgeyik, 2007: 62).

Sosyal aktivite tanım olarak incelendiğinde; sosyal faaliyet, sosyal etkinlikle eş anlamda kullanılan ve genellikle serbest zamanlarda mevcut durumu değerlendirme, işlevsellik katma manaları taşımaktadır. Sosyal aktivitenin oluşmasında serbest zaman ve serbest zaman kavramları önemli bir yer almaktadır. Serbest zaman kavramı; kişinin çalışmadığı, hayat zorunluluklarının ve görevinin dışında kalan ve kişinin kendi isteği doğrultusunda harcadığı zamandır. Serbest zaman etkinliği ise; belli bir hedef olmadan, yalnızca yapmak için yapılan bir etkinliğin içinde olma şeklindedir (Kılbaş, 2001: 53).

2.3.4.1. Sosyal Aktivite ve Serbest Zaman Gereksinimleri

Serbest zaman faaliyetleri; bireyi zorunlu iş yaşamından sonra şarj eden, dinlenmesini sağlayan ve istekli olarak yapılan çalışmalar şeklinde açıklanmaktadır. Serbest zamanlar doğru yerde geçirildiğinde, insana zevkini, hevesini, yeteneğini, sorumluluk ve özgürlüğünü yaşama, zamanını doğru kullanma ve böylece kendini gerçekleştirme fırsatı sunmaktadır (Karaküçük, 1995: 12).

Serbest zamanı değerlendirme etkinliklerine katılmanın en büyük sebepleri arasında; serbest zamanı zevk olarak yaşamak, iş ötesinde daha farklı bir şey yapmak, arkadaşlarla etkileşim kurmak, yeni deneyimlere yelken açmak, bazı şeyleri başarma duygusunu yaşamak, yaratıcı duygusunu tatmak, toplumsal fayda elde etmek, zaman geçirmek yer almaktadır (Gümüş, 2000: 65).

Serbest/boş zamanı değerlendirmenin en büyük hedefi ise pozitif çalışmalara yöneltmesi durumudur. En kötü şartlarda pozitif yönlendiremeye dahi negatif etkinliklerden uzak tutma durumu meydana gelmelidir. Serbest/boş zamanı değerlendirmede gönüllülük şarttır. (Cengiz, 2010: 65).

2.3.4.2. Sosyal Aktivitenin Ergen Gelişimi Üzerine Etkisi

Sosyal aktivitelerin ergen gelişimi üzerinde etkisi doğru yollarla ve belli bir plan içinde sunulması gerekmektedir. Genç bireylerin talepleri, istekleri, hayat arzusu, yaşam biçimleri, olmak istedikleri noktaların hassas bir şekilde irdelenmesi ve kontrol altına alınması gerekmektedir. Böylece genç kuşakların serbest zamanlarına yönelik ilgi ve isteklerinin iyi tahmin edilmesi, onların serbest zamanlarını pozitif bir biçimde değerlendirmelerini sağlamak için ihtiyaçtır. Aksi halde serbest zamanlarının iyi değerlendirilmemesi ile gençlerin zararlı çevrelerce arkadaş gruplarına dahil olmaları, zamanını kahvehane köşelerinde geçirmesi, kumar, alkol, sigara ve uyuşturucu gibi bağımlılık yaratan kötü alışkanlıklar edinmesi neticesinde ruh sağlığı kötüye giderek suçlara yönelmesi durumu gündeme gelecektir. Bu tür kötü neticelerin doğması ve sağlıklı nesillerin devamı olabilmesi adına ebeveynlere ve öğretmenlere çok kutsal görevler düşmektedir (Gümüş, 2000: 65).

Sosyal aktivitenin faydalarını aşağıdaki gibi açıklamak mümkündür; (Kabak, 2009: 21; Aktaş, 2005: 64):

- Serbest zamanını değerlendirme yolu ile kişi okul ve iş ortamında yorulduğu anları giderme fırsatı yakalar.
- Serbestçe seçilen aktiviteler, insanların iş hayatını stres ve çeşitli yorgunluklardan her anlamda uzak tutar.
- İnsanların dinlenmeleri ve eğlenmeye yönelik gereksinimlerini serbest zaman değerlendirmesiyle karşılaması her zaman insanları sevince boğar.
- Serbest zaman değerlendirme kavramı kişiye yenedünyaların kapılarını açarak ufkunu sonsuzluğa doğru genişletmektedir.
- Serbest zaman değerlendirme, monoton ya da tekdüze programlardan, kalıp fikirlerden uzaklaştırarak; kişiye kendini aşma, yaratıcılığını doğrudan kullanma şansı yaratmaktadır.
- Sosyal dayanışmayı, birlik ve beraberliği sağlar.
- Kişiyi sevinç ve özünü ifade etme şansı sunar.
- Yeni tecrübeler öğretir.
- Zihinsel güçlerin doğru kullanımını ve duygusal tecrübeleri artırır.

- Arkadaşlık bağlarının kurulmasını ve gelişmesini sağlamakla beraber ve sosyal çevreyi geniş kılar.
- Hayata mutlu, sağlıklı kişilerin kazandırılmasında destek olur.
- Üretkenlilik kavramını tetikler ve artışına neden olur.
- Serbest zamanların değerlendirilmesinin insanlarda dürüst bir karakter oluşumuna, dışa dönük kişilik geliştirmesine olumlu anlamda katkısı bulunmaktadır.

2.4. ATILGANLIK

2.4.1. ATILGANLIK TANIMI

Atılganlık tanımı; Langrish (1981) Oxford İngilizce sözlükte “assertive” sözcüğünün karşılığı; “The action of claiming”, açıkça ifade etmek ya da ortaya bir iddia koymak olduğunu öne sürerek, atılganlığı, “kişilerin, öteki insanların haklarına gasp etmeden kendi haklarını insana yakışır bir vaziyette kullanabilmesi şeklinde açıklamıştır (Göktürk, 2009).

Assertiveness sözcüğü, atılganlık, güvengelik, kendini etkili biçimde ortaya koyma, etkili davranma, girişkenlik, kavramları şeklinde Türkçe’de kullanılmaktadır. Literatür merceğ altına alındığında, atılganlığa ilişkin pek çok değişik açıklamanın ifade edildiği göze çarpmaktadır. İlk atılganlık tanımı 1963 senesinde Bandura aracılığı ile ifade edilmiştir. Bandura, atılganlığı, “bireyin kendini ifade edebilme yeteneği” biçiminde açıklamıştır (Biçer, 2009: 27).

Uğürol (2010)’un tanımına göre ise, atılgan davranışı hak ve duyguların sosyal olarak onaylanabilen bütün ifade şekilleri olarak açıklamıştır. Açıklamada bahsettiği duyguları, kızgınlık, öfke, anlaşmazlık, üzüntü, hoşlanma ve sevgi duygularının ifade edilmesi olarak tanımlamıştır. Uğürol, atılgan tepkilerin kullanılmasını, karşıt ket vurma (reciprocal inhibition) kuramıyla açıklamış, kaygıyı oluşturan kişilerarası bağlantılarda kişi girişimci davranabiliyorsa kaygısının azalacağını dile getirmiştir. Ayrıca atılganlığın genel bir kişilik özelliği olduğunu düşünmüş, insanların davranış örüntülerini, kişilik özelliklerinin etkilediğini ortaya koymuştur. (Uğürol, 2010: 41).

Atılganlık, olumsuz 2 uç olan “saldırganlık” ve “çekingenliğe” karşılık, olumlu bir davranış tarzı olarak kabul görmektedir ve kişilerin rutin hayatındaki iletişimlerinde de önemli rol sahibidir. Buna ilave olarak atılgan davranışın, öfkenin, şiddetin,

anlaşmazlığın, sıkıntı ve üzüntünün, sevincin, övgünün ve sevginin olumlu ifadesini içerdığını vurgulamaktadır (Bishop, 2010).

2.4.2. ATILGAN BİREY DAVRANIŞLARI

Atılgan bireyler, diğerlerini hor görmeden, bireyin kendi haklarını koruyabilme yolu olarak geliştirilen bir tür bireyler arası ilişkiler şeklini kullanır. Ayrıca atılgan davranışa sahip bireyler, pozitif kabul için uygun psikososyal işlevselliğe sahip, diğerlerinin haklarını tanıyan, kendi hakları savunan, sosyal problemler karşısında kazan-kazan çözümü için çabalayan bireyler olarak açıklamışlardır (Ünal, 2011: 9).

Genellikle insanlarda bu 3 temel davranış modeli bir arada görülebilmektedir. Özel hayatında atılgan bir bireyin iş hayatında amirleri karşısında dili tutulabilir, kendini yeterince savunamayabilir ya da iş hayatında atılgan olduğu halde, sosyal hayatında pasif, özel hayatında saldırgan olabilir ya da özel hayatında zaman zaman manipülatif olan bir insan iş hayatında atılgan olabilir (Özcan, 2006: 232).

Alberti ve Emmons (2002)'a göre atılgan davranışların belirli başlı özellikleri bulunmaktadır. Bu özelliklere değinecek olursak;

1. Kendi benliği ifadeye dayalı şekildedir.
2. Diğer insanların haklarına saygı
3. Dürüstlük prensiptir.
4. Dolaysız ve kesin çizgidedir.
5. Bir ilişkide, ilgili her iki tarafın eşitliğine ve faydasına güdümlüdür.

Yukarıda verilen bilgiler doğrultusunda atılgan bireyler (Karakaş, 2011);

- Ne demek istediğini dorudan gevelemeden ifade edebilen,
- Değer verir izlenimi yaratacak biçimde etkin dinleyebilen,
- Öteki bireyler ile uygun biçimde göz teması kurabilen, uygun jestlerle doğal sözel ifadeler ve yetişkin bir ses tonuyla uygun yüz ifadesi kullanabilen,
- Özgüveni olan, diğerlerinin davranışları ile kendisini tehdit etmelerine ve korkutmasına izin vermeyen,
- Başka insanları aşağılamayan, ötekilerini etki altına almaya çalışmayan ve tehdit etmeyen,
- Bir şeyin yanlış olduğundan şüphelendiğinde soru sormaktan ve açıklama istemekten çekinmeyen,

- Başka insanların kendisini kullanmasına müsaade etmeyen,
- Seçim yaparken uygun biçimde “evet” veya “hayır” diye cevap verebilen,
- Davranışlarında kibar fakat gerektiğinde kesin-net tavrını koyabilen ve işe yarar neticeleri karşısındaki kişilerle tartışabilen,
- Yakın bağlar kurabilen, pek çok bireyler arası gereksinimlerini saptayıp ve bu gereksinimleri karşılamaya yönelik çaba sarf eden,
- Kendi hayat kararlarını ve seçimlerini yapabilen, kararlarının neticelerine katlanabilen ve amaçlarını gerçekleştirebilen,
- Pozitif ve negatif duygularını dürüst ve uygun biçimde ifade edebilen,
- Kendini daima geliştiren,
- Performans ve iş doyumunu yüksek kişiler olarak tanımlanmaktadır.

2.4.3. ÇEKİNGENLİK KAVRAMI

Çekingen kişiler, duygu ve fikirlerini kolayca ifade edemeyen, ötekilerine sınır koyma, hayır diyebilme, kendi kararlarını verme güçlüğü yaşayan, endişeli bireyler olarak açıklamaktadırlar (Voltan, 2008).

Çekingen davranış, kendine yönelik olma ve gizlilik boyutları ile tanınır. Çekingen kişiler genellikle kendi görüşlerini ve fikirlerini ifade için isteksizdirler. Çekingen davranış gösteren kişiler, insanlarla bağlarında endişeli ve sıkıntılıdır. Kendisini çaresiz, güçsüz, kısıtlanmış, sınırlı ve endişeli hissederler. Bir şey istemek veya hayır demekte güçlük çekerler. Sıklıkla güvensizdirler ve diğer insanların kendilerinden daha iyi bilmeleri zorunluymuş gibi hissederler. Kelimelerde kaybetmeye eğilimlidirler, gerçekten ne demek istediklerini söyleyemezler; pek çok özür dileyici kelimeler kullanırlar, insanların onlara söylemeden ne istediklerini anlayacaklarını düşünürler (Erol, 2006: 64).

2.4.4. ÇEKİNGEN BİREY DAVRANIŞLARI

Çekingen bireyler, herhangi bir konu hakkında ne hissettiğini, ne düşündüğünü söylemeye korkar, olabileceklerin sorumluluğunu ve reddedilme riskini göze alamadığından tepki vermesi gereken konularda bile suskun kalır veya ‘ben önemli değilim’, ‘bana aldırmayın’, ‘duygularım önemli değil’ gibi mesajlar içeren anlatımlar kullanırlar. Kişisel tercihlerini basitçe belirtmez, suçluluk hisseder.

Çekingen bireylere göre çatışma tehlikeli ve kaçınılması gereken bir durumdur. Birey onaylamadığı bir olayla karşılaştığında yüzleşmekten kaçınır, yatıştırıcı rol oynar ve öteki kişinin sorunu çözmesini beklemektedir. Özgüvenlerinin az olması sebebiyle kendi isteklerine özen göstermez diğerlerinin onlar adına karar vermesine izin verir. Kötü intiba bırakma veya bilgisiz görünme korkusuyla kendilerini ifade edemezler. Çekingen birey, kendine acır, benliğine verdiği değer düşüktür, sık sık özür diler, kendini inkâr eder.(Özcan, 2006: 232).

Beden duruşları, hareketsiz, uyuşuk ve ezik durumdadır. Başları hafif öne doğru eğilmiş ve boyunları yana doğru büküktürler. Omuzlar düşük ve hafif öne eğiktir. Genellikle kollarını bedenine yakın tutarlar. Öteki kişilerin kendisinden uzun görünmesine ve kişisel alanlarına girmesine müsaade ederler. Her an kaçmaya hazır görünümündedirler. Göz temasından kaçınır, gözlerini kaçırır, aşağıya ya da yukarıya doğru bakar. Ses tonları çok yumuşak, sakin, kararsız, hafif titrek ve kısıktır. Huzursuz bir şekilde kımıldanır, elleri ve parmakları ile oynar, seyrek olarak jestler kullanırlar ve olayları olduğundan daha hafif gösteren davranışlarda bulunurlar. (Üstün, 1995 : 43; Özcan, 2006 : 233).

Çekingen davranışlar gösteren kişinin bu davranışı kendi düşünce, inanç ve duygularının diğerlerinden daha önemsiz olduğu inancından kaynaklanmaktadır. Pasif davranış bir kısır döngü doğurur: Kişi gösterdiği pasiflik karşısında engellenme duygusu içine girer, engellenme kendine yönelik ya da ötekilerine yönelik saldırganlığı getirir. Pasif tavır, bir bakıma, saldırganlığın bastırılması olduğundan, uzun süre devam ederse “bardağı taşıran son damla” gibi işlev görür ve saldırganlık patlaması olur. “Bıktım artık, buraya kadar, bundan sonra ben yokum.” biçimindeki tepki, pasiflik neticesi biriken öfkenin doğrudan yansıması durumudur (Özcan 2006 : 235).

Birey hınç ve acı duymaya başlar; ötekilerine öfke duyarken kendini ihmal edilmiş olarak düşünür. Bütün güç savunma ve kaçma için kullanıldığından yapıcı

davranışlar kısıtlanır. Kendini ortaya koymadığı için kişi kendini değersiz görmeye ve kendine öfkelenmeye başlar. Bu da yeniden pasif davranışların oluşmasına sebep olmaktadır (Poussard, 2002: 422).

Çekingen davranış sergileyen bireylerin çoğunlukla amaçları gerçekleşemez ve kendilerini incinmiş, anksiyeteli ve engellenmiş hissederler. İnsanların gereksinimlerini tam olarak karşılayamadıkları için bu insanlarda bir takım sosyal, psikolojik ve hatta fizyolojik duyumsuzluklar ortaya çıkmaktadır. Birey dünya ile ilişkisini çekingen davranış göstermek üzerine oturtursa ve diğer insanlarla iletişim kurmazsa, sağlığın bozulması, aşırı kilo alması ya da vermesi veya alkolizmin ya da uyuşturucu bağımlılığının pençesine düşmesi sık rastlanan bir durumdur (Tanış, 1993: 74).

2.4.5. ATILGAN DAVRANIŞIN ÖĞELERİ

Çeşitli bilim adamları, atılgan davranışın sözel ve sözel olmayan pek çok ögesi bulunduğunu vurgulamışlardır.

2.4.5.1. Sözel Öğeler

Atılgan davranış kurallarında sözel öğeler şöyledir (Keser, 2013: 51; Göktürk, 2009: 15; Karakoyun, 2011: 56):

- Onaylama, Tasdik: İletişim esnasında karşımızdaki kişinin konuşmasına devam etmesini sağlamak, onu konuşmaya cesaretlendirmek için zaman zaman verilen tepkilerdir.

- Övgü, Takdir:
- Uygun İçerik:
- İtaat, Baş Eğme:
- Değişme İçin Rica:
- Olumlu Benlik Durumları:
- Kendiliğinden Olumlu Davranış:
- Baştanbaşa Atılganlık:

2.4.5.2. Sözel Olmayan Öğeler

Atılğan davranışta sözel olmayan öğeleri şu şekilde açıklamak mümkündür (Keser, 2013: 47-50; Göktürk, 2009: 18-19; Karakoyun, 2011: 54-55):

- Göz teması: Karşımızdaki kişiye ne kadar içten olup olmadığımız, onu ne kadar ciddiye alıp almadığımız gibi durumlarda fikir verir. Göz iletişimi kurmada önemli olan nokta dozu iyi ayarlamaktır. Israrla göz iletişimi kurmak karşımızdakinin bu durumu tehdit olarak algılamasına sebep olabilir.

- Beden duruşu: Karşımızdaki insnalarla konuşurken doğrudan doğruya onun yüzüne bakmamız, eğer yan yana oturuyor isek sadece başımızı değil, vücudumuzu ona doğru çevirmemiz aramızdaki iletişimin niteliğini ve niceliğini artırır. Çevik ve dik bir duruşla, karşımızdaki bireye doğrudan bakmak ifade edeceğimiz şeyi daha etkili ifade etmemizi sağlayacaktır. Ezik büzük ve edilgen bir görünüm, karşıdaki insana avantaj sağlar.

- Mesafe-Fiziksel Temas: İnsan ilişkilerinde mesafe ayarlanırken kişisel alana saygı göstermeye her zaman dikkat etmek gerekmektedir.

- El ve Beden Hareketleri: Uygun olmayan, anlamsız hareketler karşımızdaki kişinin dikkatini dağıtabilir, aktarılmak istenenden çok davranışlarımız ön plana çıkabilir.

- Yüz İfadesi: Karşımızdaki insana verdiğimiz mesajın etkin olabilmesi için yüzümüzdeki ifadenin, verdiğimiz mesaja uygun olması gerekmektedir.

- Ses Tonu, Yükseklik, İniş ve Çıkış: Konuya bağlı olarak yüksekliği iyi ayarlanmış, vurgulu bir ses tonu ikna edici ve ürkütücülükten uzaktır. Yüksek, inişsiz çıkışsız bir ses tonu, çatışmaya neden olmaktadır. İnişsiz çıkışsız, fısıltı biçiminde bir ses istenileni anlatmaya yetmez, ciddiye alınmamamıza sebep olur.

- Akıcılık: Konuşma esnasında uzun süren boşlukların olması, karşımızdaki kişinin sıkılmasına ve konuşmayı yapan kişinin kendinden pek de emin olmadığını düşünmesine sebep olur.

- Zamanlama: Uygun zamanlama için şartların iyi ayarlanması gerekmektedir. Diğer kişilerin yanında bir tartışmaya girmek öteki problemlere neden olabilir.

- Dinleme: Karşımızdaki insanla, göz teması kurarak, bedenimizle uygun geri bildirimler vererek ifade edebiliriz.

2.4.6. ATILGAN DAVRANIŞI ETKİLEYEN FAKTÖRLER

Atılgan olmak bazı engellerin üstesinden gelmeyi gerektirir. Woodcock ve Francis aşağıdaki atılganlık engellerini saptamışlardır (Akt. Tamığ, 1993):

- Uygulama olmaması: Sınırlarınızı yeterince test etmezseniz ne kadar assertif olabileceğinizi keŐfedemezsiniz.
- Őekilce eğitim: Ebeveynleriniz ve baŐkalarınca çocukluğunuzda eğitildiğiniz yol kendinizi savunmanızda cesaretinizi kırabilir.
- Açıık olmamam: Açıık standartlarınız yoktur ve ne istediğinizden emin değilsinizdir.
- Düşmanlık korkusu: Öfke ve olumsuz yanıtlardan korkuyorsunuz ve mantıklı bir birey olarak düşünölmek istiyorsunuz.
- Kendi değerinizi düşürme: Sıkı dayanmak ve isteklerde bulunmaya hakkınız olmadığını hissetmektesiniz.
- Zayıf tanıtım: Kendinizi iyi ifade etmiyorsunuz- belki değerışken, karıŐık ya da duygusal geliyorsunuz.

İnsanlarda belirli başlı davranış şekilleri genellikle bir arada görölebilir. Özel hayatında haklarına sahip çıkabilen (giriŐken) bir bireyin iş hayatında amirleri karıŐısında dili tutulabilir; kendini yeterince savunamayabilir ya da iş hayatında giriŐken olduğu halde, sosyal hayatında pasif, özel hayatında saldırgan olabilir. Fakat bu durumda atılgan iletişim şekli için sıralanan tüm olumlu ifadeler, iletişim hususunda karıŐılaŐılan her problemi çözen sihirli bir değernek olarak görölmemelidir. Yani karıŐıdaki insan saldırgan bir iletişim şekli sağlayabilir her zaman (Ker, 2005: 26).

2.4.7. ATILGANLIK EĞİTİMİ

Atılganlık eğitim çalışma ve faaliyetleri ile yalnızca bireyin atılganlık seviyesi ve iletişim yeteneklerinin geliştirilmesi değer, aynı zamanda bireyin duygu ve fikirlerini sosyal ortama uygun şekilde ifade etme becerisinin de geliştirilmesi hedeflenmektedir (Göler, 2011).

Adana ve ötekileri (2010) aracılığı ile yürütülen araştırmalar sonucunda atılganlık gelişiminin desteklenmesinde atılganlık eğitiminin yararlarının gözlemlenmesi hedeflenmiştir. Araştırma sınırları içerisinde atılganlık eğitimi uygulanarak hemşirelik mesleğindeki kişilerin atılganlık seviyelerindeki farklılıklar gözlemlenmiştir. Atılganlık eğitimleri, atılgan davranış becerilerinin geliştirilmesi gereken her kişiye uygulanabilmektedir. Bunun yanında atılganlık eğitimi bireyin atılgan davranışlar kazanma becerisini arttırmaktadır. Atılganlık eğitiminde ailenin de büyük bir rolü olup, ebeveyn tutumunun çocukların atılgan davranış sergileme düzeylerini etkilediği düşünülmektedir (Erdoğan ve Uçukoğlu, 2011: 62).

Değişik meslek grupları üzerinde yapılan bilimsel çalışma neticesinde uygulanan atılganlık eğitim programlarının bireylerin atılganlık seviyelerini geliştirmeye katkı sağladığını ortaya koymaktadır. Bu sebeple atılganlık eğitiminin alınması insanın sosyal çevrede sağlıklı iletişim kurabilmesi için oldukça önemlidir. Bunun yanında farklı meslek gruplarında çalışacak olan kişilerin örgün eğitim programları içerisinde atılganlık eğitimi de almaları önemli bir konu olarak değerlendirilmektedir. Örneğin; öğretmenlerin mesleki açıdan pek çok özelliğinin üst düzey olması gerektiği, bu kapsamda çok sayıda vasfı bir arada taşıması gereken öğretmenlerin meslek hayatına başlamadan önce atılganlık eğitimi almaları gerektiği belirtilmiştir. (Ekinci vd., 2013: 70).

2.5. SALDIRGANLIK

2.5.1. SALDIRGANLIK TANIMI

Herhangi bir canlı veya yapıya yönelik sergilenen rahatsız edici ya da can yakıcı davranışlar olarak betimlenen saldırganlık, her zaman gözlemlenmeyen içsel bir durum olup, yapısı gereği çok öfkelenildiği ve birilerine zarar vermek istediği durumlar yaşayan insanda söz konusu duygular her zaman davranış olarak sergilenmemektedir (Yıldırım, 2008).

Saldırganlık kavramı sosyal davranış ve ilişkileri etkileyen güçlü bir faktör olup, saldırgan çocuk, sahip olduğu içsel problemlerden kaynaklı olarak, yaşlıları ve çevresiyle uyumlu ilişkiler kurmakta güçlük çeker. İki farklı boyuta sahip olan saldırganlık kavramı, şiddetin eyleme dönüştüğü ve şiddet eğiliminin hareketin ardında gizli olarak bulunduğu boyut olarak ele alınmaktadır.

Şiddetin açıkça görülebilir olduğu saldırganlık boyutunda, vurma, itme, yaralama, küfretme ve hatta öldürme gibi davranışlar gözlenmekte olup, ikinci boyutta kızgınlık eğilimi hareketin ardında gizlenmiş haldedir. Saldırgan çocuk, oldukça geçimsiz, gergin ve kavgacı tavırlar sergilemesinin yanı sıra kuralları sık sık çiğneme eğilimindedir. Söz konusu negatif özelliklere sahip olan çocuk yaşatları ve çevresindeki kişiler ile olumlu sosyal ilişkiler kuramaz (Olcay, 2008).

Süreğen hale gelmesi muhtemel olan saldırgan ve yıkıcı davranış biçimi okul öncesi dönemde başlangıç gösterebilmekle birlikte kişinin hayat evrelerinin tamamında sorunlar yaşamasına neden olmaktadır. Bu hususta anne ve babaların çocuklarının saldırgan davranışları altındaki sebepleri anlayıp söz konusu durumun önüne geçebilecek önlemler alması büyük önem taşımaktadır. Saldırgan tavırları önlenmemiş çocuk büyüyüp bir yetişkin olduğunda, söz konusu davranışlarından ötürü toplum tarafından benimsenmeyen, dışlanan bir birey olarak yaşamını sürdürmek zorunda kalmaktadır (Gülay, 2008).

2.5.1.1. Biyolojik Kuram

İçgüdülerle, evrim sürecinin saldırganlık kavramını yeterince açıklayamadığını savunan biyolojik kurama göre, söz konusu davranış biçimi biyolojik ve genetik etkilerden bağımsız değildir. Biyolojik kuramın savunucularına göre insan, içgüdülerinin yanında biyolojik donanımlarının etkisiyle de saldırgan tutum sergileyebilmektedir. Diğer davranışlara benzer olarak saldırganlık üzerinde etkisi bulunan biyolojik faktörler ise genler, sinir sistemi ve biyokimyasal faktörler olarak sıralanmaktadır (Franzoi, 2003).

2.5.1.2. İçgüdü Kuramı

İçgüdü kuramları insanların biyolojik olarak saldırgan tavırlar sergilemeye programlandığını öne süren, saldırganlık eğiliminin doğuştan gelen bir olgu olduğunu savunan kuramlardır (Baron ve Byrne, 1991). Bu hususta saldırganlık kavramının içgüdüsel olduğunu savunan kuramcılar söz konusu iddialarını saldırganlığın tüm türlerde gözlenen ortak bir davranış olmasına dayandırmışlardır. (Myers, 2002).

Psikoanalitik Kuram

Saldırganlık davranışının çevre koşullarından bağımsız olarak içgüdüler tarafından kontrol edildiğini savunan psikoanalitik kuramı temsilcisi olan Freud, insan davranışlarının yaşam ve ölüm içgüdüleri olmak üzere iki güdü tarafından yönlendirildiğini belirtmektedir. (Brehm, Kassin ve Fein, 1999).

Sosyobioloji Kuramı

Sosyobioloji Kuramı içgüdü kuramlarına gelen eleştiriler neticesinde içgüdülere yapılan yüklemeleri biraz daha azaltan bir yaklaşım olup, saldırganlığın tümüyle olmasa da içgüdüler tarafından yönlendirildiğini savunmaktadır (Baron ve Richardson, 1994).

2.5.1.3. Engelleme-Saldırganlık Kuramı

Söz konusu kuram, 1939 senesinde Yale Grubu olarak adlandırılan Dollard, Doob, Miller, Mowrer ve Sears tarafından öne sürülmüş olup, kuramcılar içim engellenme; belirli bir amaca ulaşmanın önüne geçilmesidir, engellenmelerin artışı ile beraber saldırgan dürtüler de doğru orantılı olarak artış göstererek saldırgan davranış ortaya çıkmaktadır. Engelleme Kuramı; engellenmenin her zaman saldırganlığa yol açtığını ve saldırganlığın her zaman bir engellenmenin sonucu olarak ortaya çıktığını öne sürer. Berkowitz'e göre, engellenme, kızgınlık duygusunun artmasına sebebiyet vermesine karşın, öfkeli olmak, her zaman tepkisel saldırgan davranışa dönüşmeyebilir. Engellenen birey cezalandırılacağını düşündüğü zaman, şartlar lehine dönene kadar saldırgan tutum sergilemekten kaçınabilir (Akt. Acet, 2006).

Saldırganlık eğilimini artırma özelliğine sahip olan Engellenme Kuramı'nın ortaya çıkış aşamasında psikanalitik yaklaşımdan büyük ölçüde etkilendiği görülmekle birlikte, söz konusu kuramdan farklı olarak Engellenme Kuramı'nda Freud'un saldırganlık üzerine ortaya attığı görüşleri, test edilebilir bir alan üzerinde açıklanmaya çalışılmıştır. Dollard, saldırganlığı tanımlarken doğuştan gelen ölüm içgüdüleri ya da saldırganlık dürtüsü üzerinden yola çıkmasına karşın söz konusu görüşü tam anlamıyla kabul etmemiştir. (Yavuzer, 2009).

2.5.1.4. Öğrenme Kuramı

İlk kez 1947 senesinde öğrenme kavramını kullanan Julian Rotter'a göre insan, hayatı üzerinde etkili olan tecrübelerini etkileyebilme kabiliyetine sahip olan bilinçli bir varlıktır. Bunun yanı sıra dış uyaranlar insan davranışları üzerinde etkili olmaktadır. İnsanlar söz konusu uyaranları iç denetim ve dış denetim odaklı olarak algılamakta olup, iç denetim odaklı insanlar uyaranın kendi davranışlarına bağlı olduğunu düşünerek harekete geçme eğilimindedirlerken, dış denetim odaklı insanlar ise; uyaranın dışsal güçlere bağlı olduğunu düşünerek mevcut yetenekleri ile çok az şey değiştirebileceklerine inanmaktadırlar (Esentürk, 2015).

Saldırganlığın öğrenme kuramı Albert Bandura tarafından geliştirilmiş olup, Bandura'ya göre saldırganlık güdüsel bir kavram olmayıp, edimsel koşullanma ve gözlemsel öğrenmeyle öğrenilen bir özelliktir. Saldırgan tutumun içsel ve dışsal faktörlere bağlı olarak ortaya çıktığını savunan Bandura'ya göre, çocuklar saldırganlık içgüdüleriyle doğmayıp, sosyalleşme sürecinde öğrenmektedirler. Direkt olarak cezalandırma ve pekiştirme, saldırgan davranışları öğrenmedeki en temel mekanizma olarak açıklanmakta olup, sosyal öğrenme teorisine göre, davranışlar çevresel etkenler tarafından şekillenmektedir. Temel refleksler dışında, insanlar içgüdüsel davranışlara sahip olmayıp, bu nedenden ötürü davranışları öğrenmek zorundadırlar (Akt. Kırkbir, 2014).

Saldırganlık kavramının dışsal ve sosyal nedenlerden dolayı ortaya çıktığını savunan öğrenme kuramına göre saldırganlık, çocukluk dönemindeki bağımlı eğitim, gözlem yoluyla, doğrudan yaşantılarla ve kendilik düzenlemesi yoluyla kazanılarak sürdürülmektedir (Erdinç, 2008).

Öğrenme kuramı savunucularının belirttiklerine göre saldırgan davranışlar ve sözkonusu davranışların nasıl ifade edileceği, model alma, taklit, özdeşleşme ve pekiştirmelerle öğrenilen davranışlar olup, bireyin çevresinde model olarak aldığı kişiler, öfke ve saldırgan davranışlar sergileme eğilimi açısından önemli role sahiptirler. Uygun modeller, kişinin öfke ve saldırganlıklarını uygun biçimde ifade edebilmelerini veya söz konusu davranışlarını kontrol edebilmelerini sağlamakta olup, saldırgan davranışlar çocukluk döneminde öğrenildiği takdirde kalıcı hale gelmektedirler. Öğrenme kuramı, saldırgan davranışları öğrenilen davranışlar olarak kabul ettiği için öfke ve

saldırganlık programlarının kuramsal olarak dayandırıldığı popüler kuramlardan biri haline gelmiştir (Gültekin, 2008).

2.5.1.5. Bilişsel Kuramlar

Saldırganlık kavramına farklı bir açıdan yaklaşan bilişsel kuram savunucularının savunduğu en önemli nokta saldırgan kişilerin bilgi işleme süreçleri olup, bilgi işlem sürecinde, kişilerin herhangi bir duruma nasıl tepki verdiği, söz konusu durumu nasıl algıladığı ile ilişkilidir. Bazı bireyler bir olaya sakin tepkiler verebiliyorken, bazıları ise aynı olay karşısında sakin kalamamaktadırlar (Çınar, 2016: 29).

Bilişsel kuramda beş basamaklı bir model mevcut olup, saldırgan davranışın, sosyal ipuçlarını kodlama, ipuçlarını sunma ve yorumlama, tepkileri araştırma, tepkiye karar verme, tepkiyi ortaya koyma basamaklarında ortaya çıkabilecek, sosyal bilgiyi işlemedeki eksikliklerden dolayı ortaya çıkabileceği savunulmaktadır (Ceylan, 2012: 9-10).

Söz konusu kuramın savunucuları, bazı insanların bazı şartları diğerlerine göre daha tehdit edici unsur olarak algılama ve yorumlama olasılığının olduğu üzerine dikkat çekmektedirler. Buna bağlı olarak söz konusu bireylerin saldırgan davranış sergileme olanağı yüksektir (Kılınç, 2012: 18).

2.5.2. SALDIRGANLIK ÇEŞİTLERİ

Saldırgan tutum ve davranışlar üzerine yapılmış olan çalışmalar ele alındığında saldırganlığın çok farklı türlerde sınıflandırıldığı görülmekte olup, bu başlıkta saldırganlık türleri üzerinde durulmaktadır.

Amaç yönelimli saldırganlık

Amaç yönelimli saldırganlık türünde, buz hokeyinde oyuncunun rakibine omuz ile vurması, boksörün rakibine nakavt edici yumruk atması gibi davranışlar herhangi bir düşmanlık niyeti taşımadan, sadece bir amacı gerçekleştirmek için sergilenen davranışlar olup, bu tür saldırganlık davranışı öğrenme ile ortaya çıkmaktadır. Kişi saldırgan tavırlar sergilediği zaman bazı şeyler elde ediyorsa bunların devamını sağlamak için saldırgan davranışını sürdürme eğiliminde olabilmektedir. (Gültekin, 2008).

Araçsal saldırganlık

Biyolojik açıdan uyarlanabilir saldırganlık türlerinden biri olan araçsal saldırganlığın amacı istenen veya gerekli olan şeyi elde etmek olup, asıl hedef pek de yıkım değildir. Araçsal saldırganlık türünde saldırganlık sadece, gerçek amaca ulaşmakta bir araç işlevi görmekte olup, bu yönüyle, savunucu saldırganlık türüne benzemesine karşın birçok önemli yönlerden farklılıklara sahiptir. Araçsal saldırganlık, savunucu saldırganlığı programlayana benzeyen, kalıtsal olarak programlanmış bir sinir temeline dayanmaktadır. Araçsal saldırganlıklar, sportif bir hedef için belli bir düzeyi yakalama, karşısındakini yenme aracı ya da kaybetmekten kaçınma davranışı biçiminde kendini göstermektedir. Araçsal saldırganlık türüne özel duygusal uyanma belirtileri eşlik etmez ve bunlar öğrenilmiş davranışlardır (Gökçiçek, 2015).

Düşmanlık içeren saldırganlık

Düşmanlık içeren saldırganlık türünde esas hedef, başka bir bireye zarar vermek, onu incitmektir. Bir başka açıdan düşmanlık içeren saldırganlık kendi içinde bir sonuç olmakla beraber, karşısındakine tamamen zarar verme amacıyla hareket etme olgusudur. Bundan dolayı, saldırganın asıl hedefi, hedef olarak seçtiği bireyi incitmektir. Bir hentbolcunun topu bilerek kalecinin yüzüne fırlatması, futbolda kasten atılan tekmeler düşmanlık içeren saldırganlık türüne verilebilecek örneklerdir (Kırkibir, 2014).

Sosyal Rol olarak saldırganlık

Sosyal rol olarak ele alınan saldırganlık davranışları genel olarak gözlem ve taklit yolu ile ortaya çıkıp, çocuklarda sıklıkla gözlemlenen bir saldırganlık türüdür. Sporcular ise kendilerine örnek aldıkları, popüler sporcunun davranışlarını gözleme ve taklit etme yoluna bu saldırganlık davranışını sergileyebilmektedirler. Bundan dolayı söz konusu saldırganlık türünün çocuk ve genç sporcularda daha az görülmesi için profesyonel sporcuların çocuk ve gençlere iyi birer örnek olmaları gerekmektedir (Gökçiçek, 2015).

Yıkıcı saldırganlık

Yıkıcı saldırganlık türü bir konuda hayal kırıklığına uğrayan ve bunun neticesinde duygu karmaşası yaşayan insanlarda görülebilen bir saldırganlık türü olup, kişi kendisine zarar verdiği inandığı bireyi hedef alarak onu incitmeye yönelik tutumlar sergiler (Gökçiçek, 2015).

Kültürel Öge Olarak Saldırganlık

Tplumlarda bazı saldırganlık türleri, doğal ve beğenilen bir davranış olarak kültürün bir parçası halinde gözlemlenmektedir. Kültürel öge olarak saldırganlık türüne örnek olarak mahallenin namusunun gençlerden sorulduğu bir toplumda gençlerin uygunsuz davranışta bulunanlara caza vermeyi kendilerine hak görmeleri örnek olarak verilebilir (Göksu, 2000).

Tepkisel saldırganlık

Tepkisel saldırganlık türü doğrudan kişiyi üzen bireye karşı veya öfkenin nedenini oluşturan olaylara karşı ortaya koyulan bir saldırganlık türü olup, söz konusu saldırganlık türünde kişi bazen kendisine karşı da saldırgan tutumlar sergileyebilmektedir (Gökçiçek, 2015).

Zevk İçin Saldırganlık

İnsanların bazıları yalnızca zevk aldıkları için karşısındaki bireylere ve yapılara karşı saldırgan tutum ve davranışlar sergileyebilmektedirler. Turistik çevrelerde yabancıları rahatsız etmek, onlarla alay etmek, eğlence için onları zor durumda bırakmak, laf atmak, işkence etmek, yaralamak ve hatta öldürmek zevk için saldırganlık türüne örnek olarak verilebilmektedir (Gültekin, 2008).

2.5.3. SALDIRGANLIĞIN NEDENLERİ

Saldırganlık davranışının nedenleri incelendiğinde hayvanlarda uygun ve ortak cevaplar bulunabilirken, insanlar üzerinde yapılan araştırmalarda cevaplar çeşitlilik göstermektedir. İnsan saldırganlığı biyolojik ve psikolojik nedenlere bağlı olarak ortaya çıkabilmektedir (Göka, 2009). Saldırgan davranışı belirleyen biyolojik faktörler şunlardır (Göka, 2009: 12-13; Çetinoğlu, 2016: 10);

- Artmış fizyolojik uyarılma: Kişilerin aşırı fizyolojik uyarılması saldırgan davranışlara sebebiyet verebilmektedir. Örneğin sürekli şiddet filmleri izleyen birinde fizyolojik uyarılma artış gösterebilmektedir.

- Cinsiyet ve hormonlar: Gerek içgüdüsel olarak sahiplenme duygusunun yoğunluğundan gerekse hormonlardan kaynaklı olarak insan ve hayvanlarda erkek bireyler dişi bireylere göre daha saldırgan bir yapıya sahiptirler. Erkeklerde bulunan androjen hormonunun seviyesine bağlı olarak saldırganlık davranışlarının artış ya da azalış gösterdiği tespit edilmiştir.

▪ Cinsel uyarılma: Yapılan bazı araştırmalar neticesinde cinsel uyarılmayla saldırganlık arasında bağlantı olabileceği ortaya koyulmuş olup, cinsel olarak uyarılmış insan ya da hayvanlarda saldırgan tutumlar gözlemlenebilmektedir. Özellikle cinsel uyarılmışlığın nihayete erememesi durumunda saldırgan davranışlar görülebilmektedir.

▪ Ağrı: Fiziksel olarak acı ya da ağrı hissetmek söz konusu davranışı unutmak üzere bireyi saldırgan hale getirebilmektedir.

▪ İlaçlar ve diğer maddeler: Az dozda alınan alkol, bireyi sakin bir tavra sokarken yüksek dozlarda alındığı takdirde birey saldırgan bir tutum sergilemeye başlar. Aerosol ve diğer kimyasal çözücü ve uçucular; kaygı gidericiler, genel olarak saldırganlığı engellemektedirler. Sakinleştiriciler saldırganlığı azaltırken bazı ilaçlar da saldırganlık davranışlarının artmasına neden olabilir.

Saldırgan davranışı belirleyen psikolojik faktörler ise şunlardır (Göka, 2009:14; Çetinoğlu, 2016: 11);

▪ Engellenme: Engellenme insanı saldırgan davranmaya yöneltten bir durum olmasına karşın her engellenme sonucu saldırgan tutum sergilenmez.

▪ Doğrudan provake edilme: Bireyin fiziksel özellikleriyle dalga geçilmesi ve fiziksel olarak kullanılması gibi sebepler doğrudan provake grubuna girmekte olup, saldırgan davranışlar sergilenmesine sebebiyet verebilmektedir. Bazı durumlarda imalı bir söz veya bakış söz konusu süreci başlatabilmektedir.

▪ Saldırganlık gösteren örneklere maruz kalma: şiddetin yoğun olduğu filmleri izleme, oyunları oynama gibi durumlar saldırgan tutumu teşvik edici ve tetikleyici etki yaratabilmekte, televizyondaki şiddet görüntüleri ile çocukların saldırgan davranışları arasındaki ilişki bilinen ve kabul edilen bir saptamadır.

2.5.4. ERGENLİKTE SALDIRGANLIK

Saldırgan davranışlar çocukluk döneminde gözlenmeye başlandığı ve engellenmediği takdirde ergenlik döneminde artarak devam etmekte, saldırganlık olarak tanımlanan çeşitli davranışların ortaya çıkmasına sebebiyet veren faktörler her geçen gün artış göstermektedir. Sıcaklık, gürültü, kalabalık, alkol, uyuşturucu madde kullanımı, kitle iletişim araçları, engellenme, alay edilme, aile, okul ve arkadaş grupları gibi çevresel uyaranlar ergen bireylerin saldırgan tutumlar sergilemelerine sebebiyet vermektedirler.

Ergenler söz konusu dönemde çeşitli nedenlere bağlı olarak sinir ve öfke patlamaları geçirebilmektedirler. Gençler fiziksel veya toplumsal etkinlikleri sınırlandırıldığında, özellikle istedikleri bir yere gidemediklerinde, kişiliklerine ya da toplum içindeki konumlarına yönelik herhangi bir saldırıya uğradıklarında öfkelenebilirler. Ergen; eleştirilmeyi, utandırma, küçümseme ve reddedilmeyi zaten aşırı duyarlı olan benliğine ve ayrıca sosyal konumuna yönelik bir tehdit olarak algılar ve öfkelenir (Avcı, 2010: 2).

Doğuştan gelen özelliklerine ek olarak çevrelerinden etkilenen ve çevrelerini etkileyen çocuklar, sosyalleşerek kişiliklerini şekillendirmektedirler. Sosyalleşme ile beraber birey birçok etkene maruz kalmakta, bir yandan topluma ayak uydurmaya, diğer yandan da kendi kişiliğini oluşturmaya çalışmaktadır. Bu durum da bazen bireyin çevresine uyum sağlayamamasına ve saldırgan davranışlarda bulunmasına sebebiyet vermektedir. Gencin yaşadığı çevrenin sosyoekonomik düzeyi, suç işleme oranları, silahlara ve uyuşturucu maddelere ulaşılabilmedeki kolaylıklar ve toplumda doğrudan veya dolaylı olarak şiddete maruz kalma gibi durumlar gencin saldırgan davranışlar sergileme eğilimi üzerinde etkili olmaktadır (Norşenli, 2009: 31).

Genç bireyin kişiliğini, psikolojisini ve aile içindeki davranışlarını şekillendirme hususunda ailenin izleyeceği politika büyük önem taşımaktadır. Ergenin ebeveynleriyle olan ilişkileri söz konusu saldırgan davranışları üzerinde oldukça etkili olmaktadır. Ebeveynin çocuğa aşırı korumacı, reddedici, aşırı ilgisiz veya ilgili davranması gibi durumlar çocuklarda saldırgan davranışların görülmesine sebebiyet vermektedir. Ebeveynin aşırı düşkünlüğü ya da aşırı koruyucu tutumu, çocukta oto kontrolün zayıflığına yol açıp, saldırgan davranışlar sergilemesine neden olabilmektedir (Yılmaz, 2008: 13).

Çocuklukta göz ardı edilen, reddedilen, aşırı katı ya da tutarsız, fiziksel ceza ve dayağa dayanan bir disiplin anlayışıyla yetişen ergen bireylerde saldırgan tutum ve davranışlar daha yoğun olarak ortaya çıkmaktadır. Ailenin, çevrenin ve toplumun, çocukların eğitimi için aşırı baskı, disiplin öğelerini içeren yöntemler kullanması ve aşırı denetim kurması çocuğun ruhsal gelişiminde olumsuz etkiler yaratmaktadır. Sevginin geri çekilmesi, güce başvurma tehdidi, olumsuz eleştiriler ve duygular, tutarsız disiplin anlayışı gibi tutum ve davranışlar kişilik, benlik ve ahlak gelişimini olumsuz

etkileyen ebeveyn davranışlarına örnek olup, ergen bireylerin saldırgan davranışlara eğilimli olmalarının nedenleri arasında yer almaktadır (Berk, 2013: 608).

Aile içi doğrudan ya da dolaylı olarak şiddete maruz kalan çocuklar saldırganlaşmaktadırlar. Ayrıca ebeveynlerin öfke ve saldırganlık sebebiyle boşanma kararı almaları durumunda da çocuklar olumsuz olarak etkilenmektedirler (Özmen, 2004: 31). Sonuç olarak gençlik dönemlerinin ilk yılları ve ergenlik dönemi oldukça karmaşık bir dönemdir. Söz konusu süreçte birey genel olarak toplumun ve çevresinin bütün baskısına ve isteklerine karşı, sebebini kendisinin bile açıklayamadığı bir direnç mekanizması oluşturmaktadır. Söz konusu dönemde genç birey kendi kendisiyle ve çevresiyle sürekli bir kavga halindedir (Acar, 2006: 10). Bağımsızlığını kazanan ergen bireyler daha sakin tavırlar sergilemeye başlarlar. Söz konusu dönemde görülen huzursuzluk, bunalım ve baskılar azaldıkça ergen duygusal belirtilerde ve davranışlarında daha kontrollü ve dengeli hale gelir (Temel, 2001: 12).

2.6. YALNIZLIK

2.6.1. YALNIZLIK TANIMI

Yalnızlık oldukça karmaşık bir kavram olup, insanlara acı veren bir duygudur. Bu yüzden insanlar yalnızlıklarıyla yüzleşmekten kaçınırlar. Hatta psikiyatristlerin bile yalnızlık üzerine çalışma yapmaktan kaçındığı söylenebilir (Geçtan, 1999).

Literatür çalışmalarında yapılmış olan yalnızlık tanımları ele alındığında söz konusu tanımların genel olarak sosyal yalnızlık üzerinde durduğu görülmektedir. Booth (2000)'a göre yalnızlık sosyal beceri eksikliğinden kaynaklanmakta olup, bazı kişilerin diğer kişilerle anlamlı etkileşim sağlayan iletişim kabiliyetlerinin olmaması, diğer bireylerle yakınlık kurmakta güçlük çekmesi neticesinde meydana gelebilecek bir durumdur.

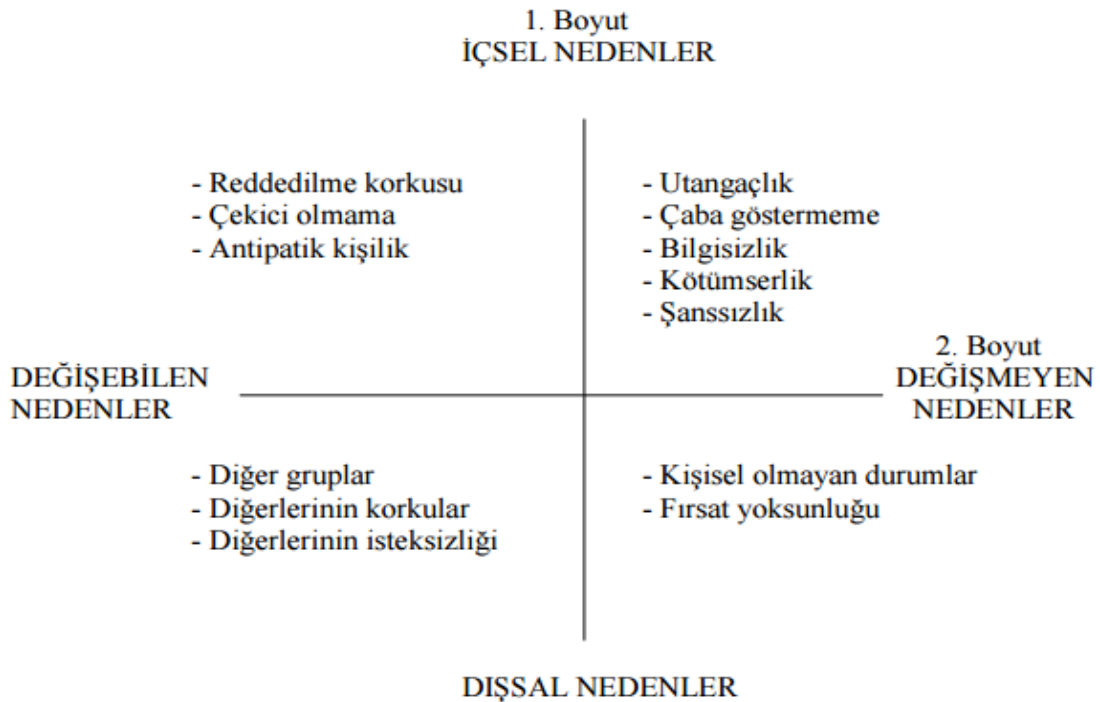
Asher ve Paquette (2003: 75) ise yalnızlık kavramını, mutsuzluk, boşluk, özlem gibi duygulara sebebiyet veren bireyin kişisel ve sosyal ilişki kurabilme becerisindeki eksikliklerin bilişsel bir farkındalığı olarak açıklamışlardır. Bu bağlamda uygun ilişkiler kurma, sürdürme ve bitirme kabiliyetine sahip olmayan birey kendini kimsesiz, reddedilmiş hissedecek ve yabancılaşma endişesi duyacaktır. Buna bağlı olarak araştırmacılar sosyal beceri eğitiminin yalnızlığı önleyeceğini ileri sürmektedirler.

Yalnızlık, bireyin öznel değerlendirmesi ile ilgili olup, düşündüğünden ve istediğinden daha az sayıda arkadaş ve meslektaşı ile ilişki içerisinde olması durumudur. Buna ek olarak arzu ettiği gibi samimi, içten ve güvenilir bir sırdaşı olmaması durumu da yalnızlık kavramı kapsamına girmektedir (Akt. Körler, 2011: 12).

2.6.2. YALNIZLIĞIN NEDENLERİ

Peplau ve Perlman (1984)'a göre yalnızlık; bir gruptan dışlanma gibi hoş olmayan üzücü bir deneyim, bireyin sevilmediğini düşünmesi gibi olumsuz bilişsel tecrübe, sosyal ilişkilerdeki yetersizlik, bir ilişki kurup sürdürme becerisindeki eksiklik, paylaşım yaşayacak arkadaş edinememe gibi durumlardan ötürü meydana gelmektedir. Yalnızlığa zemin hazırlayan durumlar; kişilik özellikleri, insanın içinde bulunduğu durumun özelliği ve kültürel değerlerdir. Yalnızlığı hızlandıran faktörler ise romantik bir ilişkinin sona ermesi veya bireyin sosyal yaşamının değişmesine sebebiyet veren taşınma gibi durumların olmasıdır. Yukarıda ki etkenler bireyin gerçek sosyal ilişkileri ile sosyal gereksinimleri ve arzuları arasında uyumsuzluğa neden olur. Söz konusu faktörler sonucu bilişsel süreçlerden geçen anlamlandırma ile yalnızlık yaşantısı ortaya çıkmaktadır.

Michela, Peplau ve Weeks (1982) Şekil 6.1'de verildiği gibi yalnızlığın içsel ve dışsal, değişebilen ve değişmeyen nedenlerini sınıflandırmışlardır.



Şekil 6.1. Yalnızlığın Algılanan Nedenleri (Michela, Peplau ve Weeks, 1982)

Bireyin kendisini yalnız hissetmesine sebebiyet veren diğer kavram ise bilişsel-davranışçı yaklaşımda da üzerinde durulan olumsuz otomatik düşüncelerdir. Yalnızlığın bilişsel çarpıtmalarla ilişkisini inceleyen araştırmalarda kendilerini yalnız hisseden öğrencilerde fonksiyonel olmayan tutumların daha yaygın olarak gözlemlendiği ve yalnızlık seviyesinde artış gözlemlenince paralel olarak ergen bireylerde kişiler arası ilişkilere yönelik bilişsel çarpıtmalara rastlandığı tespit edilmiştir (Haliloğlu, 2008).

2.6.3. YALNIZLIĞIN BOYUTLARI

2.6.3.1. Derin Yalnızlık

Depresyonun şiddetli bir biçimde görüldüğü, bireyin çevresi ile ilişkisinin tamamen kesildiği, derin ve acı veren bir yalnızlık türüdür. Daha da ilerleyen depresyon evresi ve yalnızlık duygusu neticesinde derin yalnızlık sorunu yaşayan insanlar, artık hayatın bir anlamı olmadığını düşünmeye başlarlar. Buna ek olarak söz konusu vakalarda halsizlik, yorgunluk, karar verme konusunda güçlük çekme, unutkanlık, çaresizlik ve intihar düşünceleri varlığını göstermeye başlar. Derin yalnızlık türünü yaşayan bireyler gerekli önlemler alınmadığı takdirde intihar ederek yaşamına son vermeyi isteyeceklerdir (Derdiyok, 2015: 21).

2.6.3.2. Sosyal Durum Yalnızlığı

Söz konusu yalnızlık türünü yaşayan insanlar kendilerini buldukları toplumdan soyutlarlar. Kalabalık ortamlardan sıkılmaya, diğer insanlarla bir araya gelerek topluca yapılan etkinliklerden zevk almamaya başlarlar. Sosyal durum yalnızlığı yaşayan bireylerin bir örgütün üyesi olarak görev ve sorumluluklar üstlenmesi oldukça güçtür. Bu bireyler grup etkinliklerine katılmaktan çekinirler. Yabancı bir şehirde eğitim görmekte olan bir öğrencinin yalnızlığı, gittiği ve tanıdığı bulunmadığı ülkede hissedilen yalnızlık, sosyal durum yalnızlığına verilebilecek örneklerdendir. Yeni girilen bir toplulukta, başlangıçta yalnızlık yaşamak olağan bir durum olmasına karşın bu yaşantının uzun sürmesi ve uyum sorunlarıyla karşılaşılması durumunda “sosyal durum yalnızlığı” olarak kendini göstermeye başlar (Yahyaoğlu, 2007).

2.6.3.3. Duygusal Yalnızlık

Duygusal yalnızlık bireyin ruhsal olarak tatmin olmamasına bağlı olarak ortaya çıkan bir yalnızlık türüdür. İnsanın beklentilerine, değerlerine, sevdiklerine, istediği ve hak ettiğini düşündüğü ölçüde yanıt alamaması sonucunda gelişen bu yalnızlık türünde birey hayal kırıklığına uğramış ve söz konusu kırıklık onun iç dünyasına zarar vermiştir. Söz konusu durumlar meydana gelirken çevresel şartlar normal olup, kişinin fiziksel sağlığı da yerindedir. Kişi duygusal yalnızlık durumunu kısa sürede ortadan kaldırabilir veya kronik bir hâle dönüşerek bir hastalık tablosu olarak gözlemleyebilir. Bu yaşantı, kişinin yaşadığı hayal kırıklığının süresine, düzeyine ve direncine göre farklılaşabilmektedir (Derdiyok, 2015: 21).

2.6.3.4. Gizli Yalnızlık

Gizli yalnızlık kişinin yaşadığı hayal kırıklıkları ve kötü olaylar benzeri durumlardan sonra ortaya çıkmakla birlikte, söz konusu yalnızlık türünün görüldüğü bireyler izleyici gözü ile gayet normal gözükürler. Üzüntülerini ve yaşadıklarını içine atan insanların yaşadığı yalnızlıktır. Gizli yalnızlık, hayata karşı olan bakış açısının değiştirilmemesi durumunda derin yalnızlığa doğru insanı sürüklemeye potansiyeline sahiptir (Yahyaoglu, 2007).

2.6.3.5. Triad Yalnızlık

Karmakarışık duygularla, depresyon ve korkuyla birlikte yaşanan yalnızlık türü olan triad yalnızlığına sahip olan bireyler birden bire parlayan ya da bitkinlik ve sürekli değişen ruh halleri gözlemlenmektedir. Söz konusu yalnızlık türüne sahip olan bireylerin profesyonel yardım alması gerekmekte olup, bireyin bu durumla tek başına savaşabilmesi imkânsız denebilecek kadar zordur. Psikoterapi desteğinin yanı sıra ilaç tedavisi de gerekebilir (Derdiyok, 2015: 22; Yahyaoglu, 2007).

2.6.4. YALNIZLIK KURAMLARI

Yalnızlık ile ilgili yapılan araştırmalarda kuramcılarının bazıları, toplumun önemli bölümünde gözlemlenen bu yalnızlık tanımını açıklamaya çalışmışlardır

Psikodinamik Kuramlar

Psikodinamik kuramın öncülerinden biri olan Freud'un eserlerinde, yalnızlık kavramı ile ilgili olarak net bir ifade bulunmamakla birlikte, çocuklarda iki temel korkunun bulunduğunu ifade etmiştir. Söz konusu korkulardan bir tanesinin yalnızlık olduğunu ve bunun da çocuğun bakımı ile sorumlu olan bireyin eksikliği ya da yetersizliği durumunda yaşanıldığını ifade etmiştir (Akt. Derdiyok, 2015).

Varoluşçu Kuram

Varoluşçu kuramın savunucularına göre, yalnızlık bir hastalık durumu değil, insanlığın vazgeçilmez durumunun gerçekçi bilincidir. Bu hususta, yalnız bireyler gerçeği net bir şekilde görebilen ve kabul edebilenlerdir. Yalnızlığı yönetmede insanlar, yaratıcılık, fedakârlık ya da dostlukta anlam bulma veya diğer insanlara, örgütlere ve sebeplere odaklanmadır (Bahr, 2003).

Bilişsel Kuram

Söz konusu anlayışın öncülerinden olan Peplau ve Perlman yalnızlığın duygusal ve davranışsal boyutlarını kabullenmekle birlikte daha çok bilişsel süreçlere ve bilişsel çelişkilere vurgu yapmaktadırlar. Yalnızlık çeken kişi kendisini, sosyal yaşamını ve ilişkilerini nasıl algıladığına ve değerlendirdiğine odaklanmaktadır. Benzer sosyal ortam ve ilişkilere sahip olan iki kişiden biri yalnızlık hissetmiyorken diğerinin yalnızlık hissetmesi olabilecek bir durumdur. Bireyin içinde bulunduğu yalnızlık düzeyi sosyal ilişkilerine dair belirlediği ölçütlere göre değişiklik göstermektedir (Peplau, Miceli ve Morasch, 1982).

Bilişsel Davranışçı Kuram

İletişim kurma ve yalnızlıkla başa çıkma konusunda bireyin 6 basamaktan oluşan bir dönemden geçtiğini belirtmektedir. Söz konusu dönemdeki basamaklar sırasıyla; tek başına olmak, sıradan arkadaşlıklar, karşılıklı kendini açma, potansiyel bir eşle görüşmek, yakın ilişki kurmak ve uzun süreli duygusal bağlanma aşamalarıdır (Akt. Derdiyok, 2015).

2.6.5. YALNIZLIKLA İLGİLİ DEĞİŞKENLER

Yalnızlık kavramı üzerine yapılmış olan araştırmalarda yalnızlığı açıklamak üzere sosyal alandaki çalışmaların yanı sıra, cinsiyet, aile, arkadaş, yaş ve kişilik özellikleri gibi ilişkiler, medeni durum gibi değişkenler de bir bireyde yalnızlık durumunun ortaya çıkması üzerinde etkili olan faktörlerdendir.

2.6.5.1. Yalnızlık ve Yaş

Genç bireylerin aileleri ile kurdukları bağların gsüzleşmeye başlamasıyla birlikte, yaşıtları ve özellikle karşı cins ile samimi ilişkiler arayışına girdikleri görülmektedir. Ergenlik dönemine bağlı olarak ortaya çıkan duygusal ve sosyal ihtiyaçlar doğrultusunda akesin bireyler bazen yoğun yalnızlık duygusuna kapılırlar. Yaşlı bireyler ise yalnızlık duyguları ile nasıl savaşabileceklerini ve söz konusu duyguları yapıcı bir biçimde nasıl kullanacaklarını öğrendikleri için yalnızlık seviyeleri genç bireylere kıyasla oldukça düşük bir orana sahiptir (Akt. Gümüş 2000).

2.6.5.2. Yalnızlık ve Cinsiyet

Cinsiyet kavramı yalnızlık üzerine yürütülmüş olan çalışmalarda üzerinde durulan bir diğer etkindir. Cinsiyet faktörünün yalnızlık üzerindeki etkilerinde farklı sonuçlar olduğu söylenebilir. Üniversite ğrencilerinin yalnızlık durumlarını araştırmak üzere yapılmış olan araştırmada, erkek bireylerin kadınlara göre yalnızlık puanlarının aritmetik ortalamalarının yüksek olduğunu fakat bu farkın anlamlı olmadığı tespit edilmiştir (Karakurt, 2012).

2.6.5.3. Kişisel zellikler ve Yalnızlık

Bireyin sahip olduğu kişisel özellikler ve yalnızlık arasında anlamlı ilişkinin olduğu tespit edilmiştir. Yapılan araştırmalarda özellikle zgven ykseklıği ya da sosyal ie dönüklük, utangaçlık, ekingencilik gibi özelliklerin yalnızlık düzeyini etkilediği tespit edilmiş ve karamsarlık, düşmanca duygular gibi özellikler ise söz konusu etkenler ile ilişkili grlmştir (Bozdoğan 2011).

2.6.5.4. Aile İlişkileri ve Yalnızlık

Sosyal ve duygusal ilişkilerde meydana gelen yetersizlik ve tatminsizlik durumları bireyin kendisini yalnız hissetmesi ile sonuçlanmaktadır. Buna bağlı olarak sosyal ilişkileri kuvvetli olan kişilerde yalnızlık probleminin gözlemlenme oranı olmayanlara göre daha düşüktür (Duru 2008).

Aileleri ile uzun zaman geçiremeyen insanlar, yalnızlığı davranış biçimi olarak kabullenme eğilimine girebilmektedirler. İstenmeme ve ebeveynin yaşamını yitirmesi gibi durumlarda yalnızlık duygusu daha sık görülmektedir. Eğitim için ailesinden ve evinden ayrılmak durumunda kalan bireyler yeni insanlarla karşılaşma kaygısı yaşar; lisedeki ortamının devamını sağlayamaz. Yeni sosyal beceriler geliştirme konusunda zorluk çekebilirler ve bunun neticesinde yalnızlığı tercih ederler (Çelen, 2011).

2.6.6. ERGENLİK DÖNEMİNDE YALNIZLIK

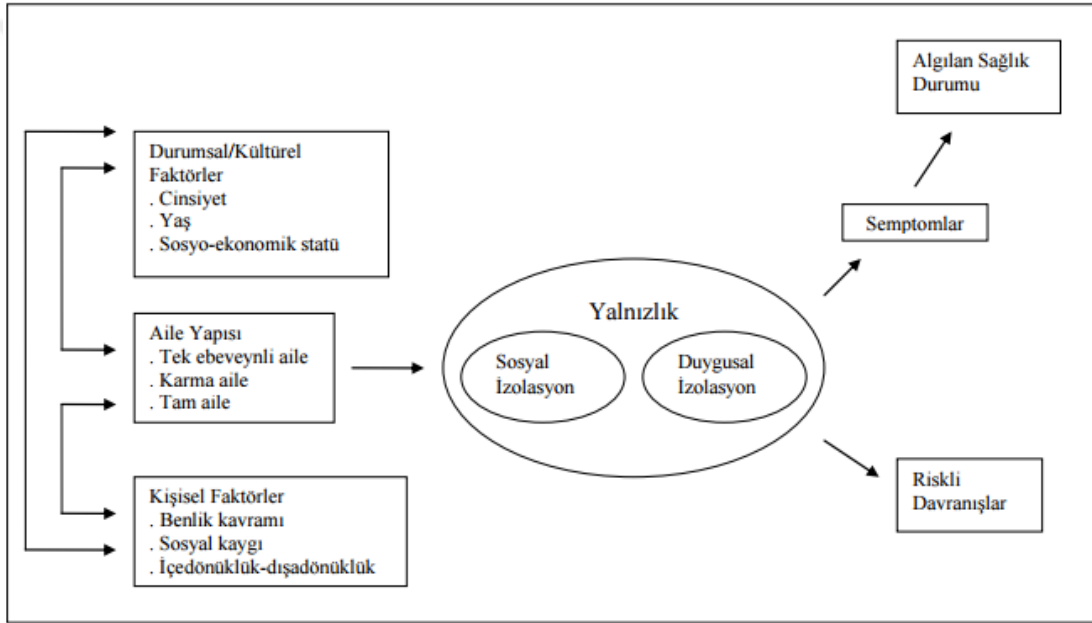
Antognoli-Toland (2000)'a göre ergen ve genç bireylerin yaklaşık %20 ile %50'si yalnızlıktan etkilenmektedir. Demir ve Tarhan (2001) ise ergenlik döneminin önemli ve gelişimsel bir süreç olmasına bağlı olarak özellikle ergenlik döneminde yalnızlık duygusunun genel olarak yaşanan bir durum olduğunu öne sürmüşlerdir.

Ergen bireylerde gözlemlenen yalnızlığın sosyal, kültürel, gelişimsel ve kişisel özellikler olmak üzere farklı nedenleri bulunmaktadır.

Buna ek olarak intihar, suçluluk, utangaçlık, okul başarısızlığı, evden veya okuldan kaçma, sosyal beceri gelişimi gibi değişkenlerin de ergen bireylerde gözlemlenen yalnızlık ile ilişkili olduğu düşünülen bir sonuç olarak söylenebilir (Akt. Özatça, 2009).

Ergen bireylerde yalnızlığın, yakın duygusal ilişkilerin kaybedilmesi veya kurulamaması neticesinde gözlemlendiğini savunan Weiss (1973), 'e göre ergenlik döneminde ebeveyn bağlanma figürü olmaktan çıkarak yerini aynı cinsten veya karşı cinsten yaşlıları almaktadır. Söz konusu durum ise ergen bireyin yaşantısında yeni bir düzenleme yapması ihtiyacını ortaya çıkarır. Bu düzenleme ise bazı durumlarda bireyler arası ilişkilerde problemlerin yaşanmasına sebebiyet vererek ergen bireyin yalnız kalmasına yol açmaktadır.

Antognoli ve Toland (2000) ergenlerde yalnızlığa neden olan durumları Şekil 6.2’de görüldüğü gibi, durumsal-kültürel faktörler, aile yapısı ve kişisel faktörlerle açısından değerlendirmişlerdir. Bireyselleşmeye ve rekabete dayanan sosyal kültürün, ergen bireylerde meydana gelen rol karmaşasının, aşırı sosyal beklenti ve gerçek üstü sosyal normların, utangaçlık, içe dönüklük, düşük benlik saygısı gibi kişisel özelliklerin ve yetersiz aile ilişkilerinin ergen bireylerde yalnızlığa sebebiyet verebileceğini tespit etmişlerdir. Yalnızlık kavramının ise sosyal ve duygusal yalnızlık olmak üzere iki şekilde oluşabileceğini ve yoğun yalnızlık duygusu ile baş başa olan ergen bireylerin fiziksel ve psikolojik belirtiler göstereceklerini, alkolizm, intihar veya okuldan kaçma gibi riskli davranışlara teşebbüs edeceklerini de ifade etmişlerdir.



Şekil 6.2. Ergenlik Yalnızlığının Kuramsal Modeli (Antognoli ve Toland, 2000)

2.6.7. YALNIZLIKLA BAŞA ÇIKMA

Yalnızlık herkesin belli dönemlerde karşılaşabileceği bir duygu olup, kişiye acı vermeye başladığında yalnızlıkla yüzleşebilmek ve uygun bir biçimde mücadele etmek gerekmektedir. Bu hususta ise yalnızlıkla başa çıkma yöntemleri büyük önem taşımaktadır. Williams (1983) suçlu ergen bireylerin katılımlarıyla yürütmüş olduğu araştırmasında, ergen bireylerin yalnızlıkla gerçekçi olmayan yollara başvurarak mücadele ettiği neticesine ulaşmıştır.

Ergen bireylerde yalnızlıkla baş etme yöntemleri ve yalnızlığın intihar davranışıyla ilişkisini inceleyen Eskin (2001), intihara başvuran ergen bireylerin diğer vakalara göre daha fazla yalnızlık çektiğini ve yalnızlıkla baş etme yöntemi olarak; edilgen etkinlikler, ilişki arama, kendini etkinleştirme, okuma-ders çalışma ve düşünme-hayal etme yöntemlerine başvurdukları neticesine ulaşmıştır.

Televizyon izleme, spor yapma gibi aktiviteler ergen bireylerde yalnızlık problemi ile başa çıkabilme yöntemleri olarak görülmektedir. Söz konusu yöntemler yalnızlığın belirtisi olan sıkılganlık gibi durumlardan kurtulma üzerinde etkili olmasına karşın, sosyal ilişkiden yoksun olma belirtilerini azaltma hususunda bireye yardımcı olmamaktadır. Bu hususta ergen bireylerde yalnızlıkla mücadele etmede etkili ve işlevsel yöntemlerin önemi öne çıkmaktadır. Yalnızlıkla başa çıkmada yalnızlık duygusunun nelerden kaynaklandığının bilinmesi ve bireyin içinde bulunduğu sosyal ilişki ağının değerlendirilmesi gerekmektedir. Özellikle çocuk ve ergen bireyler için aile ve arkadaş ilişkileri, okul yaşantıları oldukça önemlidir (Körler, 2011: 33).

2.7. İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.7.1. FİZİKSEL AKTİVİTE İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Sedanter yetişkinlerin fiziksel aktivite seviyelerinin araştırıldığı çalışmalarda sedanterler kendi yaptıkları fiziksel aktivite düzeylerini bilmedikleri ya da abartıldığını gördükten sonra faydalı seviyede varsayılan fiziksel aktivite yoğunluğunun tekrar gözden geçirilmesi kanaatine varmışlardır.

Jacobsen (2001), 127 adet 4. ve 5. sınıf öğrencisiyle yaptığı araştırmada fiziksel aktivitenin öğrencilerin matematik performanslarına olan etkisini gözlemlemiştir. Fiziksel aktivitenin anlık matematik performanslarını yükselttiği ve fiziksel aktivite yetersizliğinin de matematik performansını negatif yönde etkilediği saptanmıştır.

Placek ve arkadaşlarının (2001) 34 adet 6. sınıf öğrencisiyle yaptığı araştırmada öğrencilerin, egzersizin sağlıklarını koruyup geliştirdiğini tam olarak bilmedikleri saptanmıştır. Aynı öğrencilerin fiziksel uygunluk aktivitelerinin hedefleri ve antrenman prensiplerini de bilmediği gözlemlenmiştir.

Brittenham (2002), 298 adet 1. ve 5. sınıf öğrencisinde fiziksel aktivite düzeyiyle fiziksel uygunluk arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında erkeklerin kızlara oranla daha aktif olduğu görülmüştür. Haftada minimum beş günlük aktiflik düzeyinde olduğu ve kız öğrencilerin birinci sınıftan dördüncü sınıfa kadar fiziksel aktivite düzeylerinin arttığı ve beşinci sınıfta azaldığı da gözlemlenmiştir.

Telama ve arkadaşları (2005), fiziksel aktivite alışkanlığının çocukluktan ve ergenlikten başlayıp yetişkinlikte de korunmasını araştırmışlardır. Katılımcılara 3, 6, 9, 12, 15 ve 18 yaşlarında ölçümler yapmışlardır. Spora katılım ve fiziksel aktivite 9 - 18 yaş grubundaki deneklerde tıbbi muayene ve anket ile ölçülmüştür. Neticeye göre, 9 - 18 yaşları arasında yapılan fiziksel aktivitelerin yetişkinlikteki fiziksel aktivite seviyesini ve okul çağında sürekli olarak yapılan fiziksel aktivitelerin yetişkinlikteki aktifliği etkilediği tespit edilmiştir.

Vural (2010)'ın masa başı personellerinde fiziksel aktivite seviyesi ve yaşam kalitesi ilişkisi adlı çalışmasının verilerine göre, bireylerin, % 25,2'sinin inaktif, % 48,9'unun fiziksel aktivite seviyesinin düşük olduğu ve % 25,9'unun da fiziksel aktivite düzeyinin sağlığını korumak için yeterli olduğu tespit edilmiştir. Buna ek olarak yaşam kalitesi boyutları cinsiyet ve yaş gruplarına göre ele alındığında fiziksel ve mental sağlık skorlarında anlamlı bir farkın olduğu ileri sürülmüştür. Yapılan araştırma neticesinde, bireylerin fiziksel aktivite seviyelerinin düşük olduğu ve bu durumun bireylerin yaşam kalitesi ile ilişkili olmadığı tespit edilmiştir.

Uçar (2014)'in yurtlarda yaşayan ergen bireylerin fiziksel aktivite ve uygunluk düzeylerinin belirlenmesi ile ilgili yürütmüş olduğu çalışmasında örneklem olarak, Konya Yetiştirme Yurdu'nda kalan 90 ergen birey seçilmiştir. Araştırma bulgularına göre, yetiştirme yurdunda kalan ergen bireyler arasında inaktivitenin yaygın olduğu, ergenlerin fiziksel uygunluk seviyelerinin yetersiz olduğu ve sağlık açısından risk taşıdıkları tespit edilmiştir. Ergenlerin fiziksel aktivite seviyelerinde artış gözlemlenmesi durumunda fiziksel uygunluk seviyelerinde de artış olabileceği ve buna bağlı olarak sağlık riski taşıyan birey sayısının azalabileceği ileri sürülmüştür. Bu nedenden dolayı yetiştirme yurtlarındaki spor alanlarının iyileştirilmesine yönelik gerekli yasal düzenlemelerin yapılması ve canlandırıcı faaliyetlerin düzenlenmesi ergenlerin daha sağlıklı bir yaşam sürdürebilmelerine katkı sağlayabilecekleri sonucuna varmıştır.

Akyol vd. (2008) yürütmüş olduğu araştırma bulgularına göre, fiziksel aktivitenin her yaş grubunda gerekli olduğu ve inaktif yaşam biçiminin toplumsal olarak ölümcül hastalıklara yakalanma riskini arttırdığını tespit etmiştir.

Özşaker (2012)'in, genç bireylerin serbest zaman etkinliklerine dahil olmama sebepleri üzerine yapmış olduğu araştırma verilerine göre, bireylerin serbest zamanlarını verimli bir biçimde değerlendirme konusunda güçlük çektikleri tespit edilmiştir. Cinsiyet, refah düzeyleri, tesislerin yetersizliği ve alternatif faaliyetlerin olmaması, gençlerin serbest zaman aktivitelerine katılmaları üzerinde etkili olduğu sonucuna varılmıştır.

Yerlisu-Lapa ve Tercan (2013)'nın, üniversitede okuyan ve seçmeli beden eğitimi dersi alan öğrencilerin serbest zaman engelleri ile baş etme stratejilerinin cinsiyete ve rekreatif aktivitelere katılım düzeyine göre farklılaşıp farklılaşmadığını araştırdıkları çalışmalarında öğrencilerin rekreatif aktivitelere katılım düzeylerine göre bireylerde engellerle baş etme oranlarında farklılık gözlemlendiği tespit edilmiştir.

2.7.2. ATILGANLIK İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Güler, Aydos ve Koç (2005)'un, farklı refah düzeylerine sahip devlet ilköğretim okullarının 6., 7. ve 8. sınıf öğrencilerinin katılımlarıyla gerçekleştirmiş oldukları araştırmalarında, eğitim seviyelerinin ve sportif etkinliklere katılım oranlarının atılganlıklarına olan etkisi incelenmiştir. Söz konusu araştırma verilerine göre devlet ilköğretim okulları ikinci kademedeki verilen eğitim ve öğretim etkinliklerinin, sınıflararası bağlamda, öğrencilerin atılganlık düzeylerini yeterince etkilemediği; sportif etkinliklere katılımın ise bu hususta etkili olduğu ve sportif etkinliklerde bulunan çocuklarda atılgan davranışların daha fazla gözlemlendiği tespit edilmiştir.

Biçer (2009) çalışmasında, ebeveynleri beraber olan ve ebeveynleri boşanmış olan ergen bireylerin atılganlık ve sosyal yetkinlik beklenti düzeyleri incelemiştir. Söz konusu çalışmada ergenlerin atılganlık ve sosyal yetkinlik beklenti puanları arasında pozitif korelasyon olduğu tespit edilmiştir.

Diñer ve Öztunç (2009) tarafından yürütülen çalışmada Öğrencilerin %61.4'ünün benlik saygısı düzeyinin yüksek, %70.7'sinin atılgan olduğu saptanmıştır.

Güler (2011)'in, hemşirelik öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerini belirlemeye çalıştığı araştırmasının evrenini, Yakın Doğu Üniversitesi Hemşirelik Bölümü'nde öğrenim gören 385 öğrenci oluşturmuştur. Araştırma verilerine göre öğrencilerin benlik saygısı düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur.

Toraman (2009)'ın Ankara'da, çeşitli bilim sanat merkezleri ve ilköğretim okullarının öğrencilerinden oluşan 12 yaş çocuklarından toplam 285 çocuğun katılımıyla yürüttüğü çalışmasında, ilköğretim okullarında eğitim gören çocukların çekingenlik düzeyinin, kültür ve sanat merkezlerine devam eden yaşlılarına göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kültür ve sanat merkezlerine devam eden çocukların, devam etmeyen yaşlılarına göre daha az atılgan oldukları sonucuna varılmıştır.

Karakoyun (2011)'un, incelemiş olduğu çalışmasında, öğrencilerin atılganlık düzeylerinin yanı sıra problem çözme, iletişim, duygusal tepki verme düzeyleri arasında negatif taraflı ciddi bir ilişki tespit edilmiştir. Öz güveni yüksek olan öğrencilerin atılganlık puanlarının, kendilerine bazen güvenenlere göre önemli düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Kılınç (2011) tarafından Adıyaman'da okuyan 219'u kız, 231 öğrenci üzerinde ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin benlik tasarımlarının atılganlık düzeyi ve bazı değişkenler açısından incelenmesi konulu çalışmasında, ebeveyn birliktelik durumunun atılganlık puanlarını etkilediği saptanmıştır. Ebeveyni birlikte olan öğrencilerin atılganlık puanlarının ortalaması, ebeveynleri ayrı ya da boşanmış olanlara göre çok daha yüksek olduğu görülmektedir. Söz konusu durum anne babanın birlikte olmasının atılganlık açısından ne kadar önemli olduğunu ortaya koymaktadır. Buna ek olarak ebeveynleri ayrı olanların atılganlık puanı ortalaması boşanmış olanlara göre daha yüksek çıkmıştır. Yani birlikte olmasalar bile ebeveyni boşanmamış olması, ebeveyni boşanmış olan öğrencilere göre atılganlık açısından daha olumlu bir sonuç ortaya koymaktadır. Ebeveyni boşanmış olan çocukların ise atılganlık puan ortalamalarının en düşük olduğu tespit edilmiştir. Araştırmada ilköğretim ikinci kademe öğrencilerinin atılganlık puanları ile benlik tasarım puanları arasında yapılan analiz sonuçlarına göre anlamlı bir ilişkinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

2.7.3. SALDIRGANLIK İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Snyder, Stoolmiller, Wilson ve Yamamoto (2003), tarafından ebeveyn-çocuk ilişkileri ve çocukların saldırgan davranışları arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yapılan çalışmada: Anne babaların sergilediği sert tutumların çocuklarda saldırgan davranışlarla ilişkili olduğu görülmüştür.

Aktaş, Şahin ve Aydın (2005) tarafından yapılan çalışmada sosyal ilişkiler yönünde genel kanı saldırgan olarak bilinen erkeklerin saldırgan olarak bilinen kızlardan daha fazla düşmanca niyet yükleme eğiliminde olduğunu saptamışlardır.

Dizman ve Gürsoy (2005), anne yoksunluğunun saldırganlık eğilimleri üzerindeki etkisini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmada: Anne yoksunu olan çocuklar; saldırganlık eğilimi puanları özellikle anne yoksunu olmayan çocuklara göre önemli bir farka sahiptir.

Karataş (2008), lise öğrencilerinin saldırganlığı ile ebeveyn saldırganlığı arasındaki ilişkiyi araştırmış olup, ebeveyn saldırganlık düzeyleri ile doğru orantılı olarak öğrencilerin saldırganlık puanlarının arttığı neticesini elde etmiştir (Akt. Kılınç, 2012, s.35).

Karabıyık (2003)'ın, üniversite öğrencileri üzerine yaptığı araştırmasında algılanan ebeveyn tutumlarının, kaygı düzeyinin ve problem çözme becerisinin, bazı sosyo-demografik değişkenlerin öğrencilerin saldırganlık davranışları üzerinde etkili olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma neticesinde ebeveyn tutumunu otoriter olarak algılayan öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin, demokratik ve koruyucu olarak algılayan öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır (Akt. Kılınç, 2012, s.31).

Duque, Klevens ve Ramirez (2003) yapmış oldukları çalışma 15-60 yaşları arasında toplam 3.007 bireyle yürütülmüş olup, araştırma bulgularına göre 15-24 yaş arasındaki erkeklerin daha saldırgan oldukları tespit edilmiştir. Buna ek olarak tüm saldırganlık türlerinin birbiri ile örtüştüğü saptanmıştır. Fiziksel olarak saldırgan davranışta bulunan, silah ya da bıçakla saldırıda bulunanların neredeyse tamamı sözel saldırganlığa da başvurduklarını belirtmişlerdir.

Eroğlu (2009)'nun, 981 öğrencinin katılımıyla saldırganlık eğilimlerini bazı değişkenler açısından incelediği araştırmasında, öğrencilere bilgi formu ve "Saldırganlık Envanteri" uygulanmıştır. Öğrencilerin saldırganlık eğilimlerinin, öğrencinin kendisinin, ailesinin ve okulun özelliklerine göre analizi yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre spor tatmininin stresi ve saldırganlığı azalttığı tespit edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre elde edilen bir başka sonuca göre ise, stresle saldırganlık arasında pozitif bir ilişki saptanmıştır. Sporcuların stres düzeyi arttıkça saldırganlık düzeyi de artmaktadır.

Öztürk (2008)'ün, orta öğretim 9. sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin bazı değişkenlere göre farklılık gösterip göstermediğini tespit etmek amacıyla yürüttüğü çalışmasında, ergenin saldırgan davranışlarının yaş, cinsiyet, okul türü, okul başarısı, gelir düzeyi, ebeveyn eğitim düzeyi, ebeveyn tutumu, arkadaşlık ilişkilerinden memnuniyet durumu, öğretmenleri ile ilişkilerinden memnuniyet durumu, ailenin yapısı ve devamsızlığa göre farklılaşp farklılaşmadığı üzerinde durulmuştur. Araştırma bulgularına göre orta öğretim 9. sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri yaş, cinsiyet, okul türü, okul başarısı, gelir düzeyi, ebeveyn eğitim düzeyi, ebeveyn tutumu, arkadaşlık ilişkilerinden memnuniyet durumu, öğretmenleri ile ilişkilerinden memnuniyet durumu, ailenin yapısı ve devamsızlığa göre farklılaşma olduğu tespit edilmiştir. Ancak annenin eğitim düzeyi, babanın eğitim düzeyi, ailenin gelir düzeyleri ve 9. sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri üzerinde önemli bir etkisinin bulunmadığı sonucu ortaya çıkmıştır.

Low, Polanin ve Espelage (2013) ergenlerin fiziksel ve ilişkiyel saldırganlık davranışları üzerinde akran etkisini belirlemek amacıyla yaptığı çalışmada, 6. ve 7. sınıflardan oluşan 346 kişiye, akran grupların bireylerin fiziksel ve ilişkiyel saldırganlıkları üzerindeki etkisinin incelenebilmesi için gelişimsel bir çerçeve kullanılmıştır. Analiz sonucu zaman 1 aralığındaki akran grup saldırganlığının diğer akran grup karakteristikleri ve bireysel risk ve korumacı faktörler kontrol altına alındıktan sonra zaman 2 aralığındaki bireysel saldırganlık düzeyinin tahminine yardımcı olduğunu göstermektedir. Akran ilişkilerinde her iki saldırganlık türü de gözlenmesine rağmen elde edilen bulgular, fiziksel saldırganlığa akran ilişkilerinde daha az rastlandığını ve fiziksel saldırganlığın daha küçük, erkek dominant gruplarda daha çok ortaya çıktığını ortaya koymuştur.

Ellis, Chung-Hall ve Dumas (2013) uzun vadeli çalışmalarında saldırgan akran grup normlarının, ilişki kalitesi ve ilişki sırasındaki şiddet üzerindeki etkisini incelemişlerdir. Çalışmada okul döneminin başlangıcında (T1) ve 6 ay sonra (T2) toplam 1070 katılımcılardan saldırganlık yönündeki tutumları, fiziksel ve ilişkisel saldırganlık davranışları hakkında kendilerini değerlendirmeleri istenmiştir. Yapılan çoklu analizler, T1'deki akran grup ilişkisel saldırganlığının ilişkideki suistimal ve şiddetle pozitif; T2'deki ilişki kalitesiyle ise negatif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur. Beklenmeyen bir bulgu ise T1'deki fiziksel olarak saldırgan akran gruplarında yer alma durumu ile T2'deki ilişki kalitesi arasında pozitif bir ilişkinin olmasıdır. Elde edilen veriler ergenlerin ilişki deneyimlerinin şekillenmesinde akran grupların önemini ortaya koymaktadır.

Bowker, Ostrov ve Raja (2011) ilişkisel ve açıkça gözlenen saldırganlık ile sosyal statü arasındaki bağlantıyı inceledikleri çalışmalarında, Hindistan'ın kentsel bölgelerinde yaşayan ergenlerde akran olmanın beraberinde getirdiği saldırganlık davranışının yakın arkadaş olma durumuna göre farklılaşıp farklılaşmadığı neticesine varılmaya çalışılmıştır. Araştırmanın örneklemini, Surat bölgesinde yaşayan orta ve üst sınıfa mensup ailelerden seçilen 194 genç oluşturmaktadır. Yapılan analizler, saldırganlığın türü, algılanan popülerlik ve ilişkisel saldırganlık, sosyal tercihler arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur.

Faris ve Ennett (2012) çalışmalarında ergenlerde görülen saldırganlıkta grup karakteristikleri ve akran grup statüsünün rolünü incelemişlerdir. Ergenlerin Zaman 1 aralığındaki saldırgan davranışlarının ve arkadaşlarına dair statü değerlendirmelerinin 6 ay sonra Zaman 2 aralığında bağımsız biçimde saldırganlık düzeylerini arttırdığını saptamışlardır. İlişki teklifine olumlu yanıt alamayan ergenlerin saldırgan davranışlarının da bu noktada etkisi bulunmaktadır. Akran grupların ortalama statü hakkındaki düşünceleri, kendilerinin ve arkadaşlarının tutumlarını öfkeli davranışları kontrol edildikten sonra bile saldırganlık olasılığının arttığı gözlenmiştir.

Erdemir (2012), çalışmasında öğrencilerin cinsiyeti, internet kullanımı, kullanım amacı, kullanım yeri, süreleri, internet kullanım zamanları, genel olarak girdikleri siteleri, oynadıkları oyun türleri, internette karşılaştıkları olumsuz içeriklere göre öğrencilerin saldırganlık ölçeği puan ortalamaları anlamlı bir şekilde değişim göstermektedir.

Öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinde cinsiyete (erkekler kızlara göre daha saldırgan) ve annelerinin öğrenim durumuna göre anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Diğer yandan; öğrencilerin saldırganlık düzeylerinde; babalarının öğrenim durumu, ebeveynlerinin evlilik durumu, annelerinin çalışma durumu, babalarının çalışma durumu, kardeş sayısı, ebeveynlerinin geçinme durumu, algılanan sosyo-ekonomik düzey, eğitim aldıkları okul türüne göre anlamlı farklılıkların olmadığı tespit edilmiştir.

Erkiner (2012), araştırmasında lise 1. sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinde cinsiyete ve annelerinin öğrenim durumuna göre anlamlı farklılıkların olduğu bulunmuştur. Diğer yandan; öğrencilerin saldırganlık düzeylerinde; babalarının öğrenim durumu, ana babalarının evlilik durumu, annelerinin çalışma durumu, babalarının çalışma durumu, kardeş sayısı, ebeveynlerinin geçinme durumu, algılanan sosyo-ekonomik düzey, eğitim aldıkları okul türüne göre anlamlı farklılıkların olmadığı tespit edilmiştir.

Özdemir, Vazsonyi ve Çok (2013) çalışmalarında ebeveyn yakınlığı, çocuğun gözetim altında tutulması ve arkadaşların onaylanması gibi ebeveynlik süreçleri, düşük otokontrol ve saldırganlık arasındaki doğrudan ve dolaylı ilişkileri incelemişlerdir. Elde edilen bulgular, anne ve babaya özgü ana babalık süreçlerinin saldırganlık üzerinde doğrudan ve dolaylı etkileri olduğunu ortaya koymuştur.

Sonuçlar özellikle anneye özgü yakınlık, babanın arkadaşları onaylayıp onaylamaması ve hem annenin hem de babanın çocuk üzerinde yarattığı gözlem baskısının pozitif ve direkt olarak düşük otokontrolle ilişkili olduğunu ve düşük otokontrolün de dolaylı olarak saldırganlıkla ilişkili olduğunu göstermiştir.

Pekince (2012), yapmış olduğu çalışma Elazığ il merkezinde 11 genel lisede gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bulgulara göre erkek öğrencilerin kızlara göre, aile gelir düzeyi düşük olan öğrencilerin orta ve yüksek olan öğrencilere göre saldırganlık puanları yüksektir. Saldırganlık ile sosyal aktiviteler arasında anlamlı bir ilişki olduğu, saldırganlık arttıkça sosyal aktivitelere katılma oranının da arttığı saptanmıştır.

2.7.4. YALNIZLIK İLE İLGİLİ YAPILAN ARAŞTIRMALAR

Duyan ve diğerleri (2008) araştırmalarında ergenlerin yalnızlık durumuna etki eden değişkenleri sosyodemografik özellikler ve sosyal destek açasından incelemişlerdir. Araştırma verilerine göre erkekler kızlara oranla daha yalnız olup, aile eğitimi üst düzeyde olan çocukların yalnızlık düzeyleri diğerlerinden daha az olduğu tespit edilmiştir.

Bakır (2008) yapmış olduğu araştırma sonucuna göre anne iş durumuna ve okul sonrası bakım çeşidine (bakıcı, akraba, kendi kendine, etüt merkezi) göre öğrencilerin yalnızlık ve sosyal doyum düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunmamıştır. Bunun yanı sıra okul sonrası yapılan etkinlik çeşitlerinin (etken, edilgen, yetişkin gözetiminde) de öğrencilerin yalnızlık ve sosyal doyum düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı görölmüştür.

Pancar (2009) yapmış olduğu araştırma sonucunda yalnızlık düzeylerinde cinsiyet ve sınıf düzeyine göre anlamlı bir farklılık bulunmazken, akademik başarısı yüksek olan öğrencilerin aileleriyle kurulan ilişkiden memnun olan öğrenciler lehine anlamlı bir farkın olduğu görölmüştür.

İmamoğlu (2008), çalışmasında kişilerarası bağlılık, başkalarına güven ve duygu kontrolü puanlarının, yalnızlık düzeylerine göre farklılaştığını göstermiştir. Bulgulara göre katılımcıların yalnızlık düzeyi arttıka, kişilerarası bağlılık puanlarının da arttığı bulunmuştur.

şentürk (2010), yaptığı araştırmada, erkek öğrencilerin yalnızlık algıları kız öğrencilerinkinden anlamlı derecede daha yüksek, 10. Sınıf öğrencilerin yalnızlık algıları 11. Sınıf öğrencilerinin yalnızlık algılarına göre anlamlı derecede daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Anne-baba eğitim düzeyi düştükçe yalnızlık anlamlı derecede yükseldiği bulunmuştur. Parçalanmış aileden gelen çocukların yalnızlık düzeyi, anne baba evli ve birlikte yaşayan öğrencilerinkinden anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur. Ayrıca ailedeki kardeş sayısının yalnızlığa etki etmediği görölmüştür.

Bozdoğan (2011), çalışmasında ebeveynlerin sosyal destek puanları yükseldikçe, yalnızlık puanlarının azaldığı görölmüş, cinsiyet ve öğrenim düzeyi açasından yalnızlık puanları anlamlı bulunmamıştır.

Körler (2011), yaptığı çalışmada erkeklerin yalnızlık düzeyinin, kızların yalnızlık düzeyinden daha yüksek olduğunu bulmuştur. Akademik başarısı düşük olan öğrencilerin, akademik başarısı orta ve yüksek olan öğrencilerden daha yalnız olduğu, anne-baba eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin yalnızlık puanlarının düştüğü, gelir durumu düşük olan öğrencilerin daha fazla yalnızlık yaşadıkları, kardeş sayısı arttıkça yalnızlık puanının da arttığı bulunmuştur.

Karakurt (2012), çalışmasında, bekar öğretmenlerin yalnızlık düzeylerinin evli öğretmenlere göre daha yüksek olduğu, kadın öğretmenlerin erkek öğretmenlere göre daha fazla yalnızlık yaşadığı, okul dışında okuldaki öğretmenlerle birlikte sosyal etkinlik yapmayan öğretmenlerin iş yaşamında daha fazla yalnızlık yaşadıkları ifade edilmiştir.

Oruç (2013), yapmış olduğu çalışmada bekar üniversite öğrencilerinin yalnızlık düzeylerinin, evli olanlara göre daha fazla olduğu sınıcuna varmıştır. Öğrencilerin yalnızlık düzeyinin ekonomik durumu alt düzey olanlarda, üst düzey olanlara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Yalçinkaya (2015) araştırmasında, cinsiyet, yaş, sınıf, okul türü, alan türü, doğum sırası ve kardeş sayısı demografik özelliklerinin kontrol edilmesiyle birlikte anne ve babadan algılanan kabul red duyguları ile kardeş ilişkisi kalitesinin yalnızlık düzeyini açıklamaktaki rolünü incelemiştir. Araştırma bulgularının psikolojik danışmanlar ve aile katılımını arttırmak için geliştirdikleri programları ve gelecekteki bilimsel çalışmalar üzerinde önemli etkileri olacağı ortaya konulmuştur.

Arkan (2016) araştırmasında, 13-17 yaşları arasındaki ergenlerin atılganlık, utangaçlık ve yalnızlık düzeylerini belirlemek ve bazı değişkenler yönünden incelemiştir. Elde edilen sonuçlara göre; yalnızlık düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Ergenlerin yalnızlık düzeylerinde düşük ve orta sosyoekonomik düzey değişkeni arasında anlamlı farklılaşmaya rastlanırken, yüksek sosyoekonomik düzey değişkeninde anlamlı bir farklılaşma gözlenmemiştir.

Bayraktar (2016) yaptığı araştırma için 250 liseli öğrenciye ulaşılmıştır. Tek ebeveynli ergenlerin algıladıkları yalnızlık düzeyleri ile sürekli öfke ve öfke ifade tarzları arasında pozitif yönde anlamlı bulunmuştur. Bu bulgulara göre, tek ebeveynli ergenlerin yalnızlık ve öfke kontrolünde psikolojik danışma hizmetine ihtiyacı olacağı çıkarımında bulunulmuştur.

Günnar (2016) çalışmasında, adolesanların internet bağımlılığı prevalansını ve bu bağımlılığın yalnızlık ve aile dinamikleri ile ilişkisini incelemiştir. Çalışma örneklemini Adana merkezde yer alan ve sistematik randomizasyonla belirlenen 15 lisedeki 1160 öğrenci örneklemini oluşturmuştur. UCLA yalnızlık ortalama puanı, problemlili kullanıcılar da $42,9 \pm 11,7$ iken normal kullanıcılar da $38,2 \pm 11,2$ olup, fark anlamlıdır. Yalnızlığın insanları internet bağımlılığına sürüklediği ve UCLA yalnızlık skorundaki bir puanlık artışın IAT puanını 1,03 kat arttırdığı bulunmuştur. Özellikle ergen ve gençlerde sık görülen problemlili internet kullanımının aile disfonksiyonu ve yalnızlık ile ilişkili olduğu saptanmıştır.

Kılıç (2015), araştırma bulgularına göre, yalnızlık puanlarıyla; cinsiyet, hayatının önemli bir kısmını geçirdiği yer ve bireysel olarak aylık harcanan para değişkenine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Bu durumun yanı sıra benlik algısı ile yalnızlık arasında da negatif yönde anlamlı ilişki olduğu tespit edilmiştir.

3. YÖNTEM

3.1. ARAŞTIRMANIN AMACI

Amasya ve Çorum yetiştirme yurtlarındaki ve sevgi evlerindeki 14-17 yaşlarındaki farklı fiziksel aktivite düzeyine sahip kız ve erkek çocukların sosyo-demografik özellikleri (yaş, cinsiyet, öğrenim durumu), aile özellikleri (anne babanın yaşayıp yaşamaması), zararlı alışkanlıkları (sigara kullanma) ve bazı psikolojik parametrelerinin incelenmesi gibi durumları belirlemek amacıyla yapılmıştır.

3.2.ARAŞTIRMANIN ÖNEMİ

Fiziksel aktivite sırasında geliştirilen yetenekler sadece birey için değerli olmayıp aynı zamanda bireyin bir parçası olduğu ve hayatını da etkilediği için toplum açısından da önemlidir. Yetiştirme yurtlarındaki çocuklarda fiziksel aktivite alışkanlığı kazandırılması için öncelikle bu çocukların fiziksel aktivite alışkanlıklarının belirlenmesi gerekmektedir. Çocukların, gençlerin ve yetiştirme yurtlarında kalan çocukların psikolojik ölçüm değerleri ile ilgili çeşitli araştırmalar yapılmış olmasına karşın, ülkemizde 14-17 yaş arası yetiştirme yurtlarında ve sevgi evlerinde kalan çocukların fiziksel aktivite düzeylerinin bazı psikolojik parametrelerini irdeleyen araştırmaya çok az sayıda rastlanmıştır. Bu nedenle, farklı fiziksel aktivite düzeylerine sahip çocukların psikolojik parametrelerinin incelenmesi gerekli görülmüş.

3.3.EVREN VE ÖRNEKLEM

Amasya ve Çorum Yetiştirme Yurtları ile Sevgi Evlerinde yaşayan 14-17 yaşları arasındaki toplam 322 erkek ve kız çocukları bu çalışmaya gönüllü olarak katılmışlardır. Amasya erkek yetiştirme yurtları ve sevgi evlerinde 95, Amasya kız yetiştirme yurtları ve sevgi evlerinde 85 toplamda 180 ve Çorum erkek yetiştirme yurtları ve sevgi evlerinde 78, Çorum kız yetiştirme yurtları ve sevgi evlerinde 64, toplamda 142 erkek-kız çocuk barınmaktadır. Evreni oluşturan araştırma grubunun tamamına (n:322) ulaşıldığından, örneklem sayısını belirlemek amacıyla “power analizi” yapılmasına gerek duyulmamıştır.

3.4. SAYILTILAR

Amasya ve Çorum Yetiştirme Yurtları ile Sevgi Evlerinde yaşayan katılımcıların tamamı aşağıdaki kriterlere göre belirlenmiştir:

1. Eşit ortamlarda yaşadıkları,
2. Eşit olanaklara sahip oldukları,
3. Ölçek ifadelerine doğru ve samimi şekilde cevap verebildikleri,
4. İçinde buldukları ortamı değerlendirebildikleri,
5. Aktivitelere düzenli olarak aynı süre ve sıklıkta katıldıkları,
6. Eşit oranlarda psikolojik etkilere maruz kaldıkları varsayılmıştır.

3.5. KAPSAM VE SINIRLILIKLAR

Araştırma, Amasya ve Çorum Yetiştirme Yurtları ile Sevgi Evlerinde yaşayan 14-17 yaşları arasındaki toplam 322 erkek ve kız (Çorum=142, Amasya=180) çocukları kapsamaktadır. Amasya ve Çorum Yetiştirme Yurtları ile Sevgi Evlerinde yaşayan katılımcıların tamamı aşağıda belirtilen kriterlere göre sınırlandırılmıştır:

1. Araştırma 14-17 yaş grubu kız ve erkek çocuklarla,
2. Çorum Kız Yetiştirme Yurtları,
3. Çorum Erkek Yetiştirme Yurtları,
4. Amasya Kız Yetiştirme Yurtları,
5. Amasya Erkek Yetiştirme Yurtları,
6. Çorum Kız Sevgi Evleri,
7. Çorum Erkek Sevgi Evleri,
8. Amasya Kız Sevgi Evleri,
9. Amasya Erkek Sevgi Evleri,
10. Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı izni,
11. Gönüllü Olur Formu,
12. Veli Onam Formu,
13. Kişisel Bilgi Formu,
14. Rathuss Atılganlık Envanteri,
15. Saldırganlık Envanteri,
16. UCLA Yalnızlık Ölçeği ile sınırlandırılmıştır.

3.6. VERİ TOPLAMA TEKNİĞİ VE ANKETLER

Kişisel Bilgi Formu: Bu form demografik özelliklerini anlamaya yönelik olarak hazırlanan 9 soruyu içermektedir. Bu bölümde, çalışmaya katılan çocukların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, spor yapma sıklığı, sportif faaliyetlere katılım, anne baba birlikteliği ve zararlı alışkanlıklar gibi sorular sorulmuş ve bu sorular yanıtlanmıştır. Bu formda yer alan bilgilerden yola çıkılarak deneklerin spor yapma sıklığı, yapmış olduğu spor branşına yönelik veriler çıkarımsal olarak elde edilmiştir.

Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu:

Yetiştirme yurtlarında ve sevgi evlerinde kalan çocukların kendi istekleri doğrultusunda çalışmaya katılacaklarını belirtecekleri bilgilendirilmiş gönüllü olur formudur. Söz konusu araştırmanın uygulanabilmesi için Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığından gerekli izinler alındıktan sonra Amasya ve Çorum Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüklerinin koordinasyonunda, kuruluş müdürlüklerinin gözetim ve denetiminde, yapılacak araştırmaya katılım hususunda katılımcıların gönüllülüğü esas alınarak, uygulamalarda çocukların psiko-sosyal ve fiziksel gelişimlerine özen gösterilerek, elde edilecek kimlik bilgilerinin ve özel hayatın gizliliğine riayet edilerek, ses ve görüntü kaydı alınmaksızın ve fotoğraf çekimine izin verilmeksizin, kişisel özgürlükleri ve kişilik hakları korunacak ve güvenliklerine zarar gelmeyecek şekilde gerekli tedbirler alınarak, kuruluş işleyişini aksatmayacak şekilde normal mesai saatleri içerisinde, kuruluşlarda kalan çocuklarımızın günlük yaşantılarını olumsuz etkileme olasılığı bulunan herhangi bir işlemin gerçekleştirilmemesi, kuruluş idaresi nezaretinde çalışmanın kapsamının çocuklara anlatılmasından sonra anket uygulaması, Amasya ve Çorum'da bulunan yetiştirme yurtlarında ve sevgi evlerinde, gerçekleştirilmiştir.

Rathus Atılganlık Envanteri

Rathus Atılganlık Envanteri Rathus tarafından öğrencilerde atılganlık düzeyini ölçmek amacı ile geliştirilmiştir. Envanterin Türkçeye çevirisi ve ülkemiz kültürüne uyarlanması Voltan (2008) tarafından gerçekleştirilmiştir. Bu envanter, kişideki davranış normlarının atılganlık derecesini belirlemektedir

Rathus Atılganlık Envanterinin Puanlanması

Rathus Atılganlık Envanteri, -3'ten +3'e doğru sıralanmış 6 dereceli olan 30 maddeden oluşmaktadır. Buna göre, öğrencilerin atılganlık düzeylerinin anlaşılmasına yönelik maddeleri; (+3) bana çok iyi uyuyor, (+2) bana oldukça uyuyor, (+1) bana biraz uyuyor, beni biraz anlatıyor, (-1) bana pek uymuyor, (-2) bana oldukça uymuyor, (-3) bana hiç uymuyor, beni hiç anlatamıyor seçeneklerini içeren 6'lı Likert tipi ölçekten oluşmaktadır. Araştırmada öğrencilerin alacakları toplam puan -90 ile +90 arasında olup; -90 en yüksek derecede atılgan olmamayı (çekingenliği), +90 ise en yüksek derecede atılganlığı ifade etmektedir. Ortalamada +10 ve üzeri puanlar atılganlığı göstermektedir. Envanterin puanlamasında; 1, 2, 3, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 26 ve 30 numaralı maddeler ters yönde; bu maddelerin dışında kalan maddeler ise (6, 7, 8, 10, 18, 20, 21, 22, 25, 27, 28 ve 29) olduğu gibi puanlanmaktadır (Heybet, 2010).

Rathus Atılganlık Envanteri'nin Güvenirliği

Rathus Atılganlık Envanteri'nin güvenirlilik çalışmaları ilk olarak Rathus tarafından gerçekleştirilmiş ve 15 gün ara ile yapılan test-tekrar güvenirlilik katsayısı .76 olarak bulunmuştur. Rathus Atılganlık Envanteri'nin ülkemiz kültürüne uyarlanması Voltan (1980) tarafından gerçekleştirilmiştir. Envanterin güvenirlilik çalışması Hacettepe Üniversitesi Çocuk Gelişimi Bölümü 3. sınıfa devam eden 37 öğrenci üzerinde 15 gün arayla yapılan test-tekrar test güvenirlilik uygulaması ile gerçekleştirilmiştir. Pearson Momentler Çarpımı Korelasyonu formülü kullanılarak hesaplanan test-tekrar test güvenirlilik çalışmasında sonuç .92 olarak bulunmuştur. Buna ek olarak, aynı bölümde 2. Sınıfa devam eden 41 öğrenciye uygulanan ilk envanter puanlarından iki yarım test metoduyla elde edilen Sperman Brown güvenirlilik katsayısı ise .60 olarak rapor edilmiştir. Tekler çiftler metoduyla elde edilen güvenirlilik ise .77 olarak bulunmuştur. Bu durum Rathus Atılganlık Envanterinin Türk kültürüne uygulanabilir bir ölçüm aracı olduğunu göstermiştir.

Rathus Atılganlık Envanteri'nin Geçerliği

Rathus Atılganlık Envanteri'nin güvenirlilik çalışmasında envanter, katılımcıları tanıyan kişilere de verilecek kendilerinden çalışmaya katılan denekler hakkındaki kanıları belirmeleri istenmiştir. Ölçüt ile katılımcılardan elde edilen verilere ilişkin Rathus Atılganlık Envanteri arasında korelasyon katsayısı .70 olarak

bulunmuştur. Rathus Atılganlık Envanteri'nin Türkiye'deki geçerlik çalışması Voltan (1980) tarafından Hacettepe Üniversitesi Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Bölümü son sınıf öğrencilerinin ve akademik danışmanların katılımıyla yapılmıştır. Bu doğrultuda, öğrencilere envanter verilerek 2, 3, 4, 6, 11, 12, 14, 16, 17, 19, 22, 23, 24, 25, 28, 29, ve 30. maddeler doğrultusunda kendilerini değerlendirmeleri istenmiştir. Envanter, çalışmanın orijinal geçerlik çalışmasında olduğu gibi katılımcıları tanıyan akademik danışmanlara da verilerek onlardan da aynı maddeler doğrultusunda öğrencileri ayrı ayrı değerlendirmeleri istenmiştir. Buna göre, 26 öğrenciyi kapsayan geçerlik çalışmasında elde edilen iki ayrı puanlama sonucu korelasyon katsayısı .70 olarak bulunmuştur. Bu durum Rathus Atılganlık Envanteri'nin Türk kültürüne uygulanabilir geçerli bir ölçüm aracı olduğunu göstermiştir (Heybet, 2010).

Saldırganlık Envanteri; İpek İlter Kiper tarafından geliştirilmiş 30 maddeden oluşan envanter yıkıcı saldırganlık, atılgan saldırganlık ve edilgen saldırganlık için üç alt test içermektedir. Her alt test 10 sorudan oluşmaktadır.

- Yıkıcı saldırganlıkla ilgili maddeler; 1, 2, 3, 13, 14, 15, 22, 23, 24, 29
- Atılgan Saldırganlık ilgili maddeler; 4, 5, 6, 10, 11, 12, 19, 20, 21, 28,
- Edilgen saldırganlıkla ilgili maddeler ise 7, 8, 9, 16, 17, 18, 25, 26, 27, 30'dur.

Envantere kullanılan materyal, soru formu ve yanıt kâğıdıdır. Sorular "bana hiç uymuyor=-3", "bana biraz uymuyor=-2", "bana uymuyor=-1", "kararsızım=0", "bana uyuyor=+1", "bana biraz uyuyor=+2", "bana çok uyuyor=+3", arasında yanıtlamayı içeren 7'li likert tipidir. Kuramsal olarak her bir alt testte, her soruya bana çok uyuyor şeklinde yanıt veren denek +30, bana hiç uymuyor şeklinde yanıt veren denek ise -30 puan almaktadır. Ancak istatistiksel olarak eksi puanlar kullanılmayacağından dolayı ve sıfır sayısının da istatistiksel analizde sorun yaratacağı düşüncesiyle her toplam puana 31 sayısı ilave edilmiştir. Bu sayede her bir alt testten alınan puan 1, en yüksek puan 61 olmaktadır. Envanterin kendisinde olmamakla birlikte, her üç alt ölçeğin toplam puanlarından yola çıkılarak her denek için genel bir saldırganlık puanı da elde edilmiştir. Yapılan güvenirlik çalışmasında envanterin "Yıkıcı Saldırganlık" alt boyutuna ait Cronbach's alfa iç tutarlılık katsayısı .723; "Atılgan Saldırganlık" alt boyutuna ait Cronbach's alfa iç tutarlılık katsayısı .721 ve "Edilgen Saldırganlık" alt boyutuna ait Cronbach's alfa iç tutarlılık katsayısı .715 olarak bulunmuştur. Envanterin

tümüne ilişkin elde edilen iç tutarlılık katsayısı ise .781 olarak hesaplanmıştır (Kiper, 1984).

Yıkıcı Saldırganlık: Bireylerin herhangi bir engellenme durumunda, üzüntü veya karmaşık duygu yoğunluğu içerisinde, kendisine zarar veren kaynağa karşı, zarar verme amacı taşıyan yıkıcı bir tutum izleyip, toplumun onaylamayacağı biçimde yıkıcı bir saldırganlık sergilemesidir. Bu tür saldırganlık düşmanlık içermektedir (Kiper, 1984).

Edilgen Saldırganlık: Bu tip saldırganlıkta, bireyler karşısındaki kişiye açık bir edimde bulunmadan saldırganlık duygularını tatmin etmektedir. Edilgen saldırganlık durumunda bireyler farklı kaygılardan dolayı pasif bir davranış gösterip mücadeleden kaçma eğilimindedir. Edilgen saldırganlık, ileri derecede sözel olarak iğneleme ve alay etme biçiminde ortaya çıkabilmektedir (Kiper, 1984).

Atılgan Saldırganlık: Kendini ifade edebilme sosyal becerisi olarak görülmektedir. Atılganlık saldırgan olma durumu değildir. Saldırganlık ile atılganlık farklı davranışlar olmasına karşın, Kiper'e göre atılganlık, yapıcı saldırganlık olarak nitelendirilmelidir. Atılgan bireyler kendilerine haksızlık ve saygısızlık yapılmasına izin vermemektedir. Temelde atılganlık bireylerde olumlu görülen duygu, düşünce ve gereksinimleri ifade edebilme yeteneği olmasına karşın, bu gereksinimlerin kişinin yasal hakkı olması gerekmektedir. Başka bir ifadeyle atılganlık, zaman zaman saldırganlık sınırlarına geçebilmektedir (Kiper, 1984)

UCLA Yalnızlık Ölçeği: Bireyin genel yalnızlık durumunu ve düzeyini belirlemeyi amaçlayan Russel, Peplau ve Ferguson tarafından geliştirilen University of California Los Angeles Yalnızlık Ölçeği'nin (UCLA), daha sonra Russel, Peplau ve Cutrona tarafından tüm maddeleri tekrar gözden geçirilerek maddelerin yarısı olumlu, yarısı olumsuz hale dönüştürülmüştür. UCLA Yalnızlık Ölçeği 10'u düz 10'u ters olmak üzere toplam 20 maddeden oluşan bir ölçme aracıdır. UCLA Yalnızlık Ölçeği dört dereceli likert tipi hazırlanmış bir öz değerlendirme ölçeğidir. Ölçekte yer alan olumsuz yöndeki ifadeler "Hiçbir zaman (1)", "Nadiren (2)", "Bazen (3)" ve "Her zaman (4)" olarak, olumlu yöndeki ifadeler ise "Hiçbir zaman (4)", "Nadiren (3)", "Bazen (2)" ve "Her zaman (1)" olarak derecelenmekte ve puanlanmaktadır (Güloğlu ve Kararımak, 2010). Türkçe uyarlama çalışmaları Demir (1989) tarafından yapılan ölçek Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 80, en düşük puan ise 20'dir. Puanın 20-40

arasında olması düşük düzey, 41-60 arası orta düzey ve 61-80 arası ise yüksek düzey yalnızlığı göstermektedir. Testin geçerlik yöntemi Beck Depresyon Envanteri ile kriter geçerliği tabanlıdır, korelasyon katsayısı .82'dir. Güvenirlik çalışmaları test tekrarı yöntemi ile yapılmıştır. Güvenirlik katsayısı .94'tür. Ölçeğin bu çalışmadaki Cronbach alpha katsayısı 0.82 olarak bulunmuştur.

3.7.ÖLÇEKLERİN UYGULANMASI

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığında gerekli resmi izinler alındıktan, Kişisel Bilgi Formu, Bilgilendirilmiş Gönüllü Olur Formu ve Veli Onam Formu imzalandıktan sonra çocukların okul eğitimleri dışındaki zamanlarda uygulanmak koşulu ile atılğan saldırganlık, saldırganlık ve yalnızlık envanterleri uygulanmıştır. Uygulamalardan önce araştırmanın amacı ve anketlerin doldurulmasıyla ilgili detaylar çocuklara aktarılmıştır.

Çalışma tam sayım yöntemine göre yapılmıştır. Ayrıca deneklerin farklı fiziksel aktivite düzeyleri, spor yapma sıklığı, yapmış olduğu spor branşına yönelik veriler kişisel bilgi formundaki sorulardan çıkarımsal olarak elde edilmiştir. Bu nedenle herhangi bir fiziksel aktivite uygulaması yapılmamıştır.

3.8. VERİLERİN ANALİZİ

Evreni oluşturan araştırma grubunun tamamına (n:322) ulaşıldığından, örneklem sayısını belirlemek amacıyla ‘power analizi’ yapılmasına gerek duyulmamıştır. Elde edilen verilerin istatistiksel incelemelerinde SPSS 20.0 versiyonu kullanıldı ve sonuçlar metin içerisinde ortalama ve standart sapma ($X \pm SS$) şeklinde verimştir.

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Kolmogorov-Smirnov normallik sınamasına göre belirlendi (Tablo 4.). Araştırma grubuna yapılan normallik analizi sonucuna göre sadece edilgen saldırganlık puanlarının normal dağılım gösterdiği ($p > 0,05$), geriye kalan yalnızlık envanteri, yıkıcı saldırganlık, atılğan saldırganlık ve Rathus atılğanlık puan ortalamaları ise normal dağılım göstermediği ($p < 0,05$) belirlenmiştir. Bu nedenle gruplar arası karşılaştırmada edilgen saldırganlık puanı için parametrik testler, yalnızlık envanteri, yıkıcı saldırganlık, atılğan saldırganlık ve Rathus atılğanlık puanları için ise parametrik olmayan test teknikleri kullanılmıştır.

Tablo 4.: Kolmogorov-Smirnov Normallik testi

Ölçek	Kolmogorov-Smirnov		
	Statistic	df	Sig.
Yalnızlık Envanteri	0.070	322	0.001
Yıkıcı Saldırganlık	0.074	322	0.000
Atılğan Saldırganlık Düzeyi	0.068	322	0.001
Edilgen Saldırganlık	0.054	322	0.023
Rathus Atılğanlık Ölçeği	0.042	322	0.200

$p > 0.05$ düzeyinde normal dağılım göstermektedir.

Parametrik Testler:

Araştırma grubumuzun edilgen saldırganlık puanları normal dağılım gösterdiğinden; gruplar arası karşılaştırmalarda Bağımsız Gruplar t-Testi (Independent t-Test) ile Tek Yönlü ANOVA Testi (One-Way Analysis of Variance-ANOVA Test) ve ortalamalar arasındaki farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek amacıyla Tukey HSD post-hoc (ikinci) test teknikleri uygulanmıştır (Özdamar, 2004: 494).

Parametrik Olmayan Testler:

Araştırma grubumuzun yalnızlık envanteri, yıkıcı saldırganlık, atılğan saldırganlık ve Rathus atılğanlık puan ortalamaları ise normal dağılım göstermediğinden; bağımsız iki grubun nicel değişkenlerini karşılaştırmak amacıyla Bağımsız Gruplar Mann-Whitney U Testi, parametrik tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA)'nın parametrik olmayan alternatifi olarak Kruskal-Wallis H Testi ve bağımsız iki nicel değişken arasındaki doğrusal ilişkinin yönü ve kuvvetinin belirlenmesi amacıyla Spearman Korelasyon Test teknikleri uygulanmıştır (Özdamar, 2004: 494).

4. BULGULAR

Tablo 4.1: Araştırma grubunun illere göre tanımlayıcı istatistikleri

AMASYA				ÇORUM			
n	Yaş Ort.	SS	%	n	Yaş Ort.	SS	%
180	14.79	1.13	55.9	142	16.37	0.55	44.1

Araştırma grubumuzu (evrenimizi) oluşturan toplam 322 öğrencinin 180'i Amasya, geriye kalan 142'si ise Çorum sevgi evleri ve yetiştirme yurtlarında barınmaktadır. Amasya'da kalanların yaşları ortalaması 14.79 ± 1.13 Çorum'da kalanların yaşları ortalaması ise 16.37 ± 0.55 'tir.

Tablo 4.2: Araştırma grubunun illere ve barınma yerlerine göre tanımlayıcı istatistikleri

	AMASYA				ÇORUM			
	n	Yaş Ort.	SS	%	n	Yaş Ort.	SS	%
Yetiştirme Yurdu	125	14.65	0.85	69.4	86	16.66	0.48	60.6
Sevgi Evleri	55	15.13	1.55	30.6	56	15.91	0.29	39.4

Araştırma grubumuzu oluşturan toplam 322 öğrencinin 211'i yetiştirme yurtlarında, geriye kalan 111'i ise sevgi evlerinde barınmaktadır. Amasya Yetiştirme Yurdunda kalanların yaşları ortalaması 14.65 ± 0.85 Sevgi Evlerinde kalanların yaşları ortalaması ise 15.13 ± 1.55 'tir. Çorum Yetiştirme Yurdunda kalanların ortalaması 16.66 ± 0.48 , Sevgi Evlerinde kalanların yaşları ortalaması ise 15.91 ± 0.29 'dur.

Tablo 4.3: Araştırma grubunun illere, barınma yerlerine ve cinsiyetlerine göre tanımlayıcı istatistikleri

		AMASYA				ÇORUM			
		n	Yaş Ort.	SS	%	n	Yaş Ort.	SS	%
Yetiştirme	Kız	55	14.51	0.54	44.0	48	16.58	0.50	55.8
Yurdu	Erkek	70	14.76	1.03	56.0	38	16.76	0.43	44.2
Sevgi	Kız	30	14.90	1.75	54.5	22	16.00	0.40	39.3
Evleri	Erkek	25	15.40	1.26	45.5	34	15.85	0.36	60.7

Amasya Yetiştirme Yurdunda kalan kızların yaşları ortalaması 14.51 ± 0.54 ve oranı %44.0, erkeklerin yaşları ortalaması 14.76 ± 1.03 ve oranı ise %56.0'dır. Amasya Sevgi Evlerinde kalan kızların yaşları ortalaması 14.90 ± 1.75 ve oranı %54.5, erkeklerin yaşları ortalaması 15.40 ± 1.26 ve oranı ise %45.5'dir. Çorum Yetiştirme Yurdunda kalan kızların yaşları ortalaması 16.58 ± 0.50 ve oranı %55.8, erkeklerin yaşları ortalaması 16.76 ± 0.43 ve oranı ise %44.2'dir. Çorum Sevgi Evlerinde kalan kızların yaşları ortalaması 16.00 ± 0.40 ve oranı %39.3, erkeklerin yaşları ortalaması 15.85 ± 0.36 ve oranı ise %60.7'dir.

Tablo 4.4: Araştırma grubunun illere göre kişisel bilgileri

Kişisel Bilgiler	İl				
	AMASYA		ÇORUM		
	n	%	n	%	
Yaş	14 yaş	90	50.0	0	0.0
	15 yaş	55	30.6	5	3.5
	16 yaş	9	5.0	80	56.3
	17 yaş	26	14.4	57	40.1
Eğitim Durumu	ortaokul	115	63.9	4	2.8
	lise	60	33.3	137	96.5
	okumuyorum	5	2.8	1	0.7
Anne Eğitim Durumu	okur yazar değil	47	26.1	40	28.2
	okur-yazar	63	35.0	64	45.1
	ilkokul mezunu	41	22.8	23	16.2
	ortaokul mezunu	22	12.2	9	6.3
	lise mezunu	7	3.9	6	4.2
	üniversite ve üzeri	0	0.0	0	0.0
Baba Eğitim Durumu	okur yazar değil	18	10.0	23	16.2
	okur-yazar	73	40.6	54	38.0
	ilkokul mezunu	44	24.4	32	22.5
	ortaokul mezunu	25	13.9	15	10.6
	lise mezunu	20	11.1	17	12.0
	üniversite ve üzeri	0	0.0	1	0.7
Anneniz Yaşlıyor mu?	sağ	104	57.8	66	46.5
	vefat	45	25.0	53	37.3
	bilmiyorum	31	17.2	23	16.2
Babanız Yaşlıyor mu?	sağ	104	57.8	71	50.0
	vefat	54	30.0	43	30.3
	bilmiyorum	22	12.2	28	19.7
Anne Baba Birlikte mi?	birlikte	51	28.3	30	21.1
	boşanmış	100	55.6	84	59.2
	bilmiyorum	29	16.1	28	19.7
Anne Baba Boşanmışsa Annenin Durumu	anne yeniden evli	40	28.8	40	35.1
	anne yeniden evli değil	51	36.7	31	27.2
	bilmiyorum	48	34.5	43	37.7
Anne Baba Boşanmışsa Babanın Durumu	baba yeniden evli	44	31.7	37	32.5
	baba yeniden evli değil	42	30.2	33	28.9
	bilmiyorum	53	38.1	44	38.6
Egzersiz Yapma Sıklığı	yapmıyorum	95	52.8	83	58.5
	haftada 1 gün	27	15.0	16	11.3
	haftada 2 gün	21	11.7	24	16.9
	haftada 3 gün ve üzeri	37	20.6	19	13.4
Sigara Kullanıyor musunuz?	kullanmıyorum	130	72.2	142	100.0
	Her gün kullanıyorum	40	22.2	0	0.0
	Daha az kullanıyorum	10	5.6	0	0.0

Amasya’da kalanlardan 14 yaşında olanların oranı %50.0, eğitim durumu ortaokul olanların 63.9, annesi okuryazar olmayanların oranı %35.0, babası okuryazar olanların oranı %40.6, egzersiz yapmayanların oranı %52.8, annesi sağ olanların oranı %57.8, babası sağ olanların oranı %57.8, anne babası boşanmış olanların oranı %55.6, annesi yeniden evlenmeyenlerin oranı %36.7, babasının durumunu bilmeyenlerin oranı %38.1, sigara kullanmayanların oranı %72.2’dir.

Çorum’da kalanlardan 16 yaşında olanların oranı %56.3, eğitim durumu lise olanların 96.5, annesi okuryazar olmayanların oranı %45.1, babası okuryazar olanların oranı %38.0, egzersiz yapmayanların oranı %58.5, annesi sağ olanların oranı %46.5, babası sağ olanların oranı %50.0, anne babası boşanmış olanların oranı %59.2, annesinin durumunu bilmeyenlerin oranı %37.7, babasının durumunu bilmeyenlerin oranı %38.6, sigara kullanmayanların oranı %100.0’dür.

Tablo 4.5: Araştırma grubunun illere ve cinsiyetlere göre kişisel bilgileri

Kişisel Bilgiler	İl								
	Amasya				Çorum				
	Kız		Erkek		Kız		Erkek		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Yaş	14 yaş	44	51.8	46	48.4	0	0.0	0	0.0
	15 yaş	28	32.9	27	28.4	0	0.0	9	6.9
	16 yaş	4	4.7	5	5.3	40	60.0	38	52.8
	17 yaş	9	10.6	17	17.9	24	40.0	31	40.3
Eğitim Durumu	ortaokul	61	71.8	54	56.8	1	1.4	3	4.2
	lise	23	27.1	37	38.9	69	98.6	68	94.4
	okumuyorum	1	1.2	4	4.3	0	0.0	1	1.4
Anne Eğitim Durumu	okur yazar değil	31	36.5	16	16.8	19	27.1	21	29.2
	okur-yazar	26	30.6	37	38.9	32	45.7	32	44.4
	ilkokul mezunu	15	17.6	26	27.4	11	15.7	12	16.7
	ortaokul mezunu	10	11.8	12	12.6	4	5.7	5	6.9
	lise mezunu	3	3.5	4	4.2	4	5.7	2	2.8
	üniversite ve üzeri	0	0.0	0	0.0	0	0.0	0	0.0
Baba Eğitim Durumu	okur yazar değil	13	15.3	5	5.3	15	21.4	8	11.1
	okur-yazar	36	42.4	37	38.9	23	32.9	31	43.1
	ilkokul mezunu	20	23.5	24	25.3	12	17.1	20	27.8
	ortaokul mezunu	7	8.2	18	18.9	7	10.0	8	11.1
	lise mezunu	9	10.6	11	11.6	13	18.6	4	5.6
	üniversite ve üzeri	0	0.0	0	0.0	0	0.0	1	1.4
Anneniz Yaşıyor mu?	sağ	51	60.0	53	55.8	33	47.1	33	45.8
	vefat	18	21.2	27	28.4	27	38.6	26	36.1
	bilmiyorum	16	18.8	15	15.8	10	14.3	13	18.1

Babanız	sağ	53	62.4	51	53.7	34	48.6	37	51.4
Yaşıyor mu?	vefat	22	25.9	32	33.7	23	32.9	20	27.8
	bilmiyorum	10	11.8	12	12.6	13	18.6	15	20.8
Anne Baba Birlikte mi?	birlikte	28	32.9	23	24.2	12	17.1	18	25.0
	boşanmış	45	52.9	55	57.9	42	60.0	42	58.3
	bilmiyorum	12	14.1	17	17.9	16	22.9	12	16.7
Anne Baba Boşanmışsa Annenin Durumu	anne yeniden evli	20	32.3	20	26.0	15	25.4	25	45.5
	anne yeniden evli değil	22	35.5	29	37.7	19	32.2	12	21.8
	bilmiyorum	20	32.3	28	36.4	25	42.4	18	32.7
Anne Baba Boşanmışsa Babanın Durumu	baba yeniden evli	22	35.5	22	28.6	16	27.1	21	38.2
	baba yeniden evli değil	15	24.2	27	35.1	20	33.9	13	23.6
	bilmiyorum	25	40.3	28	36.4	23	39.0	21	38.2
Egzersiz Yapma Sıklığı	yapmıyorum	53	62.4	42	44.2	41	58.6	42	58.3
	haftada 1 gün	10	11.8	17	17.9	7	10.0	9	12.5
	haftada 2 gün	11	12.9	10	10.5	14	20.0	10	13.9
	haftada 3 gün ve üzeri	11	12.9	26	27.4	8	11.4	11	15.3
Sigara Kullanıyor musunuz?	kullanmıyorum	70	82.4	60	63.2	70	100.0	72	100.0
	Her gün kullanıyorum	12	14.1	28	29.5	0	0.0	0	0.0
	Daha az kullanıyorum	3	3.5	7	7.4	0	0.0	0	0.0

Amasya’da kalan kızlardan 14 yaşında olanların oranı %51.8, eğitim durumu ortaokul olanların oranı %71.8, annesi okuryazar olmayanların oranı %36.5, babası okuryazar olanların oranı %42.4, egzersiz yapmayanların oranı %62.4, annesi sağ olanların oranı %60.0, babası sağ olanların oranı %62.4, anne babası boşanmış olanların oranı %52.9, annesi yeniden evlenenlerin oranı %35.5, babasının durumunu bilmeyenlerin oranı %40.3, sigara kullanmayanların oranı %82.4’tür.

Amasya’da kalan erkeklerden 14 yaşında olanların oranı %48.4, eğitim durumu ortaokul olanların oranı %56.8, annesi okuryazar olanların oranı %38.9, babası okuryazar olanların oranı %38.9, egzersiz yapmayanların oranı %44.2, annesi sağ olanların oranı %55.8, babası sağ olanların oranı %53.7, anne babası boşanmış olanların oranı %57.9, annesi yeniden evlenenlerin oranı %37.7, babasının durumunu bilmeyenlerin oranı %36.4, sigara kullanmayanların oranı %63.2’dir.

Çorum’da kalan kızlardan 16 yaşında olanların oranı %60.0, eğitim durumu lise olanların oranı %98.6, annesi okuryazar olanların oranı %45.7, babası okuryazar olanların oranı %32.9, egzersiz yapmayanların oranı %58.6, annesi sağ olanların oranı %47.1, babası sağ olanların oranı %48.6, anne babası boşanmış olanların oranı %60.0, annesinin durumunu bilmeyenlerin oranı %42.4, babasının durumunu bilmeyenlerin oranı %39.0, sigara kullanmayanların oranı %100.0’dür.

Çorum’da kalan erkeklerden 16 yaşında olanların oranı %52.8, eğitim durumu lise olanların 94.4, annesi okuryazar olanların oranı %44.4, babası okuryazar olanların oranı %43.1, egzersiz yapmayanların oranı %58.6, annesi sağ olanların oranı %45.8, babası sağ olanların oranı %51.4, anne babası boşanmış olanların oranı %58.3, annesi yeniden evlenenlerin oranı %45.5, babasının yeniden evlenen ya da durumunu bilmeyenlerin oranı %76.4, sigara kullanmayanların oranı %100.0’dür.

Tablo 4.6: Araştırma grubunun ölçeklere göre tanımlayıcı istatistikleri

Ölçek	n	Minimum	Maximum	Ortalama	ss
Yalnızlık Envanteri	322	24.00	73.00	52.49	1.17
Yıkıcı Saldırganlık	322	7.00	59.00	31.98	11.06
Atılğan Saldırganlık	322	7.00	61.00	38.23	12.24
Edilgen Saldırganlık	322	2.00	59.00	29.47	10.56
Rathus Atılğanlık Ölçeği	322	59.00	144.00	107.42	11.01

Tablo 4.6’da ankete cevap veren araştırma grubunun yalnızlık envanteri puanı ortalaması 52.49 ± 1.17 , yıkıcı saldırganlık puanı ortalaması 31.98 ± 11.06 , atılğan saldırganlık düzeyi puanı ortalaması 38.23 ± 12.24 , edilgen saldırganlık puanı ortalaması 29.47 ± 10.56 , Rathus atılğanlık puanı ortalaması 107.42 ± 11.01 ’dir.

4.1. ANALİZLER

Tablo 4.7: Araştırma grubuna uygulanan ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyi

Ölçekler		Yıkıcı Saldırganlık	Atılğan Saldırganlık Düzeyi	Edilgen Saldırganlık	Rathus Atılğanlık Ölçeği
Yalnızlık Envanteri	ρ	-.017	-.417	-.148	-.263
	p	0.759	0.000*	0.008*	0.000*
	n	322	322	322	322
Yıkıcı Saldırganlık	ρ		0.299	0.549	0.042
	p		0.000*	0.000*	0.450
	n		322	322	322
Atılğan Saldırganlık Düzeyi	ρ			0.217	0.319
	p			0.000*	0.000*
	n			322	322
Edilgen Saldırganlık	ρ				0.012
	p				0.831
	n				322

* $p < 0.01$ düzeyinde anlamlıdır.

Araştırma grubuna uygulanan ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyi için yapılan Spearman Korelasyon analizine göre; yalnızlık envanteri ile atılğan saldırganlık arasında negatif yönlü orta bir ilişki ($p < 0.01$ $\rho = -.417$), edilgen saldırganlık arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki ($p < 0.01$ $\rho = -.148$), Rathus atılğanlık ölçeği arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki ($p < 0.01$ $\rho = -.263$) bulunmaktadır. Yıkıcı saldırganlık ile atılğan saldırganlık düzeyi arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki ($p < 0.01$ $\rho = 0.299$), edilgen atılğan saldırganlık arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki ($p < 0.01$ $\rho = 0.549$) bulunmaktadır. Atılğan saldırganlık düzeyi ile edilgen saldırganlık arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki ($p < 0.01$ $\rho = 0.217$); Rathus atılğanlık ölçeği arasında pozitif yönlü zayıf bir ilişki ($p < 0.01$ $\rho = 0.319$) bulunmaktadır.

Tablo 4.8: Araştırma grubunun yaşa göre ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyleri

Ölçek	Yaş	n	Sıra Ort.	X ²	p
Yalnızlık Envanteri	14	84	163.81	11.831	0.019*
	15	62	167.87		
	16	91	181.71		
	17	85	134.26		
Yıkıcı Saldırganlık	14	84	160.47	9.330	0.053
	15	62	171.84		
	16	91	138.61		
	17	85	179.75		
Atılgan Saldırganlık	14	84	158.55	17.189	0.002**
	15	62	168.65		
	16	91	142.31		
	17	85	187.81		
Rathus Atılganlık Ölçeği	14	84	166.01	2.556	0.635
	15	62	151.78		
	16	91	159.22		
	17	85	169.70		

* $p < 0.05$; ** $p < 0.01$ düzeyinde anlamlıdır.

Araştırma grubunun yaşa göre ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyleri için yapılan Kruskal-Wallis analizine göre; farklı yaş grupları arasında yalnızlık envanteri puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0.05$). 14 yaşında olanların puan sıra ortalamaları 163.81, 15 yaşında olanların ortalamaları 167.87, 16 yaşında olanların ortalamaları 181.71, 17 yaşında olanların ortalamaları 134.26'dır. Buna göre 16 yaşında olanlar yalnızlık duygusunu en fazla yaşarken 17 yaşında olanlar bu duyguyu en az yaşamaktadır. Ayrıca yapmış olduğumuz çalışmada ölçek puanları arasındaki farklılıklara baktığımızda, yaş grupları arasında atılgan saldırganlık düzeyi puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0.01$). 14 yaşında olanların puan sıra ortalamaları 158.55, 15 yaşında olanların ortalamaları 168.65, 16 yaşında olanların ortalamaları 142.31, 17 yaşında olanların ortalamaları 187.81'dir. Buna göre 17 yaşında olanların atılgan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları en yüksek iken 16 yaşında olanların atılgan saldırganlık puanı ortalamaları en düşüktür.

Tablo 4.9: Araştırma grubunun yaşa göre edilgen saldırganlık puanları arasındaki ilişki düzeyleri

Ölçek	Yaş	n	Ortalama	ss	F	p
Edilgen Saldırganlık	14	84	31.06	10.45	3.024	0.018*
	15	62	28.75	9.82		
	16	91	27.16	9.70		
	17	85	31.46	11.53		

* $p<0.05$

Araştırma grubunun yaşa göre edilgen saldırganlık puanları arasındaki ilişki düzeyleri için yapılan ANOVA analizine göre; farklı yaş grupları arasında edilgen saldırganlık puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0.05$). 14 yaşında olanların ortalamaları 31.06, 15 yaşında olanların ortalamaları 28.75, 16 yaşında olanların ortalamaları 27.16, 17 yaşında olanların ortalamaları 31.46'dır. Buna göre 17 yaşında olanların edilgen saldırganlık puanları en yüksek iken 16 yaşında olanların edilgen saldırganlık puanları en düşüktür.

Tablo 4.10: Araştırma grubunun yaşa göre edilgen saldırganlık puanları arasındaki ilişki düzeyleri

Yaş		Mean Difference (I-J)	Std. Error	p
14	15	2.31098	1.77191	0.193
	16	3.90367*	1.59653	0.015
	17	-.39686	1.62396	0.807
15	14	-2.31098	1.77191	0.193
	16	1.59270	1.74222	0.361
	17	-2.70783	1.76740	0.126
16	14	-3.90367*	1.59653	0.015
	15	-1.59270	1.74222	0.361
	17	-4.30053*	1.59152	0.007
17	14	.39686	1.62396	0.807
	15	2.70783	1.76740	0.126
	16	4.30053*	1.59152	0.007

Araştırma grubunun yaşa göre edilgen saldırganlık puanları arasındaki ilişki düzeyleri için yapılan Tukey HSD analizine göre; edilgen saldırganlık puanı için

yapılan Tukey HSD ikili karşılaştırma testine göre yaşı 14 ile 16 olanlar arasında 14 olanlar lehine; 16 ile 17 olanlar arasında 17 olanlar lehine anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0.05$).

Tablo 4.11: Araştırma grubunun ölçek puanları ile egzersiz yapma sıklığı arasındaki ilişki düzeyleri

Ölçek	Egzersiz Sıklığı	Yapma	n	Sıra Ort.	X2	p
Yalnızlık Envanteri	Yapmıyor		178	178.34	26.800	0.000*
	Haftada 1 gün		43	150.17		
	Haftada 2 gün		45	174.02		
	Haftada 3 gün ve üzeri		56	106.62		
Yıkıcı Saldırganlık	Yapmıyor		178	154.66	3.658	0.301
	Haftada 1 gün		43	161.90		
	Haftada 2 gün		45	183.96		
	Haftada 3 gün ve üzeri		56	164.89		
Atılğan Saldırganlık	Yapmıyor		178	144.21	21.951	0.000*
	Haftada 1 gün		43	156.19		
	Haftada 2 gün		45	175.88		
	Haftada 3 gün ve üzeri		56	209.00		
Rathus Atılğanlık Ölçeği	Yapmıyor		178	160.43	3.110	0.375
	Haftada 1 gün		43	151.73		
	Haftada 2 gün		45	152.27		
	Haftada 3 gün ve üzeri		56	179.81		

* $p<0.01$

Araştırma grubunun ölçek puanları ile egzersiz yapma sıklığı arasındaki ilişki düzeyleri için yapılan Kruskal-Wallis analizine göre; egzersiz yapma sıklığı farklı olan gruplar arasında yalnızlık envanteri puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0.01$). Egzersiz yapmayanların puan sıra ortalamaları 178.34, haftada 1 gün egzersiz yapanların ortalamaları 150.17, haftada 2 gün yapanların ortalamaları 174.02, haftada 3 gün ve üzeri yapanların ortalamaları 106.62'dir. Buna göre egzersiz yapmayanlar yalnızlık duygusunu en fazla yaşarken haftada 3 gün ve üzeri egzersiz yapanlar bu duyguyu en az yaşamaktadır.

Egzersiz yapma sıklığı farklı olan gruplar arasında atılğan saldırganlık düzeyi puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0.01$). Egzersiz

yapmayanların puan sıra ortalamaları 144.21, haftada 1 gün egzersiz yapanların ortalamaları 156.19, haftada 2 gün yapanların ortalamaları 175.88, haftada 3 gün ve üzeri yapanların ortalamaları 209.00'dur. Buna göre haftada 3 gün ve üzeri egzersiz yapanların atılgan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları en yüksek iken egzersiz yapmayanların ortalamaları en düşüktür. Egzersiz yapma sıklığı arttıkça atılgan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları da artmaktadır.

Tablo 4.12: Araştırma grubunun egzersiz yapma sıklığına göre ölçek puanları ile ilişki düzeyleri

Ölçek	Egzersiz Yapma Sıklığı	n	Sıra Ort.	U	p
Yalnızlık Envanteri	Yapmıyor	178	129.66	2819.000	0.000*
	Haftada 3 gün ve üzeri	56	78.84		
Atılgan Saldırganlık	Yapmıyor	178	105.92	2923.000	0.000*
	Haftada 3 gün ve üzeri	56	154.30		

* $p < 0.01$

Araştırma grubunun egzersiz yapma sıklığına göre ölçek puanları ile ilişki düzeyleri için yapılan Mann-Whitney U analizine göre; haftada 3 gün ve üzeri egzersiz yapan gruplar arasında yalnızlık envanteri puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0.01$). Egzersiz yapmayanların puan sıra ortalamaları 129.66 iken haftada 3 gün ve üzeri yapanların ortalamaları 78.84'tür. Buna göre egzersiz yapmayanlar haftada 3 gün ve üzeri egzersiz yapanlara göre yalnızlık duygusunu daha fazla yaşamaktadır.

Egzersiz yapmayan ile haftada 3 gün ve üzeri egzersiz yapan gruplar arasında atılgan saldırganlık düzeyi puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0.01$). Egzersiz yapmayanların puan sıra ortalamaları 105.92 iken haftada 3 gün ve üzeri yapanların ortalamaları 154.30'dur. Buna göre haftada 3 gün ve üzeri egzersiz yapanların yapmayanlara göre atılgan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları daha yüksektir.

Tablo 4.13: Araştırma grubunun egzersiz yapma sıklığına göre ölçek puanları ile ilişki düzeyleri

Ölçek	Egzersiz Yapma Sıklığı	n	Sıra Ort.	U	p
Yalnızlık Envanteri	Haftada 1 gün	43	58.94	819.500	0.007*
	Haftada 3 gün ve üzeri	56	43.13		
Atılgan Saldırganlık	Haftada 1 gün	43	41.12	822.000	0.007*
	Haftada 3 gün ve üzeri	56	56.82		

* $p<0.05$

Araştırma grubunun egzersiz yapma sıklığına göre ölçek puanları ile ilişki düzeyleri için yapılan Mann-Whitney U analizine göre; haftada 1 ile 3 gün ve üzeri egzersiz yapan gruplar arasında yalnızlık envanteri puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0.05$). Haftada 1 gün egzersiz yapanların puan sıra ortalamaları 58.94 iken 3 gün ve üzeri yapanların ortalamaları 43.13'tür. Buna göre haftada 1 gün egzersiz yapanlar 3 gün ve üzeri yapanlara göre yalnızlık duygusunu daha fazla yaşamaktadır.

Haftada 1 ile 3 gün ve üzeri egzersiz yapan gruplar arasında atılgan saldırganlık düzeyi puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0.05$). Haftada 1 gün egzersiz yapanların puan sıra ortalamaları 41.12 iken 3 gün ve üzeri yapanların ortalamaları 56.82'dir. Buna göre haftada 3 gün ve üzeri egzersiz yapanların 1 gün yapanlara göre atılgan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları daha yüksektir.

Tablo 4.14: Araştırma grubunun egzersiz yapma sıklığına göre ölçek puanları ile ilişki düzeyleri

Ölçek	Egzersiz Yapma Sıklığı	n	Sıra Ort.	U	p
Yalnızlık Envanteri	Haftada 2 gün	45	62.64	736.000	0.000*
	Haftada 3 gün ve üzeri	56	41.64		

* $p<0.01$

Araştırma grubunun egzersiz yapma sıklığına göre ölçek puanları ile ilişki düzeyleri için yapılan Mann-Whitney U analizine göre haftada 2 ile 3 gün ve üzeri egzersiz yapan gruplar arasında yalnızlık envanteri puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0.01$). Haftada 2 gün egzersiz yapanların puan sıra ortalamaları 62.84 iken 3 gün ve üzeri yapanların ortalamaları 41.64'tür. Buna göre haftada 2 gün egzersiz yapanlar 3 gün ve üzeri yapanlara göre yalnızlık duygusunu daha fazla yaşamaktadır.

Tablo 4.15: Araştırma grubunun düzenli olarak katıldığı sportif faaliyet dalı ile ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyleri

Ölçek	Düzenli olarak katıldığı sportif faaliyet dalı	n	Sıra Ort.	U	p
Yalnızlık Envanteri	Hayır	179	177.86	9869.500	0.000*
	Evet	143	141.02		
Yıkıcı Saldırganlık	Hayır	179	155.13	11659.000	0.170
	Evet	143	169.47		
Atılğan Saldırganlık	Hayır	179	144.08	9679.500	0.000*
	Evet	143	183.31		
Rathus Atılğanlık Ölçeği	Hayır	179	159.97	12524.000	0.741
	Evet	143	163.42		

* $p < 0.01$

Araştırma grubunun düzenli olarak katıldığı bir sportif faaliyet dalı ile ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyleri için yapılan Mann-Whitney U analizine göre; yalnızlık envanteri puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0.01$). Faaliyetlerine katıldığı bir spor dalı olanların puan sıra ortalamaları 141.02; böyle bir faaliyete katılmayanların ortalamaları 177.86'dır. Buna göre düzenli olarak faaliyetlerine katıldığı bir spor dalı olmayanlar olanlara göre yalnızlık duygusunu daha fazla yaşamaktadır.

Düzenli olarak faaliyetlerine katıldığı bir spor dalı olup olmama durumu farklı olan gruplar arasında atılğan saldırganlık düzeyi puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0.01$). Faaliyetlerine katıldığı bir spor dalı olanların puan sıra ortalamaları 183.31; böyle bir faaliyete katılmayanların ortalamaları 144.08'dir. Buna göre düzenli olarak faaliyetlerine katıldığı bir spor dalı olanların olmayanlara göre atılğan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları daha yüksektir.

Tablo 4.16: Araştırma grubunun düzenli olarak katıldığı sportif faaliyet dalı ile edilgen saldırganlık puanı arasındaki ilişki düzeyleri

Ölçek	Düzenli olarak katıldığı sportif faaliyet dalı	n	Ortalama	ss	t	p
Edilgen Saldırganlık	Hayır	179	28.53	9.33	-1.743	0.082
	Evet	143	30.64	11.85		

Araştırma grubunun düzenli olarak katıldığı sportif faaliyet dalı ile edilgen saldırganlık puanı arasındaki ilişki düzeyleri için yapılan t-Testi analizine göre; gruplar arasında edilgen saldırganlık puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0.05$)

Tablo 4.17: Araştırma grubunun Yetiştirme Yurtları ve Sevgi Evlerindeki Kalma Durumlarının Ölçek Puanları Arasındaki İlişki Düzeyi

Grup		n	Sıra Ort	U	p
Yalnızlık Envanteri	Sevgi Evleri	111	142,91	9646,500	,009
	Yetiştirme Yurtları	211	171,28		
Yıkıcı Saldırganlık	Sevgi Evleri	111	175,73	10131,000	,047
	Yetiştirme Yurtları	211	154,01		
Atılğan Saldırganlık Düzeyi	Sevgi Evleri	111	188,85	8674,500	,000
	Yetiştirme Yurtları	211	147,11		
Rathus Atılğanlık Ölçeği	Sevgi Evleri	111	186,08	8982,500	,001
	Yetiştirme Yurtları	211	148,57		

Araştırma grubunun Yetiştirme Yurtları ve Sevgi Evlerindeki Kalma Durumlarının Ölçek Puanları Arasındaki İlişki Düzeyinde yapılan Mann-Whitney U analizine göre; Yetiştirme Yurtları ve Sevgi Evlerinde kalan gruplar arasında yalnızlık envanteri puanı, rathus atılğanlık ölçeği, ve atılğan saldırganlık düzeyi puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmaktadır ($p<0,05$).Sevgi evlerinde kalan çocukların yalnızlık puan sıra ortalamaları 142.91 atılğan saldırganlık puan sıra ortalamaları 188.85 ve Rathus atılğanlık ölçeği puan sıra ortalaması 186.08 iken yetiştirme yurtlarında kalan çocukların yalnızlık puan sıra ortalamaları 171.28, atılğan saldırganlık puan sıra ortalamaları 188.85 ve Rathus atılğanlık ölçeği puan sıra ortalaması 148.57 dir. Buna göre yetiştirme yurtlarında kalan çocuklar sevgi evlerinde kalan çocuklara göre daha fazla yalnızlık duygusu yaşarken, Atılğan saldırgan ve rathus atılğanlık düzeylerinde ise sevgi evlerinde yaşayan çocukların daha atılğan olduğu söylenebilir.

Tablo 4.18: Puanların Cinsiyete Göre Farklılaşma Durumunun İncelenmesi

Ölçekler	Cinsiyet	n	Sıra Ort.	U	p
Yalnızlık Envanteri	Kız	149	172,39	11254,500	,043*
	Erkek	173	151,39		
Yıkıcı Saldırganlık	Kız	149	150,53	11241,500	,041*
	Erkek	173	171,69		
Atılgan Saldırganlık Düzeyi	Kız	149	129,95	8052,500	,000**
	Erkek	173	190,78		
Rathus Atılganlık Ölçeği	Kız	149	151,16	11340,000	,055
	Erkek	173	171,10		

** $p < 0,01$

Araştırma grubunun ölçek puanlarının cinsiyete göre farklılaşma düzeyleri için yapılan Mann Whitney U analizine göre kız ile erkek grupları arasında yalnızlık envanteri puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0,01$). Kızların puan sıra ortalamaları 172,39 iken erkeklerin ortalamaları 151,39'dur. Buna göre kızlar erkeklere göre yalnızlık duygusunu daha fazla yaşamaktadır. Kız ile erkek grupları arasında yıkıcı saldırganlık puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0,01$). Kızların puan sıra ortalamaları 150,53 iken erkeklerin ortalamaları 171,69'dur. Buna göre erkeklerin kızlara göre yıkıcı saldırganlık puan sıra ortalamaları daha yüksektir. Kız ile erkek grupları arasında atılgan saldırganlık düzeyi puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p < 0,01$). Kızların puan sıra ortalamaları 129,95 iken erkeklerin ortalamaları 190,78'dir. Buna göre erkeklerin kızlara göre atılgan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları daha yüksektir. Kız ile erkek grupları arasında rathus atılganlık puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı fark görülmemiştir ($p > 0,05$).

Tablo 4.19: Araştırma grubunun Kız Sevgi Evleriyle Yetiştirme Yurtlarının ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyi.

KIZ		n	Sıra Ort	U	p
Yalnızlık Envanteri	Sevgi Evleri	52	51,91	1321,500	,000
	Yetiştirme Yurtları	97	87,38		
Yıkıcı Saldırganlık	Sevgi Evleri	52	86,25	1937,000	,020
	Yetiştirme Yurtları	97	68,97		
Atılgan Saldırganlık Düzeyi	Sevgi Evleri	52	99,43	1251,500	,000
	Yetiştirme Yurtları	97	61,90		
Edilgen Saldırganlık	Sevgi Evleri	52	86,64	1916,500	,016
	Yetiştirme Yurtları	97	68,76		

Araştırma grubunun Kız sevgi evleri ve Yetiştirme Yurtları arasındaki yapılan ölçek puanlarının Mann Whitney U analizine göre kız sevgi evleri ve yetiştirme yurtlarında kalan çocukların yalnızlık envanteri puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Sevgi evlerindeki kızların puan sıra ortalamaları 51,91 iken yetiştirme yurtlarında kalanların ortalamaları 87.38'dir. Buna göre yetiştirme yurtlarında kalan kızlar sevgi evlerinde kalan kızlara göre yalnızlık duygusunu daha fazla yaşamaktadır. Kız sevgi evleri ve yetiştirme yurtlarında kalan çocukların atılgan saldırganlık düzeyi puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Sevgi evlerindeki kızların puan sıra ortalamaları 99,43 iken yetiştirme yurtlarında kalan kızların puan sıra ortalamaları 61.90'dir. Buna göre Sevgi evlerindeki kızların atılgan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları yetiştirme yurtlarında kalan kızlara göre daha yüksektir.

Tablo 4.20: Araştırma grubunun Erkek Sevgi Evleriyle Yetiştirme Yurtlarının ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyi.

ERKEK		n	Sıra Ort	U	p
Yalnızlık Envanteri	Sevgi Evleri	59	90,90	3133,000	,461
	Yetiştirme Yurtları	114	84,98		
Yıkıcı Saldırganlık	Sevgi Evleri	59	88,80	3257,000	,734
	Yetiştirme Yurtları	114	86,07		
Atılgan Saldırganlık Düzeyi	Sevgi Evleri	59	89,75	3200,500	,603
	Yetiştirme Yurtları	114	85,57		
Edilgen Saldırganlık	Sevgi Evleri	59	99,62	2618,500	,017
	Yetiştirme Yurtları	114	80,47		

Araştırma grubunun erkek sevgi evleri ve yetiştirme yurtları arasındaki yapılan ölçek puanlarının Mann Whitney U analizine göre erkek sevgi evleri ve yetiştirme yurtlarında kalan çocukların yalnızlık envanteri,yıkıcı saldırganlık envanteri ve atılgan saldırganlık düzeyi puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p>0,05$). Erkek sevgi evleri ve yetiştirme yurtlarında kalan çocukların edilgen saldırganlık puanları açısından ise anlamlı farklılıklar vardır. Erkek sevgi evlerinde kalan çocukların edilgen saldırganlık puan sıra ortalaması 99.62 iken erkek yetiştirme yurtlarında kalan çocukların edilgen saldırganlık puan sıra ortalaması 80.47 dir. Buna göre sevgi evlerinde kalan çocuklar yetiştirme yurtlarında kalan çocuklara göre edilgen saldırganlık düzeyleri daha yüksek olduğu söylenebilir.

5.TARTIŞMA

Bu çalışmanın amacı Amasya ve Çorum yetiştirme yurtlarında ve sevgi evlerinde yaşayan 14-17 yaşlarındaki farklı fiziksel aktivite düzeylerine sahip kız ve erkek çocukların (N=322) bazı psikolojik parametrelerini incelemektir. Çalışma, gönüllü olarak katılan çocukları ($N_{\text{Çorum}}=142$, $N_{\text{Amasya}}=180$) kapsamaktadır. Uygulanan anketler sonucunda elde edilen verilere göre sonuçlar değerlendirilmiştir.

Yapılan araştırmada araştırma grubuna uygulanan ölçek puanları arasındaki ilişki düzeyinde yıkıcı saldırganlık ile edilgen saldırganlık arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişki ($p<0.01$ $\rho=0.549$) bulunmaktadır (Tablo 4.7). Geriye kalan değişkenler arasında çok zayıf ilişkiler gözlenmesi, uygulanan ölçeklerin birbirinden bağımsız olarak farklı özellikleri test ettiğini göstermektedir. Bu nedenle uygulanan her bir ölçek araştırma grubumuzun farklı psikolojik özelliklerini ölçebilir düzeyde olduğu söylenebilir. Yıkıcı saldırganlık ile edilgen saldırganlık arasında pozitif yönlü orta düzeyde bir ilişkinin olması saldırganlık ölçeğinin alt boyutları arasında yer almalarından kaynaklandığı söylenebilir.

Araştırma grubunun yaşa göre ölçek puanları arasındaki ilişki düzeylerine bakıldığında yaş ile yalnızlık ölçeği arasında anlamlı farklılıkların olduğu (Durualp ve Çiçekoğlu, 2013) 16 yaşında olanlar yalnızlık duygusunu en fazla yaşarken 17 yaşında olanların yalnızlık duygusunu en az yaşadığı tespit edilmiştir (Tablo 4.8). Bunun nedeni; çocuklarda yaş arttıkça yaşam değerleri ile ilgili sorgulamalar çoğalmış, toplumsal sorunlara bakış açısında gelişmeler olmuş, toplumsal konulara ilgi artmış ve artık çocuklar daha sosyal olarak çevreleriyle iletişim kurabilecek duruma gelmelerinden kaynaklanabilir. Bu gelişmelerin sonucunda yaşın artmasıyla yalnızlık duygusunun azalmasının kaçınılmaz bir durum olduğu söylenebilir (Tablo 4.8). Nitekim yetiştirme yurtlarında ve sevgi evlerinde barınan çocuklardan yaşları büyük olanların yalnızlık duygusunu az yaşamalarının bir diğer nedeni ise; abi veya abla rolünü üstlenmeleri ve kendinden küçük yaşta çocukların kurum içinde karşılaştıkları problemleri çözmeye yardımcı olmalarından kaynaklandığı düşünülebilir.

Araştırma grubunun yaşa göre edilgen saldırganlık puanları arasındaki ilişki düzeylerine bakıldığında (Tablo 4.9-4.10) 17 yaşında olan çocukların edilgen saldırganlık puanları en yüksek iken, 16 yaşında olan çocukların edilgen saldırganlık puanları en düşüktür (Tablo 4.9). Duque, Klevens ve Ramirez (2003) Öztürk (2008).

Bunun nedenine bakıldığında 17 li yaşlar hayatta karşılaşılan en karmaşık dönemlerden biri olmakla birlikte çok sayıda fiziksel, psikolojik, sosyal değişimin gerçekleştiği, çocuklukla yetişkinlik arasında bir geçiş dönemi olduğu düşünülmektedir. Bu durum davranışlarında daha özgür olan yaşları daha büyük çocukların kontrolünün, küçük yaşlardaki çocuklara oranla daha zor olması ile açıklanabilir. Ayrıca 17 yaş grubu çocukların saldırgan akran gruplarına katılabileceği düşünüldüğünde saldırganlığın yaş ile birlikte artış göstermesinin beklenen bir sonuç olduğu söylenebilir (Tablo 4.10). Diğer taraftan gelişimsel zorluklar da çocukların öfke ve saldırganlık duyguları yaşamasına neden olabilir. 17 li yaşlarda özellikle sosyal destekten yoksun olma ergeni saldırgan davranışlara sürükleyebileceği söylenebilir. Yine Öztürk (2008) yapmış olduğu çalışmada 15-16 yaşındaki öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin yüksek olduğunu ortaya koymuştur. Bu sonuçlar çalışmamızla paralellik göstermektedir. Ergenlik dönemi hayatımızda karşılaştığımız en karmaşık dönemlerden biri olmakla birlikte çok sayıda fiziksel, psikolojik, sosyal değişimin gerçekleştiği, çocuklukla yetişkinlik arasında bir geçiş dönemidir. Bu bağlamda davranışlarında daha özgür olan yaşları daha büyük ergenlerin kontrolünün, küçük yaşlardaki çocuklara oranla daha zor olması ile açıklanabilir. Ayrıca bu yaş grubu ergenlerin saldırgan akran gruplarına katılabileceği düşünüldüğünde saldırganlığın ergenlik döneminde yaş ile birlikte artış göstermesi beklenen bir sonuçtur.

Fiziksel aktivitenin çocukların ve ergenlerin ruh sağlığı ve psikolojik iyilik hali üzerine yararları ve istatistiksel olarak olumlu yönde gelişimlerin bilimsel olarak kanıtlandığı düşünülmektedir (Tablo 4.11) Başka insanlarla birlikte olma veya yeni ilişkiler kurma gereksiniminin yoğunluğu kişinin sosyal durumuna bağlıdır. Modern toplum yapımız, zaten bir yalnızlığı ve sosyal ilişkilerde bir daralma veya özelleşmeyi de beraberinde getirdiği düşünülmektedir. İlişki kurma ve sosyal olma gereksinimi, sorumlu kişi ve yönetenler tarafından sürekli olarak göz önünde tutulmalı ve spor gruplarının yeniden şekillendirilmesi ve organizasyonu sürecinde önemli bir isteklenme faktörü olarak düşünülmelidir.

Bu durum, hangi yaşta spora başlanırsa başlansın gencin katıldığı fiziksel aktivite ortamında kendisini grubun bir üyesi olarak hissetmesi, yakın arkadaşlıklar kurma imkanına sahip olma olasılığının yüksek olmasından kaynaklandığı söylenebilir. Haftada 1 gün spor yapanların (Tablo 4.11-4.13) genellikle serbest zaman

değerlendirmesi ile uğraşan ve muhtemelen daha çok yalnızlık çeken bireyler olduğu ve bu zamandan daha fazla fiziksel aktivite yapanların profesyonel olarak fiziksel aktivitelere katılmalarının bir sonucu olması Şengil'in yaptığı çalışmada karşımıza çıkmaktadır. (Şengil, 2014: 55). Bunun nedeni haftada bir gün fiziksel aktivite yapan kişilerde görülen daha yüksek düzeydeki yalnızlığın, bu kişilerin fiziksel aktivite yapmak için ayırdıkları zamanın, anlamlı ve doyurucu yeni arkadaşlıklar, dostluklar kurulması için yetersiz olmasından kaynaklanıyor olabilir (Tablo 4.14). Eğer, kişiler yalnızlığın altında yatan nedenleri tam olarak anlayabilir ve kendilerini daha olumlu hissetmeye zorlarsa daha çok sosyalleşebilirler ve yalnızlığın verdiği etkilerden kurtulabilecekleri düşünülmektedir. Ayrıca yetiştirme yurtları ve sevgi evlerinde görev yapan başta öğretmen ve yöneticiler olmak üzere bütün yurt personelinin çocuklara öncelikle en çok gereksinimleri olan sevgi ve şefkati verebilecek, onların kendilerine güven duymalarını ve yalnız olmadıklarını hissettirebilecek şekilde davranmaları, çocuk ve ergenlik psikolojisine ilişkin bilgi ve beceri ile donanımlı, otoriter ve ilgisiz olmaktan uzak, demokratik bir tutum içinde olmaları, çocukları destekleyici ve onların yanında olduklarını hissettirebilecek davranışlar sergilemelerinin gerekli olduğu söylenebilir.

Haftada 3 gün ve üzeri egzersiz yapanların atılğan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları en yüksek iken egzersiz yapmayanların atılğan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları en düşük olduğu söylenebilir (Tablo 4.12). Egzersiz yapma sıklığı arttıkça atılğan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları da artmaktadır. Pekince (2012), çocukların spor aktivelere katılma oranı arttıkça saldırganlık düzeyinin de arttığını tespit ettiği, atılğan saldırganlık bireyler arası iletişimde istenen bir özellik olduğunu bilen ebeveynler çocuklarını bu özelliği kazanmaları için spora yönlendirebileceği söylenebilir.

Bireylerin spor etkinliklerine katılımının beden, ruh ve kişilik yapısını geliştirdiğini, iradeyi güçlü kılma, grup çalışmasını kolaylaştırma, karşılıklı dayanışma sağlama, özgüven geliştirme, kendini kontrol etme, başkalarına saygıyı öğrenmede önemli katkılar sağlandığını ve atılğan birey olmalarında rol oynadığını dolayısıyla fiziksel aktiviteye katılan bireylerin atılğan saldırganlık düzeylerinin fiziksel aktiviteye katılmayan bireylere oranla yüksek olabileceği düşünülebilir (Bavlı, 2009). Çünkü atılğan saldırgan özelliklere sahip bireylerin göstermiş oldukları özelliklerle, fiziksel

aktiviteye katılan bireylerin göstermiş oldukları özelliklerin benzerliği söz konusu olduğu söylenebilir.

Yalnızlık envanteri ve atılgan saldırganlık düzeyi puanları düzenli olarak faaliyetlerine katıldığı bir spor dalı olup olmama durumuna göre farklılık göstermekteyken, yıkıcı saldırganlık ve rathus atılganlık ölçeği eğilimlerinde anlamlı bir farklılık görülmediği söylenebilir (Tablo 4.16). Düzenli olarak faaliyetlerine katıldığı bir spor dalı olmayanlar olanlara göre yalnızlık duygusunu daha fazla yaşadığı düzenli olarak sosyal ve sportif etkinliklere katılmayan bireylerin daha yalnız olduğu spor yapmanın veya sportif aktiviteye katılmanın gençlerin yalnızlık düzeyleri üzerinde önemli ölçüde etkisi olduğu Karakurt (2012) ve Yazıcılar (2004: 50) yapmış oldukları çalışmalarda da saptanmıştır. Yetiştirme yurtlarındaki çocukların yalnızlıkla başetme nedenlerinin arasında, yaşamlarında hoşlarına giden aktivitelere daha fazla yer vermenin olduğu düşünülürse fiziksel aktiviteye katılanlar katılmayanlara göre daha az yalnızlık duygusunu hissetmelerinden kaynaklandığı düşünülebilir.

Düzenli olarak faaliyetlerine katıldığı bir spor dalı olanların olmayanlara göre atılgan saldırganlık düzeyi puan sıra ortalamaları daha yüksektir (Tablo 4.16). Güler, Aydos ve Koç (2005) ve Güler (2011)'in çalışmalarında da düzenli spor etkinliğinde bulunan çocukların atılgan saldırganlık düzeyi puanları daha yüksek olduğunu Eroğlu (2009) düzenli spor yapan çocukların saldırganlık eğilimlerinin azaldığını söylemişlerdir. Düzenli olarak fiziksel aktiviteye katılan bireylerin kendine güvenlerinin üst seviyede olması, bedenlerinin bilincinde olmaları, egzersizle birlikte vücutta salgılanan hormonlar sayesinde zevk alma duygusunun gelişmesi ve böylece sosyal, ailesel ve mesleki kaygılardan kurtulmaya olanak sağladığı söylenebilir (Alemdağ ve Öncü, 2015). Her türlü fiziksel etkinlik sosyal bir deneyimdir ve çoğu zaman duyguları içerir fiziksel aktivitelere katılan birey oyun ve hareketler aracılığı ile duygularını ifade etme imkanı bulur. Saldırganlık, öfke, utangaçlık vb. duygularında boşalım sağlar ve bunları kontrol etmesini öğrendiği düşünülmektedir.

Ayrıca araştırma grubunun düzenli olarak katıldığı sportif faaliyet dalı ile edilgen saldırganlık puanı arasındaki ilişki düzeylerine bakıldığında anlamlı farklılıkların bulunmadığı (Tablo 4.16) gösterilmiştir. Spor, sosyalleşme ve sosyal değişim aracı olarak hizmet veren olağanüstü bir güce sahiptir. Spor, büyük önem verilen birçok sosyal değerın oluşmasına sürekli hale gelmesine yardımcı olur. İnsanlar

onlara uygun olan sosyal rolleri öğrenirler, hemen tüm insanlar çocukken oyun, spor ve diğer aktiviteler ile sosyalleşirler (Yetim, 2011).

Düzenli olarak yapılan fiziksel aktiviteye katılan bireylerde, kendini ifade edebilme ve kendine olan güvenin artırdığı, sosyal iletişim becerilerini geliştirdiği, zihin yorgunluğu ve gerginliği azaltmada yardımcı olduğu düşünülmektedir. Günümüzde, bireylerin vazgeçemediği en önemli olguların başında fiziksel aktiviteler gelmektedir. Bu noktadan hareketle, farklı sosyo-ekonomik yapılardan bir araya gelen çocukların oluşturdukları yetiştirme yurtlarının yapmış olduğu düzenli fiziksel aktiviteler, insanlara bir nebze olsun günlük hayatın monoton ve kendini tekrar eden yapısının dışına çıkarmasından kaynaklanıyor olabilir. Amasya ve Çorum illerindeki yetiştirme yurtlarında ve sevgi evlerinde kalan çocuklar düzenli olarak fiziksel aktivitelere katıldığı söylenebilir (Tablo 4.4). Belirli dönemlerde Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığı'nın düzenlemiş olduğu spor faaliyetlerine ve fiziksel aktivitelere Türkiye genelinden birçok yetiştirme yurdu katılım sağladığı düşünülmektedir. Katılımdaki temel amaç çocukların buldukları ortamlarından uzaklaştırarak çevresindeki insanlarla sosyalleşme sürecinde birliktelik oluşturması sağlanabileceği söylenebilir. Yıl boyuna yayılmış aktiviteler ile birlikte çeşitli sosyal olaylara olan duyarlılık ile katılımcılarına kendilerini gerçekleştirme, eğlenme, birileri ile tanışma yada sosyalleşme gibi duygular yaşatması açısından çok önemli olduğu söylenebilir.

Amasya ile Çorum Yetiştirme Yurtları ve Sevgi Evlerinde kalan gruplar arasında yalnızlık envanteri puanı, rathus atılganlık ölçeği, yıkıcı saldırganlık ve atılgan saldırganlık düzeyi puanları açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı sonucuna varılmıştır (Tablo 4-17.). (Duyan ve arkadaşları 2008) uzun süre şehirde yaşayan öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin diğerlerine göre daha az olduğunu tespit etmiştir. Günümüzde yetiştirme yurtlarının yaşam kalite standartlarına yakınlaştırılmış olması ve sevgi evlerine dönüşümlerin başlaması olarak değerlendirilebilir. Nitekim araştırmacıların yetiştirme yurdu yaşam ortamını görmeden önceki varsayımları ve gördükten sonraki düşünceleri arasında farklılık olduğu sonucuna varılmıştır (Sakallı ve ark., 2011).

Beklenilenin aksine yetiştirme yurdu yaşam ortamının gençlerin sosyal, psikolojik, fiziksel ve bilişsel gelişimlerini destekleyici niteliklere yaklaştığı ve bunun da ailesi yanında kalan gençlerin umutsuzluk ve yalnızlık düzeylerine paralel bir gelişim göstermesinde etken olduğu varsayılmıştır. Toplu yaşam yerleri olarak tanımlanan yurtlar ve sevgi evleri aile ortamının sağladığı fiziki ve manevi desteği sağlamasa da, kendi başlarına karar verebilme, sosyal ilişkilerini kendi çabalarıyla kurabilme, karşılaştıkları problemlerin çözümünde iradi davranabilme olanağı sunmaktadır (Kozaklı, 2006).

Araştırma grubunun ölçek puanlarının cinsiyete göre karşılaştırma sonuçlarına bakıldığında (Tablo 4.18.) kız ile erkek grupları arasında yalnızlık envanteri puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,01$). Kızların puan sıra ortalamaları 172,39 iken erkeklerin ortalamaları 151,39'dur. Buna göre kızlar erkeklere göre yalnızlık duygusunu daha fazla yaşamaktadır. Kız ile erkek grupları arasında yıkıcı saldırganlık puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,01$). Kızların puan sıra ortalamaları 150,53 iken erkeklerin ortalamaları 171,69'dur. Buna göre erkeklerin kızlara göre yıkıcı saldırganlık puanı sıra ortalamaları daha yüksektir. Kız ile erkek grupları arasında atılman saldırganlık düzeyi puanı açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,01$). Kızların puan sıra ortalamaları 129,95 iken erkeklerin ortalamaları 190,78'dir. Buna göre erkeklerin kızlara göre atılman saldırganlık düzeyi puanı sıra ortalamaları daha yüksektir.

Yapmış olduğumuz çalışmada yalnızlık envanterinden elde edilen sonuçlara göre cinsiyetler arasında farklılıkların olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Tablo 4.18.). Bu çalışmadan elde edilen veriler ışığında, kız çocukların erkek çocuklara göre yalnızlık duygusunu daha fazla yaşadığı söylenebilir. Literatür incelemeleri sonucunda yalnızlık duygusunun cinsiyete göre değişkenlikler gösterdiği sonucuna varıldığı düşünülmektedir. (Pancar 2009), (İmamoğlu 2008), (Bozdoğan 2011) ve (Arkan 2016) yapmış oldukları çalışmalarda cinsiyete göre yalnızlık puanlarında anlamlı bir farklılık saptayamadıkları söylenebilir. (Karakurt 2012), (Chesser ve ark. 1981) 'in yapmış olduğu çalışmalarda ise, kadınların erkeklere göre yalnızlık puanlarının daha yüksek olduğu sonucunu ortaya koymuşlardır.

Ailesinden ayrı olan ya da ailesi hayatta olmayan bireylerde genel olarak kızların yalnızlık duygusunu baskın olarak yaşadığı söylenebilir.(Tablo 4.5.) Bu yalnızlıktan dolayı yetiştirme yurtlarında ve sevgi evlerinde yaşayan çocukların arkadaşlarıyla ve çevresindeki insanlarla sosyal ilişki kurmada da sorunlar yaşayacağı düşünülmektedir. Aile bölünmesinin çocukların gelişimlerini olumsuz yönde etkileyebileceği bazı ruhsal ve davranışsal problemlere yol açabileceği düşünülmektedir. Görüldüğü gibi korunmaya muhtaç çocukların ebeveynlerinin çoğunluğu hayatta olduğu (Tablo 4.4 ve 4.5.) ebeveynlerin önemli bir kısmının çeşitli nedenlerle boşanmış, çocukların sorunluluğunu üstlerine almak istemeyen, ya da ikinci bir evlilik nedeniyle eşleri bu çocukları istemeyen bireyler olduğu düşünülmektedir. Beraber yaşayan anne-babaların ise maddi yetersizlikler, bedensel ve ruhsal olarak çocuk bakımı için yetersiz olmaları, çocukları ihmal ve istismar etmiş olmaları çocukların yalnızlık duygusu yaşamalarında etken olduğu sonucuna varılabilir.

Çalışmamızda yıkıcı saldırganlık ve atılgan saldırganlık düzeyi puanları arasında anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna varılmıştır. Erkeklerin kızlara göre yıkıcı saldırganlık, atılgan saldırganlık düzeyi puanları daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Duyan ve diğerleri (2008), Şentürk (2010) ve Körler (2011) erkeklerin kızlara oranla daha yalnız olduğunu ortaya koymuştur, bu sonuçlar çalışmamızdan elde edilen sonuçlarla örtüşmemektedir. Tegin (1991), Deniz (1997), Gökalan (2000), Bal (2006) ve Kılınç (2011) erkeklerin atılgan saldırganlık düzeyi puanlarını daha yüksek bulmuştur. Akıncı (2006), Top ve Kaya (2009), Adana ve arkadaşları (2009) ve Güler (2011) kadınların daha atılgan saldırgan olduklarını dile getirmişlerdir.

Karakoyun (2011) Aytar ve İnceoğlu, (1987), Tegin, (1991), Akıncı, (2006), Tucker ve Weaver (1983) ve Bal (2006) atılgan saldırganlık düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. (Akt., Balkancı, 2009). Aktaş, Şahin ve Aydın (2005) ve Öztürk (2008), Erdemir (2012), Erkiner (2012) ve Pekince (2012), yapmış oldukları çalışmalarda erkeklerin daha saldırgan oldukları sonucuna varmışlardır. Saldırganlık, tüm insanlarda doğuştan itibaren var olduğu söylenebilir. Yaş ilerledikçe ve özellikle ergenlik döneminde saldırganlık varlığını korumakla beraber toplumsallaşmanın da etkisiyle daha sosyal ifade biçimleri bulmaya başlamıştır.

Erkek çocuklarının yetiştirilme biçimlerinde saldırgan davranışların kabul görmesi ve pekiştirilmesi, toplumda duyarsız erkek davranışı modellerine ve tutumlarına aşırı önem verilmesi, ergenlik döneminin gelişimsel zorlukları saldırgan davranışlarının nedenleri olarak gösterilebilir. Hasta ve Güler (2013) bu konuda, Türk kültür yapısının, erkek ve kız olmaya başta aile olmak üzere toplum tarafında farklı anlamlar yüklediğini belirtmektedirler. Kız ve erkek çocukların yetiştirilme tarzları ve toplumdaki rollerinin farklı olması şiddet türü davranışların erkekler için kabul görür bir hal alırken kızlar içinse bu davranış türü benimsenmemektedir (Ersoy, 2004).



6.SONUÇ

Parçalanmış ailelerde yaşanan stres ve gerilimlerin etkisiyle ebeveynlerinden yeterli düzeyde sosyal destek göremeyen ergenlerin kendi problemlerini çözmede ve haklarını savunmaları gereken durumlarda daha çekingen ve güvensiz oldukları söylenebilir. Aile sevgisi ve anne-baba şevkatinden yoksun kalma, çocuklarda kişilik gelişimi bozukluklarına, topluma uyum sağlamada güçlüğü ve bunlarla beraber bir takım saldırgan davranışların ortaya çıkmasında önemli bir rol oynamaktadır.

Ruhsal açıdan değerlendirildiğinde aile birliğinin bozulması aile bireylerinin ve etrafındaki kişileri dahi etkileyebilen karmaşık bir olgudur. Bu zaman esnasında durumlardan en fazla etkilenen kişiler çocuklardır. Hiç şüphesiz ki bir çocuk fiziksel ve psikolojik gelişimini en güzel şekilde ailesinin içinde tamamlar. Çocuk annenin ve babanın ilgisine, sevgisine, ihtiyaç duyan bir bireydir. Çocuğun ruhsal ve zihinsel açıdan iyi olmasının ilk gelen şartlarından birisi tabiki kişiliğinin ideal bir aile tarafından kazandırılmasıdır.

Yetiştirme yurdunda ve sevgi evlerinde kalan çocukların kendine özgü sorunlarının bulunması ve bunlarla baş etmede karşılaşılan güçlüklerin, çocuklarda yalnızlık duygusunu ortaya çıkartmakta önemli bir etken olduğu düşünülmektedir

Anne ve babanın eğitim durumu ebeveynlerin çocuklarına karşı tutumlarının belirlenmesinde etkili olabilecek bir unsurdur. Anne ve babalar, eğitim düzeylerinin düşüklüğüne bağlı olarak çocuklarının gelişimlerine katkı sağlama, onlara destek ve iyi bir model olma konusunda yetersiz kalabilmektedirler. Bu yetersizlikler sonucunda çocuklarda yalnızlık ve saldırgan davranışlar ortaya çıkabilir.

Eğitim seviyesinin yükseltilmesi bireylerin olaylar karşısında sağlıklı düşüncelerini, sorunlarla baş edebilme kabiliyetlerinin artmasına neden olarak, yalnızlık ve saldırganlık gibi tutum ve davranışlarda olumlu yönde gelişime katkı sağlayacaktır.

Fiziksel aktivite esnasındaki etkileşim, duyguların boşalımı ve düzeninin sağlanması için uygun imkânlar sunulur. Fiziksel aktivitelere katılan kişi, hareketler aracılığıyla kendini ifade etme olanağı bulur. Olumsuz davranışlar olarak nitelendirilen saldırganlık, öfke, utangaçlık, kıskançlık gibi hislerin boşalmasını ve olumsuz duyguları kontrol edebilmeyi öğrenir. Böylece uyum sağlama sürecine de olumlu etki yapmış olur (Tazegül, 2014).

Vücut dili, hareket, konuşma, mimik, el-kol hareketleri ve bakış ifadesi gibi fiziksel egzersizin çeşitli iletişim yolları sosyal ilişki, dostluk ve birliktelik gereksinimlerini tatmin etmek için uygun bir zemin oluşturur. Bu aktivitelerin sıradan yaşantının dışına çıkma, istediğini en kolay halde yapabilecek hareket ve çeşitli spor organizasyonlarında bulunmak yada düzenli bir fiziksel aktiviteye katılmak olarak da söylenebilir. Bu nedenle düzenli egzersiz yapma alışkanlığının erken yaşlardan itibaren kazandırılması önem arz etmektedir. Fiziksel aktivitenin bilinen tüm olumlu etkilerinin yanı sıra yetiştirme yurdundaki ve sevgi evlerindeki çocukların duygusal gelişimlerine de pozitif yönde katkı yapacağını bilinmesi ve fiziksel aktivitenin günlük yaşamın bir parçası haline getirilmesi, daha da iyisi kişilerin bunu yaşam tarzı olarak benimsemelerinin sağlanması etkili olacaktır.

7. ÖNERİLER

- Türkiye'nin her bir bölgesini kapsayacak şekilde pilot iller seçilerek ve örneklem büyüklüğü de artırılarak yetiştirme yurtlarının bölgesel dağılımlarına göre benzer çalışmalar önerilebilir.
- Türkiye'de benzer çalışmalar yapılarak yaş ve cinsiyetlere göre her bir bölgenin mevcut durumunun çıkarılması önerilebilir.
- Yetiştirme yurtlarında yaşayan bireylerin düzenli olarak belli bir süre fiziksel aktivitelere katılmaları sağlandıktan sonra bu ölçeklerin kullanılması önerilebilir.
- Denek grubunun yaş aralığı ve örneklem sayısı daha geniş tutularak çok daha kapsamlı bir çalışma önerilebilir.

8.KAYNAKLAR

- Acar, Mehmet. (2006). **Türkiye'de Madde Bağımlılığı ve Gençlik**, Kırıkkale: Kırıkkale Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Acet, M. (2006), **Sporda Saldırganlık ve Şiddet**, İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Adana F, Erdağı S, Eliş, S, (2010). "Kars'ta Çalışan Hemşirelerin Atılgnlık Düzeylerinin Geliştirilmesi", **İ.Ü.F.N. Hem. Derg.**, 18(3): 120-127.
- Akbulut, G. (2010). "**Erişkinlerdeki Şişmanlığın Diyet Tedavisindeki Güncel Yaklaşımlar ve Fiziksel Aktivitenin Önemi**", Türkiye Eczacılar Birliği Mised Dergisi, s. 89. Ankara.
- Akgeyik, T. (2007). "**Pozitif Kurumsal Kültürü Geliştirmede İşyerinde Sosyal Aktivite Uygulamaları**", İktisat Fakültesi Mecmuası. 56 (2). 55-94.
- Aktaş, F. (2005). **Konya'da Koruma ve Bakım Altında Olan Gençlerin Saldırganlık Düzeyleri**. Konya Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Aktaş, V., Şahin, D., Aydın, O. (2005). "**Saldırgan Olan ve Olmayan Çocuklarda Düşmanca Niyet Yükleme Yanlılığının Cinsiyete Bağlı Olarak İncelenmesi**", Türk Psikoloji Dergisi.
- Akyol A., Bilgiç P., Ersoy G. (2008). **Fiziksel Aktivite, Beslenme ve Sağlıklı Yaşam**. Ankara Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- Alberti R, Emmons M. (2002). **Atılgnlık Hakkınızı Kullanın** Çeviren: S.Katlan, Ankara: Hekimler Yayın Birliği Yayınları.
- Alberti R., Emmons M. (2009). **Atılgnlık**. Çev:Katlan S., Ankara: HYB Yayıncılık.
- Alemdağ, Serdar, Erman Öncü. (2015). "**Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Sosyal Görünüş Kaygılarının İncelenmesi**", International Journal of Science Culture and Sport, ISSN: 2148-1148
- Alpkaya, U. ve Mengutay, S. (2004). "**Fiziksel Aktivitenin Reaksiyon Sürecinin İncelenmesi**", Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 9(3);49–57.
- Altay M. (2007). **Çocukluk ve Ergenlikteki Fiziksel Aktivite Deneyimleri ile Yetişkinlikteki Fiziksel Aktivite Düzeyi Arasındaki İlişki**. Ankara: Gazi Üniversitesi, Doktora Tezi.

- Antognoli, A. ve-Toland, P. L. (2000). "**Adolescent loneliness: Testing A Predictive Model**", Journal of Theory Construction & Testing, 4(1), 7-13.
- Arkan, R.K. (2016). **Ergenlerin Atılganlık, Utangaçlık ve Yalnızlık Düzeyleri**. İstanbul: Beykent Üniversitesi / Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Asher, S. R. ve Paquette, J. A. (2003). "**Loneliness and Peer Relations in Childhood**", American Psychological Society, 12(3), 75-78.
- Aslan B. (2007). **Kurum Bakımında Bulunan Korunmaya Muhtaç Çocukların Davranış Sorunları (Adana İlinde Bir Araştırma)**. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Avcı M. (2006). "**Ergenlikte Toplumsal Uyum Sorunları**", Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 7(1): 39- 64.
- Avcı, Ahmet. /2010). **Eğitimde Şiddet Olgusu Lise Öğrencilerinde Şiddet, Saldırganlık ve Ahlaki Tutum İlişkisi Küçükçekmece İlçesi Örneği**, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İlahiyat Anabilim Dalı, Din Eğitimi Bilim Dalı, Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul
- Aydın B. (2010). **Çocuk ve Ergen Psikolojisi**. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Ayhan, Y.F. (2014). **Çocukluk ve Ergenlik Döneminde Fiziksel Aktivite Deneyimleri ile Yetişkinlikteki Fiziksel Aktiviye Düzeyleri ve Beden Kompozisyonlarının İncelenmesi**. Muğla: T.C. Muğla Sıtkı Kocaman Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.
- Bahr, H. M. (2003). **Loneliness. Encyclopedia of Community: From The Village to The Virtual World**. Thousand Oaks: SAGE Publications.
- Bakır, H.Ö. (2008). **İlkokul Öğrencilerinin Yalnızlık ve Sosyal Doyumsuzluk Düzeylerinin Okul Sonrası Bakımları, Okul Sonrası Yapılan Etkinlik Çeşidi ve Anne İş Durumu ile İlişkisi**. Ankara: Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi,
- Baltacı, G, Ersoy, G, Karağaoğlu, N, Derman, O, Kanbur, N. (2006). **Ergenlerde Sağlıklı Beslenme, Hareketli Yaşam**. Ankara: Sinem Matbaacılık.
- Baltacı, Ş. (2008). **Çocuk ve Spor**. Ankara: Klasmat Matbaacılık.
- Baranowski, T., Bouchard, C., Bar-Or, O., Bricker, T., Heath, G., Kimm, S. Y. S., Strong, W. B., Truman, B. and Washington, R. (1992). "**Assessment,**

- Prevalance and Cardiovascular Benefits of Physical Activity and Fitness in Youth",** Medicine Science and Sports Exercise. 24 (6): 237–247.
- Baron, Robert A. ve Deborah R. Richardson. (1994). **Human Aggression.** New York: Plenum Press.
- Baron, Robert A., Donn Byrne. (1991). **Social Psychology.** USA: Allyn & Bacon.
- Başer, H, (2013), **Çocuk Refahı Alanında Yeni Hizmet Modeli "Çocuk Evleri".** Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi
- Bates, H. (2006). **Daily Physical Activity For Children and Youth: A Review and Synthesis of The Literature.** Edmonton: Ministry of Education, Alberta Education, Learning, and Teaching Resources Branch.
- Bavlı Özhan. (2009). **"Gelişim Çağındaki Sporcuların Atılganlık Düzeyleri ile Yaralanma Durumu İlişkilerinin İncelenmesi"** F.Ü.Sağ.Bil.Tıp Derg. 23 (1): 07 – 10
- Bayhan P, Işıtan S. (2010). **"Ergenlik Döneminde İlişkiler: Akran ve Romantik İlişkilere Genel Bakış",** Aile ve Toplum, 5(20): 33-44.
- Bayraktar, E. (2016). **Tek Ebeveynli, Lisede Okuyan Ergenlerde Algılanan Yalnızlık Düzeyleri ile Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi.** İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Baysal, A. (2007). **Beslenme.** (11. Baskı). Ankara: Hatiboğlu Basın ve Yayınları.
- Bek N. (2008). **Fiziksel Aktivite ve Sağlığımız,** Ankara: Klasmat Matbaacılık.
- Berk, E.L. (2013). **Çocuk Gelişimi,** (Çev: Prof. Dr. Ali Dönmez), Ankara: İmge Kitabevi.
- Biçer E. (2009). **Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Atılganlık ve Sosyal Yetkinlik Beklenti Düzeylerinin Bazı Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi.** Adana: Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Bilen, M. (2014). **Sağlıklı İnsan İlişkileri** (9 Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Bishop, S. (2010). **Develop Your Assertiveness.** Philadelphia: British Library Cataloguing.
- Booth, R. (2000). **"Loneliness as a Component of Psychiatric Disorders",** Medgenmed, 2(2).

- Bowker, J., Ostrov, J., Raja, R. (2011). **“Relational and Overt Aggression in Urban India: Associations With Peer Relations and Best Friends Aggression”**, International Journal of Behavioral Development, 36(2), 107–116.
- Bozdoğan İ, (2011). **Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Ebeveynlerin Algıladıkları Sosyal Destek ve Yalnızlık Puanları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**. Erzurum: Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Brehm, Sharon S., Saul M. (1999). **Kassin ve Steven Fein. Social Psychology**. Fourth Edition. Usa : Houghton Mifflin Company.
- Brittenham, S. W. (2002). **An Analysis of The Relationship Between Physical Activity Level and Physical Fitness/ Health Related Variables For First Through Fifth Grade Students**, Colorado: University of Northern Colorado, The Degree of Doctor of Education.
- Can R, Türkyılmaz M, Karadeniz A. (2010). **"Ergenlik Dönemi Öğrencilerinin Okuma Alışkanlıkları"**, Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 11(3): 1-21.
- Cengiz, S. (2010). **Ergenlerde Saldırganlık ve Problem Çözme**. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Ceylan, D. (2012). **Besyo Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi**. Çanakkale: Çanakkale Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Çelen N, (2011). **Ergenlik ve Genç Yetişkinlik**. 2. Basım, İstanbul: Papatya Yayıncılık.
- Çetin, F. (2015). **"Sporun Çocuk Psikolojisi Üzerindeki Önemi"**. http://www.basketbolokulu.com.tr/nm-sporun_psikolojik_ etkisi-cp-57, (Erişim Tarihi: 15 Mayıs 2015).
- Çınar, S. (2016). **İlköğretim 3. ve 4. Sınıf Öğrencilerinin Anne Baba Tutumlarına İlişkin Algılarının Problem Çözme Becerisi ve Saldırganlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisi**, İstanbul: T.C. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Çocuk Yuvası, <http://www.antalyasosyalhizmetler.gov.tr/web/tr/hizmetler-cocuk-cocukyuvasi.html>, (Erişim Tarihi: 15 Mayıs 2015).

- Demir, A. (1989). **UCLA Yalnızlık Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirliği**. Türk Psikoloji Dergisi, 7(23), 14-18.
- Demirbilek, S. (2000). **Korunmaya Muhtaç Gençlerin Topluma Kazandırılmasında Yetiştirme Yurtları**, D.E.Ü. İ.İ.B. F. Dergisi, 15, (2) ,137-152.
- Derdiyok, E.B. (2015). **Üniversite Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Alkol Kullanmaları Arasındaki İlişki**. İstanbul: T.C. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Dinç A. (2007). **Ergenlerde Anne-Baba Tutumları ve Dini Yönelim**. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Dinçer, Ferah, Gürsel Öztunç. (2009). **"Hemşirelik ve Ebelik Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeyleri"**, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi, 22-33
- Dizman, H., Gürsoy, F. (2005). **"İlköğretim Dördüncü ve Beşinci Sınıfa Devam Eden Anne Yoksunu Olan ve Olmayan Çocukların Saldırganlık Eğilimleri"**, Kastamonu Eğitim Dergisi.
- Duque, Luis.F., Joanne Klevens, Clemencia Ramirez. (2003). **"Overlap, Correlates of Different Types of Aggression Among Adults, Results From A Cross-Sectional Survey In Bogotá, Colombia"**, Aggressive Behavior, 29, 191-201.
- Duru, E. (2008). **"Yalnızlığı Yordamada Sosyal Destek ve Sosyal Bağlılığın Rolü"**, Türk Psikoloji Dergisi, 23, 15-24.
- Durualp E, Çiçekoğlu P. (2013). **Yetiştirme Yurdunda Kalan Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin İnternet Bağımlılığı ve Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi** İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Duyan, V., Çamur-Duyan, G., Gökçearslan-Çiftçi, E., Sevin, Ç., Erbay, E. ve Şizoğlu, M. (2008). **"Lisede Okuyan Öğrencilerin Yalnızlık Durumlarına Etki Eden Değişkenlerin İncelenmesi"**, Eğitim ve Bilim, 33(150): 28-41.
- Dwyer, T., Sallis, J. F., Blizzard, L., Lazarus, R., Dean, K. (2001). **"Relation of Academic Performance to Physical Activity and Fitness in Children"**, Pediatric Exercise Science, 13, 225-238.

- Edwards, P. ve Tsouros, A. (2006). **Kentsel Çevrede Fiziksel Aktivite ve Aktif Yaşamın Desteklenmesi**, Bilimsel Kanıtlar, Dünya Sağlık Örgütü.
- Ekinci M, Altun Öş, Can G. (2013). "**Hemşirelik Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Tarzları ve Atılganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi**", Psikiyatri Hemşireliği Dergisi, 4(2): 67-74.
- Ellis, W., Chung-Hall, J., Dumas, T. (2013). "**The Role of Peer Group Aggression in Predicting Adolescent Dating Violence and Relationship Quality**", J Youth Adolescence, 42:487– 499.
- Elmacı, D. (2010). "**Günümüzün Yetim Kalan Kuruluşları: Yetiştirme Yurtları**", Gazi Üniversitesi Türk Eğitim Bilimleri Dergisi, (8) 4, 949-970.
- Erdemir, Nuri. (2012). **Farklı Tür Liselerde Öğrenim Gören Öğrencilerin İnternet Kullanım Durumları ile Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Gaziantep İli Örneği**, Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Erdinç, S. (2008). **Okul Öncesi Dönem Çocuklarında Fiziksel ve İlişkisel Saldırganlığın Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi**, Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Erdoğan, Ö., Uçukoğlu, H. (2011). "**İlköğretim Okulu Öğrencilerinin Anne-Baba Tutumu Algıları ile Atılganlık ve Olumsuz Değerlendirilmekten Korkma Düzeyleri Arasındaki İlişkiler**", Kastamonu Eğitim Dergisi, 19(1): 51-72.
- Erkiner, D. (2012). **Lise 1. Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri ile Aile İşlevleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Eroğlu, S. E. (2009). "**Saldırganlık Davranışının Boyutları ve Şişkili Olduğu Faktörler, Lise ve Üniversite Öğrencileri Üzerine Karşılaştırmalı Bir Çalışma**", Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 21, 205-221.
- Erol A. (2006). **Yönetici Hemşirelerin Atılganlık Düzeyleri ile İş Doyumları Arasındaki İlişki**. İstanbul: Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.

- Erol N., Şimşek Z. (2006). **Çocukların Anne Babaları Tarafından Terk Edilmelerini ve Kurumlara Bırakılmalarını Nasıl Önleyebiliriz? Küreselleşen Dünyada, Sosyal Hizmetlerin Konumu, Hedefleri ve Geleceği**, Sempozyum Sunum Kitabı, Antalya, 4-10.
- Ersoy, E. (2004). **Egzersiz ve Spor Yapanlar İçin Beslenme**, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Esentürk O.K. (2015). **Lise Düzeyinde Öğrenim Gören ve Okullararası Spor Müsabakalarına Katılan Sporcu Öğrencilerin Güdülenme ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi**, Ankara. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Eskin, M. (2001). **Ergenlikte Yalnızlık, Baş Etme Yöntemleri ve Yalnızlığın İntihar Davranışıyla İlişkisi**. Klinik Psikiyatri, 4(1), 5-11.
- Faris, R., Ennett, S. (2012). **“Adolescent Aggression: The Role of Peer Group Status Motives, Peer Aggression and Group Characteristics”**, Social Networks 34, 371– 378.
- Fletcher, G.F., Chairman, M.D., Blair, S.N. (1992). **"Statement On Exercise" Was Approved By The American Heart Association Steering Committee**.
- Franzoi, Stephen L. (2003). **Social Psychology**. Third Edition. Usa : The Mcgraw-Hill.
- Ganley,T., Sherman,C. (2000). **"Exercise and Children's Health"**, The Physician and Sports Med. 28(2): 9-18.
- Geçtan, E. (1999). **İnsan Olmak** (20.Baskı). İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Goffee, R., Gareth, J. (2003). **Kurum Kültürü**. (Çev.: K. Kutmandu). İstanbul: Mediat Kitapları.
- Göka, E. (2009). **Saldırganlığın Nedenleri**. Ankara: Ankara Numune Hastanesi Psikiyatri Kliniği Şefliği.
- Gökçiçek, S. (2015). **Ortaöğretim Kurumlarında Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin Saldırganlık Tutumlarının Araştırılması (Samsun İli Örneği)**, Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Göksu, T. (2000). **Toplumsal Psikoloji, Toplumsal Olaylar ve Müdahale Esasları**. Ankara: Özen Yayıncılık.

- Göktürk, G. (2009). **İlköğretim 5. Sınıf Öğrencilerine Uygulanan Atılganlık Eğitimi Programının Öğrencilerin Atılganlık Düzeyine Etkisi**. İzmir: Deü, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Güler R. (2011). **Hemşirelik Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeyleri**. Yüksek Lisans Tezi. Lefkoşa: Yakın Doğu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü,
- Güler, D., Aydos, L., ve Koç, H. (2005). **Devlet İlköğretim 6, 7 ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Eğitim Düzeylerinin ve Sportif Faaliyetlere Katılımlarının Atılganlıklarına Etkisini**. Beden Eğitimi ve Spor Eğitiminin Performansının Felsefi Temelleri Sempozyumu. 8-9 Nisan 2005. Manisa.
- Güler, Rasiha (2011). **Hemşirelik Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeyleri**, Yüksek Lisans Tezi, Yakın Doğu Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Lefkoşa.
- Güloğlu Berna, Kararımak Ö,(2010). “**Üniversite Öğrencilerinde Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Benlik Saygısı ve Psikolojik Sağlık**” Ege Eğitim Dergisi 2010 (11) 2: 73-88
- Gültekin F, (2008) **Saldırganlık ve Öfkeyi Azaltma Programının İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Saldırganlık ve Öfke Düzeyleri Üzerindeki Etkisi** Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Ankara,
- Gümüş, T. (2000). **Kendini Kabul Düzeyleri Farklı Genel Lise Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere Göre Saldırganlık Düzeyleri**. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara
- Günnar, S. (2016). **Adana İli Merkez İlçelerinde Öğrenim Gören Lise Öğrencilerinin İnternet Bağımlılığı Prevalansı ve Bu Bağımlılığın Yalnızlık ve Aile Dinamikleri ile İlişkisi**. Adana: Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi, Tıpta Uzmanlık Tezi.
- Haliloğlu, S. (2008). **Ortaöğretim 9. Sınıf Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri, Bağlanma Biçimleri ve İşlevsel Olmayan Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**. Malatya: İnönü Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

- Heybet T. (2010). **“Adana İlindeki 14-17 Yaş Grubu Basketbolcular İle Sedanterlerin Atılganlık Düzeylerinin Karşılaştırılması”**Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.(29-31)
- http://www.shcek.gov.tr/userfiles/cocukevleri_calismaesaslari.pdf, (Erişim Tarihi: 12.12.2016).
- İmamoğlu S, (2008). **Genç Yetişkinlikte Kişiler Arası İlişkilerin Cinsiyet, Cinsiyet Roller ve Yalnızlık Algısı Açısından İncelenmesi.** İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi.
- Jacobsen, J.J. (2001). **Effects of Physical Activity On The Performance of Simple Addition Among Fourth- and Fifth Grade Students,** Dakota: The University of South. The Degree of Doctor of Education.
- Kabak, F. (2009). **Ergenlerde Spora Katılımın Saldırgan Davranışlar Üzerine Etkilerinin İncelenmesi.** Adana: Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Kağıtçıbaşı, Ç. (2010). **Günümüzde İnsan ve İnsanlar: Sosyal Psikolojiye Giriş.** İstanbul: Evrim Yayınları.
- Kalling, V.L. (2008). **Physical Activity On Prescription, Studies On Physical Activity Level. Adherence and Cardiovascular Risk Factors.** Stockholm: ETT Medicinskt Universitet/Karolinska Institutet, Unpublished Doctoal Thesis.
- Kanoğlu, E. (2008). **Lise Öğrencilerinin Öfke Düzeyleri ve Öfke İfadelerinin İncelenmesi,** İstanbul: Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Karaca, A., Ergen, E., Konuç, Z. (2000). **"Fiziksel Aktivite Değerlendirme Anketi (Fada) Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışması",** Spor Bilimleri Dergisi, 11(1-4),17-28.
- Karakaş, A.S. (2011). **Mobbinge Maruz Kalan Hemşirelere verilen Atılganlık Eğitiminin Mobbingle Başetmeye Etkisi,** Erzurum: A.Ü. Sağlık Bilimleri Enstitüsü Psikiyatri Hemşireliği Anabilim Dalı, Doktora Tezi.

- Karakoyun K. (2011). **İlköğretim 8. Sınıf Öğrencilerinin Atılganlık Düzeyleri ile Aile İşlevleri Arasındaki İlişkinin Sosyo-Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi**. İzmir: Deü, Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Karakurt, A. (2012). **Öğretmenlerin İşyerinde Yalnızlık Düzeyinin Örgütsel Destek ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi**. Konya: Necmettin Erbakan Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Karaküçük, S. (1995). **Rekreasyon, Boş Zamanları Değerlendirme**. Ankara: Bağırman Yayınevi
- Ker D.M. (2005). **İletişime Yeni Yaklaşımlar.İçinde:Kişilerarası İletişimde Sorun Çözücü Bir İletişim Becerisi Olarak Atılganlık**. İzmir: Nobel Basımevi.
- Keser, İ. (2013). **Atılganlık Eğitiminin Bedensel Engelli Ergenlerin Beden İmajı, Benlik Saygısı ve Kendilerine Yönelik Tutumları Üzerindeki Etkinliğinin Değerlendirilmesi**. İstanbul: Türkiye Cumhuriyeti Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi.
- Kılbaş, Ş. (2001). **Rekreasyon, Boş Zamanı Değerlendirme**. Ankara: Anaca Yayınları.
- Kılıç, M. (2015). **Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları ile Benlik Saygıları ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**. Konya: Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Kılınç, E. (2012). **Genel Lise 9.Sınıf Öğrencilerinin Bazı Değişkenlere ve Sürekli Kaygı Durumlarına Göre Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi**. Gaziantep: Gaziantep Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi.
- Kılınç, H. (2011). **İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Benlik Tasarımlarının Atılganlık Düzeyi ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi**. Yayınlanmamış Erzurum: Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Kırkbir, F. (2014). **Karadeniz Teknik Üniversitesinde Okuyan ve Üniversiteler Arası Müsabakalarda Yarışan Öğrencilerin Saldırganlık Düzeylerinin Araştırılması**, Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

- Kiper İ. (1984). **Saldırganlık Türlerinin Çeşitli Ekonomik, Sosyal ve Akademik Değişkenlerle İlişkisi**. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Kirkcaldy, B.D., Shephard, R.J., Siefen, R.G. (2002). **"The Relationship Between Physical Activity and Self-İmage and Problem Behaviour Among Adolescents"**, Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 37 (11), 544-550.
- Korunmaya Muhtaç Çocukların Tespiti, "İnceleme Korunma Kararlarının Alınması ve Kaldırılmasına İlişkin Yönetmelik", 28.11.1983 Tarih ve 18235 Sayılı Resmî Gazete.
- Körler, Yasemin. (2011). **İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından Yalnızlık Düzeyleri ve Yalnızlık ile Sosyal Duygusal Öğrenme Becerileri Arasındaki İlişkiler**. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Kulaksızoğlu A. (2004). **Ergenlik Psikolojisi**. İstanbul: Remzi Kitapevi.
- Kut, S. Özaltın, G. (1987). **"Bakırköy Çocuk Yuvasında 3-12 Yas Çocuklarının Davranış Sorunlarında Bir Araştırma"**, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Hizmetler Yüksek Okulu Dergisi, 135-147.
- Langrish SV. (1981). **Assertiveness Training. Improving Interpersonal Relations**. Cooper Cary Gower Publishing Comp.
- Lelieveld, O.T., Armbrust, W., Geertzen, J.H., De Graaf, I., Van Leeuwen, M.A., Sauer, P.J. (2010). **"Promoting Physical Activity in Children With Juvenile İdiopathic Arthritis Through an İnternet-Based Program: Results of a Pilot Randomized Controlled Trial"**, Arthritis Care & Research, 62 (5), 697-703.
- Low, S., Polanin, J., Espelage, D. (2013). **"The Role of Social Networks in Physical and Relational Aggression Among Young Adolescents"**, J Youth Adolescence, 42:1078–1089.
- Malina R. (1996). **The Young Athlete: Biological Growth and Maturation in A Biosocial Context**. Smoll F, Smith R (Eds). In: Children and Youth in Sports: A Biosocial Perspective: Brown and Benchmark; 161– 86.

- Michela, J.L., Peplau, L.A., Weeks, D. G. (1982). "**Perceived Dimensions of Attributions For Loneliness**", Journal of Personality and Social Psychology, 43(5), 929-936.
- Muhammet E, Uzuner K. E. (2014). "**Rekreatif Amaçlı Spor Yapan Bireylerin Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi**", Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, 107 – 120.
- Myers, David G. (2002). **Social Psychology**. Seventh Edition. Usa : The Mcgraw-Hill Companies Inc.
- Norşenli, Faruk. (2009). **Ortaöğretim Kurumlarında Öğrenciler Arasında Yaşanan Şiddetin Türü, Yaşanma Sıklığı ve Nedenleri (Ankara İli Örneği), Gazi Üniversitesi**, Ankara: Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Yönetimi ve Denetimi Bilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Olçay, O. (2008). **Bazı Kişisel ve Ailesel Değişkenlere Göre Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Sosyal Yetenekleri ve Problem Davranışlarının Analizi**. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Oruç, T. (2013). **Üniversite Öğrencilerinde Psikososyal Değişkenlere Göre Yalnızlık ile Otomatik Düşünceler İlişkisinin İncelenmesi**. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Aile Eğitimi ve Danışmanlığı Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Özatça, A. (2009). **Ergenlerde Sosyal ve Duygusal Yalnızlığın Yordayıcısı Olarak Aile İşlevleri**. Adana: Çukurova Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Özcan A. (2006). **Hemşire-Hasta İlişkisi ve İletişim**. 2. Baskı, Ankara.
- Özdamar, Kazım. (2004). **Paket Programlar ile İstatistiksel veri Analizi**. İstanbul: Kaan Kitapevi.
- Özdemir, Y., Vazsonyi, A., Çok, F. (2013). "**Parenting Processes and Aggression: The Role of Self-Control Among**", Turkish Adolescents Journal of Adolescence 36, 65–77.
- Özer K. (2006). **Fiziksel Uygunluk**, Ankara: Nobel Yayınevi.
- Özer, K. (2001). **Fiziksel Uygunluk**. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Özer, K. (2010). **Fiziksel Uygunluk**. Ankara: Nobel Yayınevi.

- Özmen, Suna K. (2004). **“Aile İçinde Saldırganlığın Yansımaları”**, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 37(2), 27-39.
- Özşaker, M. (2012). **“Gençlerin Serbest Zaman Aktivitelerine Katılmama Nedenleri Üzerine Bir İnceleme”**. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 14(1): 126-131.
- Öztürk, M. (2014). **“Sporun Çocuklar Üzerindeki Olumlu Etkisi”**, <http://www.ensonhaber.com/sporun-cocuklar-uzerindeki-olumlu-etkisi-2014-09-23.html>
- Öztürk, N. (2008). **Ortaöğretim 9. Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi**, Malatya: İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Öztürk, S. (2007). **“Uluslar Arası Belgelerde ve Türk Hukukunda Çocuk Yargılaması”**, Kazancı Hakemli Hukuk Dergisi, 33-34, 66-81.
- Pancar, A. (2009). **Parçalanmış ve Tam Aileye Sahip Ergenlerin Yalnızlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi**. Adana: Çukurova Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Parin, S., Bilan, S. (2007). **“Devlet ve Çocuk İlişkisi Bağlamında Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumları Üzerine Bir Analiz”**, İstanbul Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Sosyoloji Dergisi, 1, 119-128.
- Pekince, Hatice. (2012). **Ergenlerin Saldırganlık Düzeyleri ile Sosyal Aktivitelere Katılımları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**, Malatya: İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Hemşireliği Anabilim Dalı, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Peplau, L. A., Miceli, M., Morasch, B. (1982). **Loneliness and Self-Evaluation. Loneliness: A Sourcebook of Current Theory, Research and Therapy**. New York.
- Peplau, L.A. ve Perlman, D. (1984). **Loneliness Research: A Survey of Empirical Findings**. Rockville, Md: National Institute of Mental Health.
- Placek, J.H., Griffin, L.L., Dodds, P., Raymond, C., Tremno, F., James, A. (2001). **“Middle School Students’ Conceptions of Fitness: The Long Road to A Healthy Lifestyle”**, Journal of Teaching in Physical Education, 20, 314– 323.

- Poncelet P. (2004). **"Restructuring Schools in Cleveland For The Social, Emotional and İntellectual Development of Early Adolescents"**, J Edu Students Placed At Risk, 9(2): 1-96.
- Poussard MJ. (2002). **Örgütte Kişisel Gelişim**. Ankara: Nobel Yayınları.
- Saraç, A. (2011). **Çocuk Yuvası Bakımında Bulunan Çocukların Davranış Sorunları ve Çocuk Yuvası Personeline Yapılan Eğitimin Bu Sorunlar Üzerindeki Etkisi**. Isparta: T.C. Süleyman Demirel Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Saygın, Ö. (2012). **Çocukların Fiziksel Aktivite Düzeyleri ve Vücut Kompozisyonlarının Belirlenmesi**. Muğla: Muğla Üniversitesi Yayınları.
- Şçek. **"Çocuk Koruma Sisteminin Değerlendirilmesi Nihai Raporu"**, <http://www.shcek.gov.tr/arastirmalar/arastirma.asp>, (Erişim Tarihi: 12.12.2016)
- Şçek. (2010). **2009 Yılı Faaliyet Raporu. Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Genel Müdürlüğü**, Ankara.
- Snyder, J., Stoolmiller, M., Wilson, M., Yamamoto, M. (2003). **"Child Anger Regulation, Parental Responses to Children's Anger Displays, and Early Child Antisocial Behavior"**, Social Development.
- Sosyal Hizmet Uzmanları Derneği. (2004). **Sosyal Hizmet ve Çocuk Hakları**. Ankara: Sosyal Hizmet Uzmanları Derneği Yayınları.
- Şahan, H. (2007). **Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü**. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi.
- Şahin, Z. (2002). **Ergenlerde Fiziksel Aktivite Düzeyinin Değerlendirilmesi**. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bilim Uzmanlığı Tezi.
- Şengil, Mahmut. (2014). **Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti'ndeki Spor Yapan ve Yapmayan Gençlerin Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi** Lefkoşa: Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi.
- Şenocak, H. (2010). **Korunmaya Muhtaç Çocuklara Sağlanan Bakım Yöntemleri**, Kocaeli.

- Şentürk, San S, (2010). **Liseli Ergenlerin Yalnızlık Algısının Sosyal Beceri, Benlik Saygısı ve Kişilik Özellikleri Bağlamında Değerlendirilmesi**. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi.
- Şimşek, Z. (2008). **“Kurum Bakımındaki Çocuk ve Ergenlerde Davranış ve Duygusal Sorunların Epidemiyolojisi; Ulusal Örnekleme Karşılaştırmalı Bir Araştırma”** Türk Psikiyatri Dergisi, (19) 3, 235-246.
- T.C. Resmi Gazete, 07. 01. 1999, Sayı: 23576, Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Çocuk Yuvaları Yönetmeliği.
- Tanığ, Y. (1993). **"Assertivite ve Hemşirelik"**, Hemşirelik Bülteni, 6(27):71-78
- Tarihçe, Yetiştirme Yurtları, <http://www.shcek.gov.tr>, (Erişim: 17.04.2016).
- Tarren, M. (2008). **"Ev Dışında Bakılan Çocukların Akıl Sağlığı"**, Current Opinion in Psychiatry, 4(3).
- Tazegül, Ü. (2014). **"The Investigation of The Effect of Sports On Personality"**, The Journal of Academic Social Science Studies, 25, 537-544.
- Telama, R., Yang, X., Vukari, J., Valimaki, I., Wanne, O., Raitakari, O. (2005). **"Physical Activity From Childhood to Adulthood: A 21-Year Tracking Study"**, American Journal of Preventive Medicine, 28(3), 267-273.
- Temel, F. (2001). **Ergenlik ve Gelişimi: Yetişkinliğe İlk Adım**. Ankara: Nobel Yayınları.
- Toraman, S.Ö. (2009). **Bilim Sanat Merkezlerine Devam Eden ve Etmeyen İlköğretim 12 Yaş Çocuklarının Saldırganlık, Atılganlık, Çekingenlik ve Mizah Özelliklerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi**. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- U.S. Department of Health and Human Services. (2000). **Healthy People**. Washington D.C: Us Government Printing Office. 88.
- Uçar, M. (2014). **Konya İli Yetiştirme Yurtlarında Barınan 14-18 Yaş Grubu Kız ve Erkek Öğrencilerin Fiziksel Aktivite ve Uygunluk Düzeylerinin Değerlendirilmesi**. Konya: T.C. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi.

- Ugürol, Y. (2010). **Atılganlık Becerilerini Geliştirme Eğitimi Programının İlköğretim 7. Sınıf Öğrencilerinin Zorbalığa Uğrama Düzeylerinin Azaltılmasına Etkisi: Yibo Örneği**. Trabzon: Katü, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi.
- Ünal AG. (2011). **Türk Çocuk Edebiyatında Engellilik (1969-2009)**, İstanbul: Doğa Basın Yayın.
- Ünveren, A. (2005). **Türk Halk Oyunlarının Fiziksel Aktivite Düzeyinin Belirlenmesi**. Ankara: Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi.
- Üstün, B. (1995). **Hemşirelerin Atılganlık ve Tükenmişlik Düzeyleri**. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Voltan, N. (2008). **Grupla Atılganlık Eğitimi ve Doğurgaları. Grup Psikoterapileri Sempozyumu**, Sempozyum Kitabı, 6:52-58
- Voltan N.(1980) "**Rathus Atılganlık Envanteri Geçerlilik Güvenirlik Çalışması**". Psikoloji Dergisi, 10:233-25.
- Vural, Ö. (2010). **Masa Başı Çalışanlarda Fiziksel Aktivite Düzeyi ve Yaşam Kalitesi İlişkisi**. Ankara: Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.s.:69-75
- Wang, Y. (2004). "**Diet, Physical Activity, Childhood Obesity and Risk of Cardiovascular Disease**", International Congress Series, 1262: 176-179.
- Weiss, R. S. (1973). **Loneliness: The Experience of Emotional and Social İsolation**. Cambridge, Ma: Mıt Press.
- Williams, E. G. (1983). "**Adolescent Loneliness**", Adolescence, 18(69), 51-66.
- Yabancı, N. (1999). **Adölesanlarda Fiziksel Aktivite Düzeyi ile Beslenme Durumunun Kemik Mineral Yoğunluğu ve Vücut Bileşimi Üzerine Etkisi**. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bilim Uzmanlığı Tezi.
- Yahyaoglu, R. (2007). **Yalnızlık Psikolojisi: Kurt Kapanından Huzur Limanına**. İstanbul: Nesil Yayınları.

- Yalçinkaya, A.U. (2015). **Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeylerinin Anne ve Babadan Algılanan Kabul-Red Duyguları ile Kardeş İlişkileri Kalitesi Bakımından İncelenmesi**. Ankara: Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Yamaner, F. (2001). **Beden Eğitimi ve Sporda Temel İlkeler** İstanbul: Ekin Kitapevi.
- Yavuz, A. (2005). **Şatom Benim Üzgün Yurdum**, İstanbul: Timaş Yayınları.
- Yavuzer, Y. (2009). **Saldırganlığı Önlemeye Yönelik Psiko-Eğitim Programlarının Lise Öğrencilerindeki Etkisinin İncelenmesi**. Konya: Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi.
- Yazıcı .E. (2012). **Korunmaya Muhtaç Çocuklar Ve Çocuk Evleri**. Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi Mustafa Kemal University Journal of Social Sciences Institute Cilt/Volume: 9 Sayı/Issue: 18, s. 499-525
- Yazıcılar İ. (2004). **Spor Yapan ve Spor Yapmayan Gençlerin Yalnızlık Düzeylerinin Araştırılması**. Manisa: Celal Bayar Üniversitesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yerlisu-L, T., Tercan, E. (2013). “**Üniversite Öğrencilerinin Serbest Zaman Engelleri ile Baş Etme Stratejilerinin Rekreatif Aktivitelere Katılımlarına Göre Analizi**”. II. Rekreasyon Araştırmaları Kongresi Kitabı, Aydın, 408-416.
- Yetim, A. (2011). **Sosyoloji ve Spor** Ankara: Berikan Yayınevi.
- Yıldırım, E. (2008). **Çocuk ve Televizyonda Şiddet: 5 Yaşındaki Çocukların Anne - Babalarının Televizyondaki Şiddetin Saldırgan Davranışlar Üzerindeki Etkilerine İlişkin Görüşleri** Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yılmaz, A. (2005). **Yetiştirme Yurdunda Yaşayan Çocukların Genel Ruh Sağlığı Durumlarının Belirlenmesi**. Kayseri: T.C. Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi.
- Yılmaz, İ. (2008). **Endüstri Meslek Lisesi Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Çok Boyutlu Olarak İncelenmesi**, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yörükoğlu A. (2002). **Çocuk Ruh Sağlığı**. İstanbul: Özgür Yayınları.
- Zorba E, Ziyagil MA. (1995). **Beden Eğitimi ve Spor Bilimcileri İçin Vücut Kompozisyonu ve Ölçüm Metotları**, Trabzon: Meyir Matbaacılık.

9.EKLER

EK 1: ANKET FORMU

Değerli katılımcılar,

Bu bilgi formu “Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Farklı Fiziksel Aktivite Düzeylerine Sahip Çocukların Bazı Psikolojik Parametrelerinin İncelenmesi (Amasya- Çorum Örneği)” amacı ile hazırlanmıştır. Elde edilen sonuçlar kesinlikle gizli tutulacaktır. Aşağıdaki soruları içtenlikle ve doğru olarak yanıtladığınız için teşekkür ederiz.

Öğr. Gör Emrah CERİT

1- Cinsiyetiniz: a) Kız b) Erkek

2- Doğum Yılı:

3-Eğitim Durumunuz:

a)İlkokul b)Ortaokul c)Lise d)Okumuyorum

4-Anninizin eğitim durumu:

a)Okuryazar değil b)Okur-yazar c)İlkokul mezunu
d)Ortaokul mezunu e) Lise mezunu f) Üniversite ve üzeri mezunu

5-Babanızın eğitim durumu:

a)Okuryazar değil b)Okur-yazar c)İlkokul mezunu
d)Ortaokul mezunu e) Lise mezunu f) Üniversite ve üzeri mezunu

6- Egzersiz yapma sıklığınıza ilişkin size en uygun olanı işaretleyiniz:

- Yapmıyorum
 Haftada 1 gün
 Haftada 2 gün
 Haftada 3 gün ve üzeri

7- Düzenli olarak faaliyetlerine katıldığınız bir spor dalı var mı?

- Hayır Evet (.....)Belirtiniz.

8- Anne-babanıza ilişkin bilgiler.

Anne	<input type="checkbox"/> Sağ	<input type="checkbox"/> Vefat	<input type="checkbox"/> Bilmiyorum
Baba	<input type="checkbox"/> Sağ	<input type="checkbox"/> Vefat	<input type="checkbox"/> Bilmiyorum
Anne-Baba	<input type="checkbox"/> Birlikte	<input type="checkbox"/> Boşanmış	<input type="checkbox"/> Bilmiyorum
Anne- Baba Boşanmışsa	<input type="checkbox"/> Anne yeniden evli	<input type="checkbox"/> Anne yeniden evli değil	<input type="checkbox"/> Bilmiyorum
Anne- Baba Boşanmışsa	<input type="checkbox"/> Baba yeniden evli	<input type="checkbox"/> Baba yeniden evli değil	<input type="checkbox"/> Bilmiyorum

9- Aşağıdaki tabloyu size en uygun şekilde doldurunuz.

	Kullanmıyorum	Hergün	Haftada 1-3 gün	Haftada 4 gün ve üstü
Alkol				
Sigara				
Uyuşturucu Hap				
Tiner				
Diğer.....				

RATHUS ATILGANLIK ENVANTERİ

AÇIKLAMA: Aşağıda size 30 maddelik bir envanter verilmiştir. Her maddeyi dikkatlice okuyup, size uygunluk derecesine göre cevaplandırınız.

	Çok İyi Uyuyor	Oldukça Uyuyor	Biraz Uyuyor	Pek Uymuyor	Fazla Uymuyor	Hiç Uymuyor
1.Bence insanların çoğu benden daha atılgan ve saldırgandır.						
2.Sıkılganlığım yüzünden karşıt cinsle herhangi bir önerimde bulunamıyorum ya da onların önerilerini kabul edemiyorum.						
3.Bir lokantada isteğime göre hazırlanmamış bir yemek gelince garsona şikayette bulunurum.						
4.Başkalarının beni kırdıklarını fark ettiğim halde onları incitmemeğe dikkat ederim.						
5.İstemediğim bir malı almam için ısrar edilirse “hayır” demekte zorluk çekerim						
6.Benden bir şey yapmam istendiğinde nedenini öğrenmekte ısrar ederim.						
7.İnsanı geliştirici ve sert tartışmalara katılmak istediğim zamanlar olur.						
8.Senin durumundaki herkes gibi ben de yükselmek için çabalarım.						
9.Doğrusunu isterseniz insanlar beni kullanır.						
10.Yeni tanıştığım insanlarla ya da yabancılarla rahatlıkla konuşurum.						
11.Karşıt cinsten çekici birine ne söyleyeceğimi çoğu kez bilmem.						
12.Resmi telefon konuşmaları yapmaktan çekinirim.						
13.Bir işe mektup yazarak başvurmayı yüz yüze görüşmeğe tercih ederim.						
14.Satın aldığım şeyleri geri vermekten sıkılırım.						
15.Beni rahatsız eden saygıdeğer bir yakınımın, rahatsızlığımı ifade etmek yerine duygularımı ondan saklamayı yeğlerim.						
16.Aptalca görünürüm korkusuyla soru sormaktan kaçırım.						
17.Bir tartışma sırasında kızdığım, hırslandığım belli olacak diye korkarım.						
18.Tanınmış ve saygı duyulan bir kimsenin yanlış bir şey söylediğini duyduğumda, dinleyenlere kendi görüşümü de duyurmaya çalışırım.						
19.Önem ve değerli bir iş yaptığımda başkalarının bunu öğrenmesinde sakınca görmem.						
20.Önem ve değerli iş yaptığımda başkalarının bunu öğrenmesinde sakınca görmem.						
21.Duygularımı ifade ederken açık ve samimiyimdir.						
22.Biri benim hakkımda yanlış ve kötü şeyler söylese, hemen o kişiyle konuşurum.						
23.Çoğunlukla hayır demekte güçlük çekerim.						
24.Duygularımı anında açığa çıkarmaktansa biriktirmeyi yeğlerim.						
25.Kötü bir hizmetten şikayetçi olurum.						
26.Övüldüğümde bazen ne diyeceğimi bilemem						
27.Tiyatro, konferans gibi topluluklarda iki kişi yüksek sesle konuşursa, onlara susmalarını ya da konuşmalarına başka yerde devam etmelerini söylerim.						
28.Kuyrukta öne geçen birine yaptığının yanlış olduğunu söylerim.						
29.Fikrimi ifade etmekte zorluk çekerim.						
30.Hiçbir şey söyleyemediğimiz zamanlar olur.						

UCLA-LS(YALNIZLIK ÖLÇEĞİ)

Aşağıda çeşitli duygu ve düşünceleri içeren ifadeler verilmektedir. Sizden istenilen her ifade de tanımlanan duygu ve düşüncüyü ne sıklıkta hissettiğinizi ve düşündüğünüzü her biri için tek bir rakamı daire içine alarak belirtmeniz.

	Ben bu durumu HIÇ Yaşamadım	Ben bu durumu NADİREN Yaşarım	Ben bu durumu BAZEN Yaşarım	Ben bu durumu SIK SIK Yaşarım
1.Kendimi çevremdeki insanlarla uyum içinde hissediyorum.	1	2	3	4
2.Arkadaşım yok.	1	2	3	4
3.Başvurabileceğim hiç kimse yok.	1	2	3	4
4.Kendimi tek başınaymışım gibi hissetmiyorum.	1	2	3	4
5.Kendimi bir arkadaş grubunun bir parçası olarak hissediyorum.	1	2	3	4
6.Çevremdeki insanlarla bir ortak yönüm var.	1	2	3	4
7.Artık hiç kimseyle samimi değilim	1	2	3	4
8.İlgilerim ve fikirlerim çevremdekilerce paylaşılıyor.	1	2	3	4
9.Dışa dönük bir insanım.	1	2	3	4
10.Kendime yakın hissettiğim insanlar var.	1	2	3	4
11.Kendimi grubun dışına itilmiş hissediyorum	1	2	3	4
12.Sosyal ilişkilerim	1	2	3	4
13.Hiç kimse beni gerçekten iyi tanımıyor.	1	2	3	4
14.Kendimi diğer insanlardan soyutlanmış hissediyorum.	1	2	3	4
15.İstedğim zaman arkadaş bulabilirim.	1	2	3	4
16.Beni gerçekten anlayan insanlar var.	1	2	3	4
17.Bu derece içime kapanmış olmaktan dolayı mutsuzum	1	2	3	4
18.Çevremde insanlar var ama benimle değiller.	1	2	3	4
19.Konuşabileceğim insanlar var.	1	2	3	4
20.Derdimi anlatabileceğim insanlar var.	1	2	3	4

SALDIRGANLIK ENVANTERİ

Lütfen aşağıda verilen her durumu dikkatle okuyarak yanıt kağıdı üzerinde, bu konudaki görüşlerinizi hangi uca daha yakınsa o uca uygun gördüğünüz boşluğa (x) işareti koyunuz. Eğer bu konuda bir görüşünüz yoksa 0 (sıfır) üstündeki boşluğu işaretleyiniz.

Bana çok uyuyor +3/ +2/..... +1/ 0/ -1/ -2/ -3/ bana hiç uymuyor.
+ 3 Bana çok uyuyor,+2 Bana biraz uyuyor,+1 Bana uyuyor,0 Kararsızım,-1 Bana uymuyor,-2 Bana biraz uymuyor,-3 Bana hiç uymuyor

		+3	+2	+1	0	-1	-2	-3
1	Haklı olan kişi, karşısındakine doğal olarak herkesin içinde sert ve kırıcı davranabilir.							
2	Beni öfkeleniren kişiye genellikle öfkelenirim.							
3	Haksızlık karşısında kişinin hakkını araması kendi bilek ve dil gücüne kalmıştır.							
4	Rahatsızlığımı içimde tutmaktansa bu duygumu beni rahatsız eden kişiye açabilirim, örneğin; dumanından rahatsız oluyorsam, yanımda sigara içene rahatsız olduğumu söylerim.							
5	Başarısızlık karşısında kolay kolay ümitsizliğe kapılmam.							
6	Satın aldığım, fakat sonradan içime sinmeyen bir malı değiştirmeye götürebilirim.							
7	Bir kişi beni küçük düşürmezse içimden onunla alay eder ve ona küfür ederim.							
8	Bir şeyi çok istiyorsam, istediğimi açıkça belirtmem imada bulunurum.							
9	Bana haksızlık ettiğine inandığım kişilerin başına kötü işler geldiğini, mahvolduğunu hayal ederek avunurum							
10	Eğer bir düşüncenin doğruluğuna inanıyorsam, bu düşüncüyü savunan tek kişi ben olsam bile yine de fikrimi savunurum.							
11	Yeni tanıştığım kişilerle rahatça konuşabilirim.							
12	Karşımdakilere gerek olumlu gerek olumsuz duygularımı rahatça açabilirim.							
13	Eğer bir insan beni çok sinirlendirmişse üzerine yürüyebilirim.							
14	Sinirlendiğimde bazen öyle kendimden geçerim ki ağzımdan çıkan sözlerin farkında olmam							
15	Bu dünyada yaşayabilmeleri için insanların acımasız olmaları gerekiyor.							
16	Bir dükkân, bir butik veya markette, satıcının benimle ilgilenmediğine inanırsam, onun sonradan çok fazla vaktini alarak intikamımı alırım							
17	Bana emretmeye hakkı olmadığına inandığım bir kişinin buyruğuna ses çıkartmazsam da, ye verdiği işi yapmam ye da yapsam da bir şeye benzemez.							
18	Bir kişi beni korsa fakat sonra özür dilese, beni ne kadar kırmış olduğunu en az birkaç kez üstü kapalı da olsa hatırlatmadan rahat edemem.							
19	Bir kimse görevini yapmadığında her kim olursa olsun bunu kendisine söylerim.							
20	Çok saygı duyduğum bir kişi benimkinin tersi bir düşüncüyü savunuyor diye kendi düşüncemi savunmaktan vazgeçmem.							
21	Topluluk karşısında konuşmaktan çekinmem.							
22	Benimkinin tersi olan görüş ve düşünceleri alt etmek bana keyif verir.							
23	Sinirlenirsem, tanımadığım kişilerle ağız dalaşına hatta tokatlaşmaya veya yumruk kavgasına girişebilirim.							
24	Kişinin hakkını yedirmemek amacıyla başkalarının hakkını yemesini ters bir davranış değildir.							
25	Çevremdekiler istediklerimi yapana dek, imalar, iğnelemelerle onları tedirgin ederim.							
26	İstemediğim bir şey yapmam istendiğinde ya o işi geciktiririm ya da baştan savma yaparım.							
27	Bir arkadaşım bir isteğimi yapmamakta direnirse ona, vaktiyle onun için yapmış olduğum iyilikleri hatırlatırım.							
28	Bir kimseden bir istekte bulunacaksam, araya bir aracı koymaktansa gider, yüz yüze görüşürüm.							
29	Birisi bende bir hata bulursa, ben de onun hatalarını bulur ve ortaya dökerim.							
30	İstemediğim bir yer ve toplantıya gitme vakti gelince hastalanıveririm.							

EK 2: İZİN YAZISI



T.C.
AİLE VE SOSYAL POLİTİKALAR BAKANLIĞI
Eğitim ve Yayın Dairesi Başkanlığı



Sayı : 73595336-605.01- 78194

27/05/2015

Konu : Veri Toplama (Emrah CERİT)

MÜSTEŞARLIK MAKAMINA

Çorum Valiliği Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüğü'nün 10/04/2015 tarih ve 1088 sayılı yazısı ile Hitit Üniversitesi Rektörlüğü Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim dalında Doktora Eğitimi gören Öğr. Gör. Emrah CERİT'in "Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Farklı Fiziksel Aktivite Düzeyine Sahip Çocukların Bazı Psikolojik Parametrelerinin İncelenmesi (Amasya - Çorum Örneği)" konulu doktora tez çalışması kapsamında Amasya ve Çorum illerinde Erkek, Kız Yetiştirme Yurtlarında ve Sevgi Evlerinde uygulama yapabileme talebi bildirilmiştir.

Çocuk Hizmetleri Genel Müdürlüğü tarafından da olumlu değerlendirilen söz konusu araştırmanın, Amasya ve Çorum Aile ve Sosyal Politikalar İl Müdürlüklerinin koordinasyonunda, kuruluş müdürlüklerinin gözetim ve denetiminde, yapılacak araştırmaya katılım hususunda katılımcıların gönüllülüğü esas alınarak, uygulamalarda çocukların psiko-sosyal ve fiziksel gelişimlerine özen gösterilerek, elde edilecek kimlik bilgilerinin ve özel hayatın gizliliğine riayet edilerek, ses ve görüntü kaydı alınmaksızın ve fotoğraf çekimine izin verilmeksizin, kişisel özgürlükleri ve kişilik hakları korunacak ve güvenliklerine zarar gelmeyecek şekilde gerekli tedbirler alınarak, kuruluş işleyişini aksatmayacak şekilde normal mesai saatleri içerisinde, kuruluşlarımızda kalan çocuklarımızın günlük yaşantılarını olumsuz etkileme olasılığı bulunan herhangi bir işlemin gerçekleştirilmemesi, kuruluş idaresi nezaretinde çalışmanın kapsamının çocuklara anlatılması ve onam için her ikisinin de imzasının alınması ve araştırma bitiminde bir örneğinin Başkanlığımıza gönderilmesi ve herhangi bir yerde yayınlanmadan önce Kurumumuz izni alınması koşulları ile uygulanabilmesi hususunda;

Olurlarınızı arz ederim.

Doç. Dr. Mustafa DURMUŞ
Daire Başkanı

OLUR
27/05/2015

Bu evrak 5070 sayılı Elektronik İmza Kanunu'na göre elektronik olarak imzalanmıştır.

Adres : Eskişehir Yolu Söğütözü Mahallesi 2177.Sokak No:10/A
Çankaya/ANKARA
Telefon : 5722
e-posta : scetin@aile.gov.tr

Ayrıntılı Bilgi : S. ÖZKURT ÇETİN Sosyal Çalışmacı
Faks :
Elektronik Ağ: www.aile.gov.tr

