

Savunma Sporları ve Empati: Elit Sporcularda Empati Becerilerinin İncelenmesi

İbrahim KOÇAK¹ , Gülfem SEZEN BALÇIKANLI² 

¹ Milli Savunma Üniversitesi, İSTANBUL

² Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ANKARA

Araştırma Makalesi

Makale ID: 834599

Öz

Bu araştırmanın amacı savunma sporları (judo, taekwondo ve kick boks) ile uğraşan üst düzey sporcuların empati becerilerini incelemek ve farklılıkları belirlemektir. Araştırma grubunu, Ankara genelinde yapılan turnuvalara katılmış, ulusal ya da uluslararası çeşitli derecelere sahip sporcular arasından tesadüfi örnekleme yöntemiyle seçilmiş, yaşları 15-30 arasında değişen, judo mavi, kahverengi, 1. Dan ve üzeri (81), taekwondo 2. Gıp, 1. Gıp, 1. Dan ve üzeri (71) ve kick boks açık kahverengi, koyu kahverengi, 1. Dan ve üzeri (121) kuşak sahibi 273 elit sporcu oluşturmaktadır. Verilerin toplanmasında Davis (1983) tarafından geliştirilen, Engeler (2005) tarafından Türkçeye çevrilen "Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (Interpersonal Reactivity Index: IRI)" kullanılmıştır. Araştırma analizinde, t-testi, tek yönlü varyans (one way ANOVA) analizi, post hoc tukey testi ve pearson korelasyon testleri kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, savunma sporu yapmakta olan elit sporcuların empati becerileri cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, kadın sporcuların erkek sporculara oranla daha yüksek düzeyde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Sporcuların empati becerileri spor branşı değişkenine göre incelendiğinde; taekwondo sporu yapan sporcuların kick boks sporu yapan sporculara oranla empatik düşüncelerinin daha yüksek düzeyde olduğu, sporcuların yaşları ile yalnızca kişisel rahatsızlık alt boyutu arasında istatistiksel olarak ters yönlü, anlamlı ve düşük düzeyde bir ilişkinin varlığı belirlenmiştir. Sonuç olarak, savunma sporu yapmakta olan elit sporcuların empati becerileri cinsiyet ve spor branşı değişkenlerine göre farklılık gösterdiği, sporcuların yaşları ile empati becerileri arasında anlamlı bir ilişki olduğu bulunurken, spor yaşı, kuşak seviyesi, milli sporcu olup/olmama durumuna göre empati becerileri arasında anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar sözcükler: Beden eğitimi ve spor, Savunma sporları, Empati, Judo, Taekwondo, Kick boks

Martial Arts and Empathy: Investigation of the Empathy Skills in Elite Athletes

Abstract

The aim of this study is to examine the empathy skills of senior athletes engaged in martial arts (judo, taekwondo and kickboxing) and to determine differences. The research group consisted of 273 elite athletes judo blue, brown, 1. Dan and above (81), taekwondo 2. Gup, 1 Gup, 1. Dan and above (71) and kickboxing light brown, dark brown, 1. Dan and above (121) aged between 15-30, selected among randomly selected athletes with various degrees national or international who participated in tournaments throughout Ankara. In order to collect the data, Interpersonal Reactivity Index (IRI), which were developed by Davis (1983) and translated into Turkish by Engeler (2005) was used to measure the empathic skills of the athletes. In the research analysis, t-test, one-way ANOVA analysis and post hoc tukey test and pearson correlation tests were used. As a result of the research, the empathy skills of the elite athletes who are doing martial arts are examined according to the gender variable, it is seen that the female athletes are higher than the male athlete. The empathy skills of the athletes are examined according to the sports branch variable; taekwondo sports athletes have a higher level of empathic thoughts compared to athletes engaged in kick boxing, and there was a statistically significant negative and significant relationship between the ages of the athletes and the personal disturbance sub-dimension. As a result, it was found that the elite athletes who were doing martial arts differed according to the gender and sport branches there was a significant relationship between the ages of the athletes and their empathy skills; It was concluded that there was no significant difference between empathy skills according to sports age, belt level, national athletes or not.

Keywords: Physical education and sports, Martial arts, Empathy, Judo, Taekwondo, Kick box

Giriş

Judo, taekwondo, karate, kick boks, kung fu, aikido, jiu jitsu gibi kişinin kendisini korumasını amaç edinen sporlar ilk olarak savaş sanatları olarak isimlendirilmiştir. Günümüzde ise savaş sanatlarına, savunma sporları da diyebiliriz. Savunma sporlarının her biri kendi içinde farklı teknik ve disiplinler barındırmaktadır. Her branşın temel amacı, özünde benimsemiş olduğu felsefeyi, öğrencinin uyguladığı tekniklerden günlük hayattaki hal ve hareketlerine hatta konuşmalarına kadar hayatın her alanına yerleştirerek, ruh ve beden olarak yüksek bir olgunluğa ulaştırmaktır. Uzakdoğu kökenli sporlarda bu durum "Do" felsefesiyle kendisini göstermektedir. Do; iyilik, hoşgörü, saygı ve nezaket yolu anlamına gelmektedir (Sönmez, 2016). Do belli bir disiplin içerisinde evrensel değerleri benimsemek, kendini keşfetmek ve tanımak olarak ifade edilebilir.

Taekwondo ve judo içinde bulundurduğu "Do" felsefesi itibarıyla farklı kültürler ve toplumlar tarafından benimsenmiş, her birey tarafından yapılabilen bir spor haline dönüşmüştür. Ayrıca Matsumoto (2004) do felsefesinin, özellikle bireylerin yönlendirme saldırganlık ya da hayal kırıklığı ve toplumsal açıdan daha uyumlu olmasına yardımcı olduğunu belirtmektedir. Sporcuların çevresinde olup biteni anlamaya çalışmaları, antrenman ortamından günlük yaşama kadar iletişim kurduğu her insana yardımcı olma çabası, sporun insan doğasına kazandırdığı olumlu etkilerden yalnızca bir kaçıdır.

Farklı coğrafya ve farklı ülkeler tarafından ortaya çıkarılan judo, taekwondo ve kick boks sporlarında asıl amaç bireyin kendisini koruması olarak görünse de, özüne inildiğinde sporcunun kendini keşfetmesinden çevresiyle olan iletişimine kadar birçok alana etki etmektedir. Kişinin kendisini korumasının yanı sıra adalet, yardımseverlik, saygı, hoşgörü gibi evrensel değerleri kazandırmayı amaçlayan savunma sporları, sporculara fiziksel gelişimlerinin yanında ruh ve zihin olarak gelişimlerine katkıda bulunmaktadır. Çok sayıda insan tarafından savunma sporları psikolojik sorunları tedavi etmede kullanılan etkili bir yol olarak görmektedir.

Konu ile ilgili araştırmalar incelendiğinde, savunma sporlarıyla ilgilenenlerde psikolojik ve sosyal anlamda olumlu değişiklikler meydana geldiği görülmektedir. (Akçakoyun, Çalışkan ve Karlı, 2010; Daniels ve Thornton, 1990; Finkenber, 1990; Gleser, Margulies, Nyska, Porat ve Mendelberg, 1992; Layton, 1988; Madden, 1995; Richman ve Rehberg, 1986; Tekin, 2008).

Empati ise kısaca kişinin kendisini karşısındakinin yerine koyarak, olaylara onun bakış açısıyla bakması olarak açıklanabilir (Hojat vd., 2002). Dökmen (2015) empatiyi; kişinin kendisini karşısındaki insanın yerine koymasına ek olarak onun duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması şeklinde yorumlamıştır. Günlük hayatta bilerek ya da farkında olmadan kullandığımız empati, etkili iletişim kurma konusunda insanlara yardımcı olmaktadır. Dünyada geniş bir sporcu kitlesine sahip olan uzak doğu kökenli sporlarda, empatinin bileşenlerini oluşturan bilişsel ve duygusal faktörler de çok büyük öneme sahiptir. Empati konusunda yapılan araştırmalarda, empatik beceriye sahip bireylerin kendi davranışlarının nedenlerini olduğu kadar, başkalarının davranışlarının nedenlerini anlamakta daha başarılı oldukları ve farklı görüş sergileyen kişilere karşı olumlu katkılar sağladığı bulunmuştur (Sezen-Balçıkınlı ve Sezen, 2017; Yüksel, 2004). Savunma sporlarının temelini oluşturan saygı, sevgi, yardımseverlik, hoşgörü, adalet, eşitlik gibi evrensel değerler empatik becerinin de olmazsa olmazları arasındadır.

Son yıllarda ülkemizde savunma sporları medyanın etkisiyle popülaritesini artırmaya devam etmektedir. Savunma sporlarındaki bu değişim, bu sporu yapmakta olan sporculara da etki etmektedir. Ülkemizde savunma sporu ve empati alanında yapılan çalışmaların sayısı yok denecek kadar az olması, bu alandaki yeni çalışmaların önemini artırmaktadır. Ayrıca bu çalışmada; empati kavramının judo, taekwondo ve kick boks branşlarını, milli olma durumu ve kuşak seviyesi gibi değişkenler açısından farklılık gösterip göstermediğini konu edinmesi, araştırmanın değerini artıracığı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın amacı savunma sporları (judo, taekwondo ve kick boks) ile uğraşan üst düzey sporcuların empatibecerilerini incelemek, yaş, branş, cinsiyet, spor yaşı, kuşak seviyesi, milli olma durumu değişkenlerine göre empati becerilerinde herhangi bir farklılık olup olmadığını belirlemektir.

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırma, Ankara ilinde savunma sporlarından judo, taekwondo ve kick boks ile ilgilenen elit sporcuların empatik becerilerini incelemek amacıyla betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır.

Araştırma Grubu

Araştırma grubunun seçiminde tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu doğrultuda araştırma grubu, yaşları 15-30 arasında değişen, judo mavi, kahverengi, 1. Dan ve üzeri (%29,7), taekwondo 2. Gıp, 1. Gıp, 1. Dan ve üzeri (%26,0) ve kick boks açık kahverengi, koyu kahverengi, 1. Dan ve üzeri (%44,3) kuşak sahibi 273 elit sporcudan oluşmaktadır. Ankara genelinde yapılan turnuvalara katılmış, ulusal ya da uluslararası çeşitli derecelere sahip sporcuların kulüplerinden gerekli izinler alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırma amacına uygun olarak hazırlanmış kişisel bilgi formu ve sporcuların empatik becerilerini ölçmek için Davis (1983) tarafından geliştirilen, Engeler (2005) tarafından Türkçeye uyarlanan Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (Interpersonal Reactivity Index: IRI) kullanılmıştır.

Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI)

Literatür incelendiğinde empatiyi ölçmek üzere tasarlanmış birçok ölçek karşımıza çıkmaktadır. Ancak ölçeklerin çoğunluğu tek boyutludur ve genel empati düzeyinin ölçülmesine imkan sağlamaktadır. Empati, bilişsel ve duyuşsal olmak üzere çok boyutlu olarak ele alınmaktadır. Davis'in (1980) kişilerarası tepkisellik indeksi (IRI) hem bilişsel hem de duyuşsal empatiyi ölçmeye imkan sağlayan çok boyutlu bir yapıya sahiptir.

Davis (1980) tarafından geliştirilen Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI) 28 maddeden oluşan 5'li likert tipi bir ölçektir. Ankette bulunan her madde için 0 ile 4 arasında puan verilmektedir. Ölçek kendi içinde 4 alt boyuta ayrılmaktadır ve her alt boyut 7 maddeden oluşmaktadır. Bu alt boyutlar sırasıyla Perspektif Alma, Empatik Düşünce, Kişisel Sıkıntı ve Fantezi boyutlarıdır.

Perspektif alma, psikolojik olarak karşımızdaki kişinin bakış açısını kabullenebilme seviyesini ölçmektedir. Empatik düşünce, çevremizde karşılaştığımız ya da sıkıntılı durumda olan insanlara karşı duyduğumuz ilgiyi, yakınlık ve sıcakkanlılığı ölçmektedir. Kişisel sıkıntı, kişilerin kendini güvende hissetmediği ortamlarda gerginlik, korku, endişe ve korku gibi durumlardan kaynaklanan duyguları ölçmektedir. Fantezi ise hayalini kurduğumuz kahramanların, çok beğendiğimiz kişilerin, film ya da romandaki bir kahramanın yerine kendimizi koyabilme derecesini ölçmektedir (Engeler, 2005).

İlgili literatür incelendiğinde araştırmanın niteliğine göre IRI'nin farklı alt boyutlarının kullanıldığı görülmektedir (Culotta-Hackenberg, 2002; Kavussanu, Stamp, Slade ve Ring, 2009; Sezen-Balçıkanlı, 2009; Şinoforoğlu ve Sezen-Balçıkanlı, 2020).

Türkçe'ye uyarlanan Kişilerarası Tepkisellik İndeksinin geçerlilik ve psikometrik çalışmaları Engeler ve Yargıç (2007) tarafından yapılmıştır. Sonuç olarak, IRI alt boyutlarının çok iyi iç tutarlılığa, test tekrar test korelasyonuna ve psikometrik niteliklere sahip olduğu bulunmuştur. Tüm alt boyutların az madde sayısına rağmen iyi psikometrik özellikler sergilediği görülmüştür.

Verilerin Analizi

Araştırma sonucunda toplanan veriler SPSS 23.0 programıyla analiz edilmiştir. İstatistiki yöntem olarak; Kişilerarası Tepkisellik İndeksi alt boyutlarına ait frekans, standart sapma ve ortalama değerleri hesaplanmıştır. Elde edilen verilerin normal dağılım gösterip göstermediklerini anlamak için basıklık ve çarpıklık değerlerine bakılmış ve bu değerlerinde ± 1 aralığında olduğu gözlemlenmiştir (Hair, Black, Babin, Anderson ve Tatham 2013). Veriler normal dağılım gösterdiğinden dolayı parametrik testlerin uygulanmasına karar verilmiştir. Niceliksel verilerin karşılaştırılmasında iki grup arasındaki farkı t-testi, ikiden fazla grup durumunda parametrelerin gruplararası karşılaştırmalarında tek yönlü varyans analizi (one-way ANOVA) ve farklılığa neden olan grubun tespitinde post-hoc tukey testi kullanılmıştır. Kişilerarası Tepkisellik İndeksi'ne ilişkin alt boyutlar ile sporcuların yaş ve spor yaşı değişkeni arasında ilişki olup olmadığını belirlemek amacıyla pearson korelasyon testi gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizlerden elde edilen sonuçlar, %95 güven aralığında ve 0,05 anlamlılık düzeyine göre değerlendirilmiş ve yorumlanmıştır.

Bulgular

Bu bölümünde, araştırmaya ait verilerin istatistiksel analizi sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 1. Sporcuların Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI) alt boyutlarına ait puanların ortalama, standart sapma, varyans, basıklık ve çarpıklık değerleri

	N	Min.	Maks.	\bar{x}	Ss	Basıklık	Çarpıklık	Varyans		
Fantezi	273	1	26	14,49	4,38	,062	,147	-,400	-,294	19,21
Perspektif alma	273	7	28	17,42	4,50	,004	,149	-,397	,294	20,29
Empatik düşünce	273	6	28	17,28	4,20	,092	,141	-,380	,294	17,71
Kişisel rahatsızlık	273	0	24	11,75	4,98	,090	,143	-,555	,294	24,84

Tablo 1 incelendiğinde, sporcuların Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI) alt boyutlarından olan "Fantezi" alt boyutu ortalaması $\bar{x}=14,49$ (ss=4,38) iken "Perspektif Alma" alt boyutu daha yüksek bir ortalamaya sahiptir $\bar{x}=17,42$ (ss=4,50). "Empatik Düşünce" alt boyutu ortalama değeri $\bar{x}=17,28$ (ss=4,20) bulunurken, en düşük ortalamaya sahip olan alt boyut "Kişisel Rahatsızlık" $\bar{x}=11,75$ (ss=4,98) olarak bulunmuştur.

Tablo 2. Sporcuların cinsiyet değişkenine göre Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI) alt boyutlarına ait t testi sonuçları

	Cinsiyet	N	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Fantezi	Erkek	191	14,10	4,286	271	2,25	0,025*
	Kadın	82	15,40	4,499			
Perspektif alma	Erkek	191	16,85	4,475	271	3,23	0,001**
	Kadın	82	18,74	4,317			
Empatik düşünce	Erkek	191	16,37	3,939	271	5,784	0,00**
	Kadın	82	19,41	4,067			
Kişisel rahatsızlık	Erkek	191	10,80	4,853	271	5,00	0,00**
	Kadın	82	13,96	4,595			

** p<0,01*p<0,05

Tablo 2'ye göre, yapılan bağımsız gruplar t testi sonucunda ölçme aracının "Fantezi" alt boyutunda kadınlar lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılık belirlenmiştir $t_{(271)}=2,25$; $p=0,025<0,05$. Ölçme aracının "Perspektif Alma" alt boyutunda $t_{(271)}=3,23$; $p=0,001<0,05$, "Empatik Düşünce" alt boyutunda $t_{(271)}=5,784$; $p=0,000<0,05$ ve "Kişisel Rahatsızlık" alt boyutunda $t_{(271)}=5,0$; $p=0,000<0,05$ istatistiki olarak kadınların erkeklerden daha yüksek düzeyde empati becerilerine sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Sporcuların branş değişkenine göre Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI) alt boyutlarına ait puanları ve farklılıkları gösteren tek yönlü varyans analizi (ANOVA) sonuçları

	N	\bar{x}	Ss	Varyansın kaynağı	Kareler toplamı	sd	Kareler ortalaması	F	p	Fark
Fantezi	Judo	81	14,46	4,362	Gruplararası	77,26	2	38,632	2,026	,134
	Taek.	71	15,33	4,358	Gruplar içi	5148,98	270			
	Kick.	121	14,02	4,375	Toplam	5226,24	272			
Perspektif alma	Judo	81	17,61	5,411	Gruplararası	4,632	2	2,316	,113	,893
	Taek.	71	17,29	4,356	Gruplar içi	5515,92	270			
	Kick.	121	17,36	3,920	Toplam	5520,55	272			
Empatik düşünce	Judo	81	17,29	4,305	Gruplararası	131,35	2	65,675	3,783	,024*
	Taek.	71	18,36	4,405	Gruplar içi	4686,78	270			
	Kick.	121	16,65	3,921	Toplam	4818,13	272			
Kişisel rahatsızlık	Judo	81	11,48	5,729	Gruplararası	44,787	2	22,394	,901	,408
	Taek.	71	12,43	4,493	Gruplar içi	6713,77	270			
	Kick.	121	11,53	4,720	Toplam	6758,55	272			

** p<0,01*p<0,05

Tablo 3'te sporcuların Kişilerarası Tepkisellik İndeksi'ne ait puan ortalamalarında branşa göre farklılaşma olup olmadığına ilişkin tek yönlü ANOVA sonuçları yer almaktadır. Bu sonuçlara göre; branş değişkeni açısından "Fantezi" alt boyutundan alınan toplam puanlar arasında $F_{(2,270)}=2,026$; $p=0,134>0,05$, "Perspektif Alma" alt boyutundan alınan toplam puanlar arasında $F_{(2,270)}=0,113$; $p=0,893>0,05$ ve "Kişisel Rahatsızlık" alt

boyutundan alınan toplam puanlar arasında $F_{(2,270)} = 0,094$; $p = 0,901 > 0,05$ istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemiştir. Ancak “Empatik Düşünce” alt boyutundan alınan toplam puanlar incelendiğinde Taekwondo ($\bar{x} = 18,36$) ile Kickboks ($\bar{x} = 16,65$) arasında Taekwondo lehine anlamlı fark tespit edilmiştir $F_{(2,270)} = 3,783$; $p = 0,024 < 0,05$.

Tablo 4. Sporcuların yaşları ile Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI) alt boyutları arasındaki ilişkiyi gösteren korelasyon tablosu

		Fantezi	Perspektif alma	Empatik düşünce	Kişisel rahatsızlık	Yaş
Fantezi	r	1				
	p					
	n	273				
Perspektif alma	r	,258**	1			
	p	,000				
	n	273	273			
Empatik düşünce	r	,188**	,418**	1		
	p	,002	,000			
	n	273	273	273		
Kişisel rahatsızlık	r	,237**	-,035	,116	1	
	p	,000	,561	,056		
	n	273	273	273	273	
Yaş	r	-,062	-,050	,102	-,148*	1
	p	,309	,412	,093	,014	
	n	273	273	273	273	273

* $p < 0,05$

Tablo 4’te Kişilerarası Tepkisellik İndeksi’ne ilişkin alt boyutlar ile sporcuların yaş değişkeni arasındaki ilişki pearson korelasyon sonuçları ile gösterilmiştir. Bu sonuçlara göre, yaş değişkeni ve “Kişisel Rahatsızlık” alt boyutu arasında ters yönde, anlamlı ve düşük düzeyde bir ilişkinin varlığı belirlenmiştir ($R: 0,148$; $p: 0,014 < 0,05$).

Tablo 5. Sporcuların millilik değişkenine göre Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI) alt boyutlarına ait puanlarını gösteren t testi sonuçları

	Milli sporcu musunuz?	N	\bar{x}	Ss	Sd	t	p
Fantezi	Evet	60	14,36	5,226			
	Hayır	213	14,53	4,128	271	0,263	0,793
Perspektif alma	Evet	60	16,88	4,262			
	Hayır	213	17,57	4,569	271	1,047	0,296
Empatik düşünce	Evet	60	17,21	4,088			
	Hayır	213	17,30	4,251	271	0,151	0,880
Kişisel rahatsızlık	Evet	60	12,20	5,239			
	Hayır	213	11,62	4,916	271	0,783	0,434

Tablo 5’e göre, millilik değişkeni açısından “Fantezi” alt boyutundan alınan toplam puanlar arasında $t_{(271)} = 0,263$; $p = 0,793 > 0,05$, “Perspektif Alma” alt boyutundan alınan toplam puanlar arasında $t_{(271)} = 1,047$; $p = 0,296 > 0,05$, “Empatik Düşünce” alt boyutundan alınan toplam puanlar arasında $t_{(271)} = 0,151$; $p = 0,880 > 0,05$ ve “Kişisel Rahatsızlık” alt

boyutundan alınan toplam puanlar arasında $t_{(271)} = 0,783$; $p=0,434 > 0,05$ istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Tablo 6. Sporcuların spor yaşı ile Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI) alt boyutları arasındaki ilişkiyi gösteren korelasyon tablosu

		Fantezi	Perspektif alma	Empatik düşünce	Kişisel rahatsızlık	Kaç yıldır spor yapmaktasınız?
Fantezi	r	1				
	p					
	n	273				
Perspektif alma	r	,258**	1			
	p	,000				
	n	273	273			
Empatik düşünce	r	,188**	,418**	1		
	p	,002	,000			
	n	273	273	273		
Kişisel rahatsızlık	r	,237**	-,035	,116	1	
	p	,000	,561	,056		
	n	273	273	273	273	
Kaç yıldır spor yapmaktasınız?	r	-,002	-,040	,055	,020	1
	p	,972	,507	,364	,741	
	n	273	273	273	273	273

Tablo 6'da Kişilerarası Tepkisellik İndeksi'ne ilişkin alt boyutlar ile spor yaşı değişkeni arasında bir ilişkinin olup olmadığını belirlemek amacıyla gerçekleştirilen pearson korelasyon sonuçları gösterilmiştir. Bu sonuçlara göre, spor yaşı değişkeni ile Kişilerarası Tepkisellik İndeksi'ne ait alt boyutlar arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunamamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 7. Sporcuların kuşak renklerine göre Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI) alt boyutlarına ait puanları gösteren t testi sonuçları

	Kuşak türü	N	\bar{x}	Ss	Sd	t	P
Fantezi	Siyah	142	14,64	4,669	271	0,587	0,558
	Renkli kuşak	131	14,33	4,062			
Perspektif alma	Siyah	142	17,38	4,433	271	0,129	0,897
	Renkli kuşak	131	17,45	4,598			
Empatik düşünce	Siyah	142	17,54	4,216	271	1,063	0,289
	Renkli kuşak	131	17,00	4,197			
Kişisel rahatsızlık	Siyah	142	11,61	5,017	271	0,465	0,642
	Renkli kuşak	131	11,90	4,964			

Tablo 7'ye göre, kuşak türü değişkeni açısından "Fantezi" alt boyutundan alınan toplam puanlar arasında $t_{(271)} = 0,587$; $p=0,558 > 0,05$, "Perspektif Alma" alt boyutundan alınan toplam puanlar arasında $t_{(271)} = 0,129$; $p=0,897 > 0,05$, "Empatik Düşünce" alt boyutundan alınan toplam puanlar arasında $t_{(271)} = 1,063$; $p=0,289 > 0,05$ ve "Kişisel Rahatsızlık" alt boyutundan alınan toplam puanlar arasında $t_{(271)} = 0,465$; $p=0,642 > 0,05$ istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilememiştir.

Tartışma

Araştırmanın bu bölümünde savunma sporu yapmakta olan elit sporcuların empati becerileri Kişilerarası Tepkisellik İndeksi (IRI) çerçevesinde incelenerek, alt boyutlara vermiş oldukları cevaplar çeşitli değişkenlere göre karşılaştırılmıştır.

Savunma sporu yapmakta olan elit sporcuların empati becerileri cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde; kadın sporcuların, erkek sporculara göre Kişilerarası Tepkisellik İndeksi'nin (IRI) fantezi, perspektif alma, empatik düşünce ve kişisel rahatsızlık alt boyutlarında empati becerilerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir (Tablo 2, $p<0,05$). Ortaya çıkan bu farklılığa kadınların olaylara erkeklerden daha çok duygusal tepki göstermelerinin etki ettiği düşünülmektedir (Hoffman ve Levine, 1976). Rogers'a (1982) göre, empatik olabilmek, bir tür sosyal duyarlılığa sahip olabilmektir. Dökmen (2005) empati beceri konusunda kadınların erkeklerden daha başarılı olmasını "kadın duyarlılığı" ile açıklamaktadır. Rogers'ın (1982) üzerinde durduğu sosyal duyarlılık ve Dökmen'in (2005) kadın duyarlılığı kavramları savunma sporlarının felsefesiyle birleştiğinde, kadınların erkeklerden daha fazla olumlu yönde duygu değişimleri yaşamasına ve olaylara daha duygusal yaklaşımlarına neden olduğu düşünülmektedir. Ayrıca toplumun kadınlardan beklediği ve kadınlara yüklenen annelik gibi roller duygusal davranışlara etki etmektedir.

Literatür incelendiğinde cinsiyetin empatik beceri üzerindeki etkisi ile ilgili farklı araştırma bulgularının olduğu görülmektedir. Bazı araştırmalarda cinsiyetin empatik beceri üzerinde anlamlı bir farklılığa neden olmadığı görülürken (Akçakoyun vd., 2010; Alisinanoğlu ve Köksal, 2000; Alver, 1998; Eisenberg ve Mc Wolly, 1993; Karabulut ve Bahadır, 2013; Warner, 1984), bazı araştırmalarda ise farklılığın olduğu ve bu farklılığın kadınlar lehine olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Aydın, 1996; Duru, 2002; Karakaya, 2001; Öztürk, Koparan, Haşıl, Efe ve Özkaya, 2004; Preisser, 1990; Uygun, 2006; Arslan ve Sezen-Balçıklı, 2019).

Savunma sporu yapmakta olan elit sporcuların empati becerileri spor branşı değişkenine göre incelendiğinde; taekwondo sporu yapan sporcuların kick boks sporu yapan sporculara göre empatik düşünce alt boyutunda empati becerilerinin anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Tablo 3, $p<0,05$). Fantezi, perspektif alma ve kişisel rahatsızlık alt boyutlarında judo, taekwondo ve kick boks branşları arasında anlamlı farklılık tespit edilememiştir ($p>0,05$). Farklılığın nedeni olarak spora farklı yaşlarda başlanılmasından kaynaklandığı düşünülmektedir. Ülkemizde kick boks sporuna 10-12 yaşından sonra yönelme olurken, taekwondo sporuna ise daha küçük yaşlarda (5-7 yaş) başlanmaktadır. Erken yaşlarda farklı disiplin ve felsefeyi içinde barındıran bir spora yönelmenin, bireylerin empati gelişimlerine olumlu katkılar sağladığı düşünülmektedir. Empatinin geliştirilebilir olduğundan ve empati eğitiminin öneminden bahseden birçok araştırma mevcuttur (Akyol ve Çiftçi, 2005; Barret-Lenard, 1981; Giesbrecht, 1998; Kalliopuska ve Tiitinen, 1991; Sezen, 2003; Sezen-Balçıklı, 2009; Sezen-Balçıklı ve Yıldırım, 2012; Sezen-Balçıklı, İlhan, Esentürk, ve Çelik, 2019). Dökmen'in psikodrama uygulamasıyla empatinin artırılabilir olduğu da

bilinmektedir (Dökmen, 1988). Erken yaşlarda başlanması gereken empatik eğitim, kişilerin ahlaksal bakış açılarını geliştirmek açısından da önemli bir yere sahiptir. Farklılığa neden olabilecek bir başka durum ise, taekwondo ve judo branşındaki "do" felsefesi olmuştur. Do felsefesi kişinin kendini keşfetmesinden ve çevresiyle iletişiminden başlayıp, günlük hayatta yapılan her aktivitede kişinin ulaştığı dinginliği ya da olgunluğu ifade etmektedir. Bu nedenle do felsefesi kişinin kendini fiziksel ve ruhsal olarak bir disiplin altına almasını kapsamaktadır. Judocu sporcuların kickboksçu sporculara göre empatik düşünce puanlarının anlamlı farklılık olmamasına rağmen yüksek olması, ikinci nedenimizi destekler mahiyettedir. Empatik düşünce savunma sporlarının içinde barındırdığı saygı, sevgi, hoşgörü, doğruluk ve adalet gibi evrensel ve ahlaki değerlerin gelişmesine katkıda bulunmaktadır. Hoffman'da (1990) empatik duygu kapasitesinin, yani kendimizi karşımızdakinin yerine koyabilmenin, birçok ahlaki değeri benimsememize neden olduğu düşüncesindedir (Goleman, 1998; Sezen-Balçıkanlı, 2009).

Savunma sporu yapmakta olan elit sporcuların empati becerileri ve yaşları arasındaki ilişki incelendiğinde; yaş değişkeni ile yalnızca kişisel rahatsızlık alt boyutu arasında ters yönde olan anlamlı ve düşük düzeyde bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir (Tablo 4, $p < 0,05$). Diğer alt boyutlar olan fantezi, perspektif alma ve empatik düşünce ile yaş değişkeni arasında anlamlı ilişki bulunamamıştır ($p > 0,05$). Kişisel rahatsızlık boyutu gergin ve agresif kişilerle kurulan iletişim esnasında kişinin duyduğu kaygı ve rahatsızlık hislerini ifade etmektedir. Anksiyete, korku ve utangaçlık gibi özellikler kişisel rahatsızlık ile doğru orantılıdır. Aynı zamanda kişisel rahatsızlık düşük özgüven ile yakından ilişkilidir. Kişisel rahatsızlık puanları yüksek bireylerin sosyal iletişim konusunda zorlandığı söylenebilir (Engeler ve Yargıç, 2007). Suçlamak, küçümsemek, sürekli şikayetçi olmak ve alaycı tavırlar sergilemek empati yapmaya engel olmaktadır. Ayrıca kişinin kendi sorunlarına takılıp kalması, sorunlarını bir süreliğine kenara bırakamaması, çevresinde olup bitene anlam verememesine neden olmaktadır (Yiğiter, 2008). Kişisel rahatsızlık ve yaş arasında ters yönlü ilişki olması, sporcuların yaşı ilerledikçe olaylara sporun olumlu etkisinden dolayı daha sakin ve kendinden emin yaklaştığı şeklinde yorumlanabilir. Örneğin; küçük yaşta çocuklar düşünüldüğünde, bir oyunu ya da yarışmayı kaybeden çocuklar ağlama ya da şikayet etme eğilimindeyken, yaşları ilerledikçe sorunlarını çözmeye, olaylara çözüm odaklı yaklaşmaya başlamaktadır. Benzer şekilde Nelson (1995) da yapmış olduğu çalışmada yaş ve empati arasındaki ilişki üzerinde durmuştur. Çocukların empati gelişimi bir anda olmamakta yaşları ilerledikçe, duygularıyla birlikte empati becerilerinin de geliştiğine dikkat çekmektedir. Çocuklar yaşlarının ilerlemesiyle hem duygusal olarak gelişim sağlamakta hem de çevresine karşı daha fazla duyarlı hale gelmektedir. Buda çocukların çevresine yardımcı olma ve onları rahatlatma konusunda daha başarılı yapmaktadır (Kumbaroğlu, 2013).

Yapmış olduğumuz araştırma sonucunda da yaş ile perspektif alma, empatik düşünce ve fantezi boyutları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Yaş ile empati arasında anlamlı bir ilişki tespit edilememiş olsa da, kuşkusuz bir yetişkin, bir gençten, bir genç de bir çocuktan daha empatik olacaktır. İstisnalar olsa da yetişkin bir

kişi bilişsel, duyuşsal ve sosyal olarak bir gence göre daha gelişmiştir. Bu da kişinin daha rahat iletişim kurmasına ve empati becerilerini artırmasına neden olacaktır (Nelson, 1995). Benzer şekilde benmerkezci, çevresinde olup bitene duyarsız kalınan bir yaklaşım, sosyal çevreleriyle kendisi arasında ayırım yapamamaya neden olmaktadır. Empatinin gelişmesine engel olan korku, utangaçlık, özgüven eksikliği, şikayetçi olma, alay etme ve küçümsemek gibi kavramlar kişisel rahatsızlık ile doğrudan bağlantılıdır. Planlı bir şekilde uygulanan empati eğitimlerinin saymış olduğumuz kavramlara çok büyük etkilerinin olduğu ve kişisel rahatsızlık durumunu en aza indirebileceği düşünülmektedir. Yaş ile kişisel rahatsızlık arasında ters yönlü bir ilişki olması, kişinin yaşı ilerledikçe kendine güveninin artması, çevresiyle olumlu ilişkiler sergilemesi, hayat tecrübesi ve hayata daha sağlam adımlarla tutunmasından kaynaklandığı söylenebilir.

Savunma sporu yapmakta olan elit sporcuların empati becerileri millilik değişkenine göre incelendiğinde; milli sporcular ve milli olmayan sporcular arasında empati becerilerine göre anlamlı farklılık tespit edilememiştir (Tablo 5, $p>0,05$). Literatür incelendiğinde sporcuların hangi düzeyde spor yaptığıyla empati arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmaların çok az olduğu görülmektedir. Bu çerçevede spor düzeyi ve empati arasındaki ilişki tam olarak ortaya koyulamamıştır. Konuya katkı sağlayabilecek çalışmalar incelendiğinde, Solak (2011) ortaöğretim öğrencileri üzerinde yaptığı araştırmada, milli sporcuların milli olmayan sporculara göre daha yüksek empatik eğilime sahip olduğu sonucuna ulaşmıştır. Sezen-Balçıklı ve Yıldırım (2018) elit salon hokeyi oyuncularını üzerinde yaptıkları çalışma sonucunda, oyuncuların yüksek empatik beceri ortalamasına sahip olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Kazanma hırsı, galip gelme ve başarılı olma gibi sonuç odaklı davranışlar empati becerilerini olumsuz etkilediği düşünülmektedir. Son yıllarda büyük spor organizasyonlarında galip gelmek için adeta bir savaş içine girilmesi, "Galip gelmek için her yol mübahtır!" tarzı söylemlerin, hiç şüphesiz elit düzeydeki sporcular üzerinde olumsuz etkileri bulunmaktadır. Koşulsuz başarılı olma amacı rakiple empati kurmayı zedelediği gibi, kişinin bireysel performansına odaklanıp kendisini kanıtlama çabası, benmerkezci bir hale geleceğinden takım arkadaşlarıyla da empati kurmasını engelleyebilir (Sezen-Balçıklı, 2009; Shields ve Bredemeier, 1994). Buna ek olarak antrenörlerin eğittikleri sporcularda sadece performans gelişimine yönelmeleri, sporcuların sosyal ve psikolojik gelişimini eksik bırakmaktadır (Arslan ve Sezen-Balçıklı, 2019).

Savunma sporu yapmakta olan elit sporcuların empati becerileri ve spor yaşları arasındaki ilişki incelendiğinde; sporcuların spor yapma yaşı ile Kişilerarası Tepkisellik İndeksi'ne ait alt boyutlar arasında herhangi bir anlamlı ilişki bulunmamıştır (Tablo 6, $p>0,05$). Geçmiş çalışmalar incelendiğinde bulduğumuz sonuçla paralellik gösteren çalışmalar olduğu gibi paralellik göstermeyen çalışmalarda vardır. Erkmen'in (2007) Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda okuyan öğrencilerin empatik eğilimlerinin sporda tercih ettikleri lider davranışları ile karşılaştırılması isimli çalışmasında spor yapma süresi arttıkça empatik eğiliminde arttığı sonucuna ulaşmıştır. Şakar'ın (2012) voleybolcular üzerinde yaptığı çalışmada, voleybolcuların empati beceri düzeylerinin yüksek olduğu, kaç yıldır oynadığı, mevkisi, kaptanlık tecrübesinin olup

olmadığı değişkenleri bakımından anlamlı bir farklılık olmadığı bulunmuştur. Akçakoyun vd. (2010) tarafından dövüş ve takım sporcularının empati düzeylerini karşılaştıran araştırmada, spor yaşı gibi değişkenlerin empati düzeyini etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır. Karabulut ve Bahadır (2013) ümit milli judo takımı üzerinde yaptıkları araştırmada, empatik eğilimin spor yaşına göre değişmediğini bulmuştur. Empatinin sporcularda kazandırılması gereken bir beceri olduğunun üzerinde duran Sezen-Balçıkanlı ve Yıldırım (2011), sporcuların empati becerilerinin geliştirilebilmesi amacıyla spor ortamına uygun olarak düzenlenecek bir empati eğitim programının oluşturulması gerektiğini, özellikle erken yaşlarda başlanması gereken empati eğitiminin, sporcuların ahlaki bakış açılarını geliştirmek açısından önemli bir yere sahip olduğunu söylemiştir.

Farklı bir çalışmada da üniversite öğrencisi tenisçiler araştırılmış, araştırma sonucunda sporcuların yaş ve spor yaşları ile iletişim ve empatik eğilim düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır (Mutlu, Şentürk ve Zorba, 2014). Kalliopuska (1987) da 1381 Finli erkek ve kız beyzbol sporcuları üzerinde yaptığı araştırmasında, sporcuların beyzbol oynama süreleri uzadıkça empatinin bir ögesi olan duyarlılığı daha az gösterdikleri ve kızların erkeklerden daha duyarlı olduğu ortaya çıkmıştır. Empati düzeylerinde ise anlamlı bir farklılık gözlemlenmemiştir.

Spor ortamında rakip ile empati kurmak başarıya odaklanmayı zedeleyebilir, yine benzer şekilde kendi takım arkadaşlarıyla empati kurmak kişisel performansın düşmesine neden olabilir. Birçok antrenörün sporcularına rakipleri için endişelenmemesi yönündeki telkinleri, spor ortamında başarıya ulaşma, galip gelme ve kazanma hırsı gibi konular sağlıklı bir empati gelişimini sekteye uğratmaktadır (Sezen-Balçıkanlı, 2009; Shields ve Bredemeier, 1994).

Savunma sporu yapmakta olan elit sporcuların empati becerileri kuşak derecesi değişkenine göre incelendiğinde; siyah kuşak ile renkli kuşak sporcular arasında empati becerilerine göre anlamlı farklılık tespit edilememiştir (Tablo 7, $p>0,05$). Örneklem grubunun elit ve birbirine yakın seviyedeki sporculardan seçilmesinden dolayı farklılık olmadığı düşünülmektedir.

Daha önce yapılan çalışmalar incelendiğinde, sporcular arasında deneyim ve tecrübeye göre sınıflandırma ya da karşılaştırma yapmak için daha çok spor yaşı, millilik durumu, almış olduğu dereceler gibi değişkenler kullanılmıştır (Akçakoyun vd., 2010; Güllü, 2015; Öztürk vd., 2004; Solak, 2011; Şakar, 2012). Sporcuları kuşak derecesine göre sınıflandırma yapan ya da kuşak derecelerine göre karşılaştıran çalışmaya rastlanmamıştır. Kuşak derecesi, sporcunun teknik yeteneklerinin yanında ruhsal olarak da bir dinginliğe sahip olduğunu göstermektedir. Siyah kuşak ve renkli kuşak olarak incelediğimiz sporculardan elde edilen veriler, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık ortaya koymasa da daha sonra yapılacak çalışmalara ışık tutacağı ve yol göstereceği düşünülmektedir. Araştırmacılara, daha sonra yapılacak araştırmalarda daha alt ve üst seviye kuşaktaki sporcuların seçilmesi tavsiye edilmektedir.

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak, savunma sporu yapmakta olan elit sporcuların empati becerilerinin cinsiyet ve spor branşı değişkenlerine göre farklılık gösterdiği, sporcuların yaşları ile kişisel rahatsızlık alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki olduğu, diğer değişkenlerimiz olan spor yaşı, kuşak seviyesi, milli sporcu olup/olmama durumuna göre empati becerileri arasında anlamlı bir farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlar ışığında erkeklerin ve kick boks sporcularının empati becerilerini geliştirmek gerektiği ve empati eğitimine önem verilmesi tavsiye edilmektedir.

Sporun insan psikoloji üzerine olumlu etkileri olduğu ve sosyal iletişim sorunları yaşayan bireylerin topluma kazandırılması konusunda etkili olduğu bilinmektedir. Do felsefesinde olduğu gibi diğer branşlarda da spor felsefesine yönelik yönlendirmeler yapılabilir. Antrenörlerin ise sporcularına sporun ruhsal yanını anlatarak, sporcuların bu durumu davranışa dönüştürme aşamasında onlara rehberlik etmesi gereği göz önünde bulundurulabilir. Sporun içinde olduğu gibi insan ilişkilerinin yoğun olduğu toplumun diğer kesimlerinde de, spor felsefesinin geliştirilebilmesi ve bireylerdeki empati bilincinin oluşturulmasına yönelik yönlendirmeler yapılabilir.

Yazar notu

Bu araştırma, Kasım 2018 tarihinde tamamlanan "Savunma Sporlarındaki Elit Sporcuların Empati Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi" isimli yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

Yazışma Adresi (Corresponding Address):

İbrahim KOÇAK

Yüksek Lisans Öğrencisi

Milli Savunma Üniversitesi, İSTANBUL

ORCID: 0000-0001-8442-4414

E-posta: kocakibrahim1906@gmail.com

Kaynaklar

1. **Akçakoyun, F., Çalışkan, E. ve Karlı, H.** (2010). Dövüş ve takım sporcularının empati düzeylerinin karşılaştırılması. *Türkiye Kickboks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 38-47.
2. **Akyol, K. A. ve Çiftçiabaşı, K. H.** (2005). Okul öncesi öğretmen adaylarının empatik beceri düzeylerinin belirlenmesi. *Eurasian Journal of Educational Research*, 21, 13-23.
3. **Alisinanoğlu, F. ve Köksal, A.** (2000). Gençlerin ben durumları (ego state) ve empatik becerilerinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18, 11-16.
4. **Alver, B.** (1998). *Bireylerin uyum düzeyleri ile empatik becerileri arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
5. **Arslan, Y. ve Sezen-Balçıkanlı, G.** (2019). Genderwise investigation of empathy skills in child athletes. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 21(2), 234-237.
6. **Arslan, Y. ve Sezen-Balçıkanlı, G.** (2019). Fiziksel performans düzeyi empati ve sportmenliği etkiler mi? Elit kadın voleybolcular üzerine bir araştırma. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 140-148. doi: 10.17155/omuspd.544916
7. **Aydın, A.** (1996). *Empatik becerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
8. **Barret-Lenard, G. T.** (1981). The empathy cycle: Refinement of a nuclear concept. *Journal of Counseling Psychology*, 28(2), 91-100.
9. **Culotta-Hackenberg, L. S.** (2002). *Empathy development and its relationship with aggressive and delinquent behavior in adolescents* (Dissertation Thesis). Cleveland State University, Ohio.
10. **Daniels, K. ve Thornton, E. W.** (1990). An analysis of the relationship between hostility and training in the martial arts. *Journal of Sports Sciences*, 8(2), 95-101.
11. **Davis, H. M.** (1980). A multidimensional approach to individual differences in empathy. *JSAS Catalog of Selected Documents in Psychology*, 10, 85.
12. **Davis, H. M.** (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 113-126.
13. **Dökmen, Ü.** (1988). Empatinin yeni bir modele dayanılarak ölçülmesi ve psikodrama ile geliştirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 21(1), 155-190.
14. **Dökmen, Ü.** (2005). *Küçük şeyler* (3.basım). İstanbul: Sistem Yayınevi.
15. **Dökmen, Ü.** (2015). *Sanatta ve günlük yaşamda iletişim çatışmaları ve empati* (53. basım). İstanbul: Remzi Yayınevi.
16. **Duru, E.** (2002). Öğretmen adaylarının empati-yardım etme eğilimleri ilişkisi ve yardım etme eğiliminin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12, 21-36.
17. **Eisenberg, N. ve Mc Wolly, S.** (1993). Socialization and related empathy characteristic of maternal and adolescence. *Psychological Abstract*, 80(11), 542-565.
18. **Engeler, A.** (2005). *Psikopati ve antisosyal kişilik bozukluğu* (Doktora Tezi). İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
19. **Engeler, A. ve Yargıcı, L. İ.** (2007). Kişilerarası tepkisellik indeksi: Empatinin çok boyutlu ölçümü. *Yeni Symposium Psikiyatri, Nöroloji ve Davranış Bilimleri Dergisi*, 45(3), 119-127.
20. **Erkmen, G.** (2007). *Selçuk Üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğrencilerin empatik eğilimlerinin sporda tercih ettikleri liderlik davranışları ile karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

21. **Finkenberk, M. E.** (1990). Effect of participation in taekwondo on college women's self-concept. *Perceptual and Motor Skills*, 71, 891-894.
22. **Giesbrecht, N.** (1998). Gender patterns of psychosocial development. *Sex Roles*, 39(5-6), 463-478.
23. **Gleser, J. M., Margulies, J. Y., Nyska, M., Porat, S. ve Mendelberg, H.** (1992). Physical and psychosocial benefits of modified judo practice for blind, mentally retarded children: a pilot study. *Perceptual and Motor Skill*, 74, 915-925.
24. **Goleman, D.** (1998). *Duygusal zekâ neden IQ'dan daha önemlidir?* (6. Baskı). İstanbul: Varlık/Bilim Yayınevi.
25. **Gülle, M.** (2015). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin bölümlerine göre eleştirel düşünme ve empati kurma düzeylerinin incelenmesi* (Doktora Tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
26. **Hair, J. F., Black, W. C., Babin, B. J., Anderson, R. E. ve Tatham, R. L.** (2013). *Multivariate data analysis: Pearson education limited*. Harlow.
27. **Hoffman, M. L. ve Levine, L. E.** (1976). Early sex differences in empathy. *Developmental Psychology*, 12(6), 557-558.
28. **Hoffman, M. L.** (1990). The contribution of empathy to justice and moral judgment. N. Eisenberg ve J. Strayer (Editors), In *Empathy and Its Development* (pp. 47-80). New York: Cambridge University Press.
29. **Hojat, M., Gonnella, J., Nasca, T., Mangione, S., Vergare, M. ve Magee, M.** (2002). Physician empathy: Definition, components, measurement, and relationship to gender and specialty. *The American Journal of Psychiatry*, 159, 1563-1569.
30. **Kalliopuska, M.** (1987). Relation of empathy and self-esteem to active participation in Finnish baseball. *Perceptual and Motor Skills*, 65, 107-113.
31. **Kalliopuska, M. ve Tiitinen, U.** (1991). Influence of two developmental programmes on the empathy and prosociability of preschool children. *Perceptual and Motor Skills*, 72, 323-338.
32. **Karabulut, E. O. ve Bahadır, Z.** (2013). Ümit milli judo takımının olumsuz değerlendirilmekten korkma ve empatik eğilim düzeylerinin incelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 108-115.
33. **Karakaya, A. D.** (2001). *Akdeniz üniversitesindeki hemşirelik öğrencilerinin empati becerileri* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
34. **Kavussanu, M., Stamp, R., Slade, G. ve Ring, C.** (2009). Observed prosocial and antisocial behaviors in male and female soccer players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 21(Supp. 1), 62-76.
35. **Kumbaroğlu, Z. B.** (2013). *Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin empatik eğilim düzeyleri ile benlik saygısı düzeylerinin çeşitli sosyo-demografik özelliklerine göre karşılaştırılması* (Doktora Tezi), Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
36. **Layton, C.** (1988). The personality of black-belt and nonblack-belt traditional karateka. *Perceptual and Motor Skills*, 67(1), 218.
37. **Madden, M. E.** (1995). Perceived vulnerability and control of martial arts and physical fitness students. *Perceptual and Motor Skills*, 80, 899-910.
38. **Matsumoto, D.** (2004, 4 January). The psychological and behavioral effects of judo: A USJF white paper. *United States Judo Federation*, 1-11.
39. **Mutlu, M. T., Şentürk, H. E. ve Zorba, E.** (2014). Üniversite öğrencisi tenisçilerde empatik eğilim ve iletişim becerisi. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2(Special Issue 1), 129-137. Doi: 10.14486/IJSCS85
40. **Nelson, R. J.** (1995). *Danışma psikolojisi kuramları* (F. Akkoyun, Çev.). Ankara: TDFO.

41. **Öztürk, F., Koparan, Ş., Haşıl, N., Efe, M. ve Özkaya, G.** (2004). Antrenör ve hakemlerin empati durumlarının araştırılması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 19-25.
42. **Preisser, G.** (1990). Adolescent prosocial behaviors in relation to empathy identity and selfesteem. *Dissertation Abstracts International*, 51(5), 1555.
43. **Richman, C. L. ve Rehberg, H.** (1986). The development of selfesteem through the martial arts. *International Journal of Sport Psychology*, 17, 234-239.
44. **Rogers, C.** (1982). *A social psychology of schooling*. London: Routledge & Regan Paul Ltd.
45. **Sezen, G.** (2003). *Profesyonel ve amatör futbolcuların fair play anlayışları üzerine bir araştırma* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
46. **Sezen-Balçıklanılı, G.** (2009). *Profesyonel futbolcuların fair playe yönelik davranışları ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişki* (Doktora Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
47. **Sezen-Balçıklanılı, G., İlhan, E. L., Esentürk, O. K. ve Çelik, O. B.** (2019). The prosocial-antisocial behavior and empathic skill levels of wheelchair basketball players in sports. *International Journal of Disabilities Sports and Health Sciences*, 2(1), 1-11.
48. **Sezen-Balçıklanılı, G. ve Sezen, M.** (2017). Professional Sports and empathy: relationship between professional futsal players' tendency toward empathy and fouls. *Physical Culture and Sport Studies and Research*, 73(1), 27-35. doi: 10.1515/pcssr-2017-0003
49. **Sezen-Balçıklanılı, G. ve Yıldırım, İ.** (2011). Profesyonel futbolcuların sportmenlik yönelimleri ve empatik eğilim düzeyleri. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(2), 49-56.
50. **Sezen-Balçıklanılı, G. ve Yıldırım, İ.** (2012). Sportspersonship orientation and empathy: a study of professional football players. *Journal of Physical Education and Sport*, 12(1), 18.
51. **Sezen-Balçıklanılı, G. ve Yıldırım, İ.** (2018). Elit salon hokeyi oyuncularında empatik beceri ile prososyal davranışlar arasındaki ilişki. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 23(1), 1-8.
52. **Shields, L. L. D. ve Bredemeier, L. J. B.** (1994). *Character development and physical activity*. USA: Human Kinetics.
53. **Solak, N.** (2011). *Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi (Çorum ili örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
54. **Sönmez, İ. H.** (2016). *Judo; beden, fikren ve ahlaken gelişmek için*. Ankara: ARCS.
55. **Şakar, M.** (2012). *Voleybolcuların empati beceri düzeylerinin belirlenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
56. **Şinoforoğlu, T. ve Sezen-Balçıklanılı, G.** (2020). Investigating the empathic skills of physical education teachers. *Acta Educationis Generalis*, 10(1).
57. **Tekin, A.** (2008). Dövüş sanatlarının psikososyal faydaları: Mit mi gerçek mi? *Türkiye Kick Boks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi*, 1(1), 1-12.
58. **Uygun, E.** (2006). *Psikiyatri servisinde çalışan hemşirelerin empati beceri düzeylerinin belirlenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
59. **Warner, R. E.** (1984). Can teachers learn empathy? *Education Canada*, 17(5), 39-41.
60. **Yüksel, A.** (2004). Empati eğitim programının ilköğretim öğrencilerinin empatik becerilerine etkisi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 17(2), 341-354.
61. **Yiğiter, K.** (2008). *Kocaeli ilinde görevli ilk ve orta öğretim kurumlarında çalışan beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin empati becerilerinin incelenmesi (Kocaeli il merkezi örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.