

BURSA VE ÇEVRESİNDE 18-24 YAŞLARI ARASINDA SPOR YAPAN GENÇLERİN SOSYAL UYUM DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

THE SEARCH OF SOCIAL ADAPTABLE LEVELS OF THE YOUNG PERSONS WHO ARE BETWEEN AT THE AGE OF IS 18 AND 24 AND DO THE SPORTS IN BURSA AND ITS SURROUNDINGS

*N.Haşıl KORKMAZ **Kader ÖZDURAN *Atilla İLHAN

ÖZET

Bu araştırma, Bursa ilinde yaşları 18 ile 24 arasında değişen, çeşitli spor kulüplerinde bireysel sporlar (atletizm, yüzme, masa tenisi ve tenis) ve takım sporları (basketbol, voleybol, futbol ve hentbol) ile uğraşan gençler ile spor yapmayan gençlerin uyum düzeyleri (sosyal uyum-SU, kişisel uyum-KU ve genel uyum-GU) arasında cinsiyet, öğrenim durumu ve sosyo-ekonomik faktörler göz önünde bulundurularak gruplar arasında anlamlı bir fark bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla yapılmıştır.

Araştırmada uyum değişkenini ölçmek için Özgüven tarafından geliştirilen Hacettepe Kişilik Envanteri (HKE) ve gerekli sosyal bilgilerin alınması ve verilerin toplanması amacı ile kişisel bilgi alma formu kullanılmıştır. Toplanan veriler SPSS istatistik paket programından yararlanılarak .05 anlamlılık düzeyinde analiz edilmiştir.

Araştırma sonucunda spor yapan gençlerin uyum düzeyleri, diğer değişkenlerde göz önünde bulundurularak spor yapmayan gençlere göre istatistiksel olarak anlamlı ve yüksek çıkmıştır. Sonuç olarak bireysel veya grupta yapılan spor, insanın beden ve ruh özelliklerine göre sosyal çevresi ile iletişim kurmasını ve çevresiyle uyumlu bireyler oluşturmasını sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler : Spor –Kişilik-Uyum-Sosyal Uyum

SUMMARY

Comparison Of Adjustment Level Of Young People Between 18 And 24 That Are Interested In Sports Around the Bursa

In this research, it is analysed that if there is a significant difference between the social, individual and general adjustment levels of young people between 18 and 24, the ones interested in individual sports and group sports in various sports clubs in Bursa and the ones who are not interested in sports. Moreover, it is evaluated according to the sex, education and income of the young people.

In research, the Personality Inventory advanced by the Hacettepe to measure the adjustment variety and Personality Information Form to collect the data for another variations are used. Collected data were analysed with the help of SPSS statistical package program. At the end of the research, it is seen that adjustment level of young people who are interested in individual or group sports is statistically higher than the ones who are not interested in sports. As a result, sports that is played individually or in groups provides good relationship with society according to the physical and mental characteristics.

Key Words: Sport-Personality-Adjustment-Social Adjustment

GİRİŞ

İnsanın iki ayağı üzerinde yaşamaya başlaması, biyolojik değişikliklerin ve uyum süreçlerinin başlangıcı olarak kabul edilebilir. Doğaldır ki, değişikliği izlemesi gereken süreç, uyum sürecidir. Ancak bu uyum süreçlerinde rol oynayan etkenler yalnız çevreden kaynaklanmaz. Bireyin gerek doğuştan sahip olduğu kişisel özellikleri gerekse bu özelliklerin, doğal ve toplumsal çevresi ile ilişkisi ve etkileşimi

sonucu beliren kişiliği, duygusal yaşamı ve yetenekleri bu “değişen uyum” süreçlerinde belli oranda etkilidirler.

Bireyin kişiliğinin oluşumunda ve sosyalleşme sürecine girmesinde etkili olan bir faktör de spordur. Spor, bireyin sosyal uyumunu sağlamakta, ruhsal ve bedensel sağlıklarını güvence altına almaktadır. Spor yapmak yalnızca bedensel uğraş olmayıp, aynı zamanda bir sosyalleşme, bir topluma uyma sürecidir (1,2,3,4).

*Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Bölümü

** Beden Eğitimi Öğretmeni

Spor eylemleri ve kişilik arasında ilişki olup olmadığı konusunda yapılan çalışmalar, sporun bireyin kişiliğine etkide bulunduğunu dolayısıyla sosyalleşmesini aynı zamanda uyum düzeyini yükselmesini sağladığını ortaya koymuştur. Newman ve Cooper (5) sporcular ile spor yapmayanları kişilik özellikleri yönünden karşılaştırmış ve sporcuların sporcu olmayanlara göre dinamik kendini kontrol edebilen, dışa dönük ve uyum sağlayıcı olduklarını saptamışlardır. Kuruç ve Bayar (6, 7) Spor yapan bayanların sporcu olmayanlara göre

farklı kişilik özellikleri gösterdiklerini, bireysel spor yapan erkeklerin daha uyumlu, girişken, meraklı ve kendilerine yönelik olduklarını belirtmişlerdir. Uslu ve Yılmaz (8, 9) Bireysel sporlar ve takım sporları ile uğraşan gençler ile spor yapmayan gençleri karşılaştırmış spor yapan gençlerin daha uyumlu olduklarını saptamışlardır. Bizde bu amaçla Bursa ve çevresinde spor yapan gençlerle spor yapmayan gençlerin kişilik ve uyum (sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum) düzeylerini saptamaya çalıştık.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırma, spor yapan ve yapmayan gençlerin 18- 24 yaşları arasında gençlerin, uyum düzeyleri (sosyal uyum-SU, kişisel uyum-KU, genel uyum-GU) arasında cinsiyet, öğrenim durumu ve sosyo-ekonomik faktörler göz önünde bulundurularak gruplar arasında anlamlı bir fark bulunup bulunmadığını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırmanın evreni 2000-2001 öğretim yılında Bursa il merkezine bağlı çeşitli spor kulüplerinde, lisanslı ve faal olarak takım sporları (voleybol, basketbol, hentbol ve futbol) ve bireysel sporlar (atletizm, tenis, yüzme ve masa tenisi) ile uğraşan sporcu ve spor yapmayan gençleri kapsamaktadır. Araştırmaya gönüllü olarak

katılan kulüplerde spor yapan 112 (38 Bayan, 74 erkek) ve spor yapmayan 108 (53 Bayan, 55 erkek) olmak üzere toplam 220 kişi katılmıştır. Araştırmada verilerin toplanması amacıyla kişisel bilgi alma formu ve Hacettepe Kişilik envanteri kullanılmıştır. Verilerin analizinde gruplar arası karşılaştırmalarda, bağımsız iki grupta eşit varyanslı t-testi kullanılmış ve anlamlılık seviyesi olarak .05 alınmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde spor yapan ve yapmayan gruplara uygulanan kişisel bilgi alma formu aracılığı ile HKE'den elde edilen veriler üç ana başlık altında ele alınmış ve gruplar arasında ilişki aranmıştır.

Tablo-1: Spor Yapan ve Yapmayan Gençlerin Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılması

| Puan türü | Grup | N | % | Sd | Min | Max | Anlamlılık |
|--------------|---------------|-----|-------|------|------|-------|-------------------|
| Sosyal Uyum | Spor yapan | 112 | 54,6 | 7,7 | 35,0 | 70,0 | P< 0,05 t=0,00 |
| | Spor yapmayan | 108 | 46,1 | 9,2 | 25,0 | 70,0 | |
| Kişisel Uyum | Spor yapan | 112 | 46,9 | 9,0 | 25,0 | 66,0 | P< 0,05 t=0,00 |
| | Spor yapmayan | 108 | 39,0 | 9,2 | 22,0 | 66,0 | |
| Genel Uyum | Spor yapan | 112 | 101,7 | 14,6 | 62,0 | 136,0 | P< 0,05 t=0,00 |
| | Spor yapmayan | 108 | 85,0 | 16,8 | 54,0 | 129,0 | |

Tablo 1'deki veriler incelendiğinde spor yapan ve yapmayan gençlerin uyum düzeyleri, (sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. ($t=0,00<0,05$).

Tablo-2:Bayanların Spor Yapan ve Yapmayan Açısından Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılması

| Puan türü | Grup | N | % | Sd | Min | Max | Anlamlılık |
|--------------|---------------|----|------|------|------|-------|--------------------|
| Sosyal Uyum | Spor yapan | 38 | 54,4 | 7,7 | 36,0 | 70,0 | P< 0,05 t=0,00 |
| | Spor yapmayan | 53 | 47,7 | 10,6 | 31,0 | 70,0 | |
| Kişisel Uyum | Spor yapan | 38 | 44,0 | 10,1 | 25,0 | 66,0 | P> 0,05 t=0,107 |
| | Spor yapmayan | 53 | 40,3 | 10,8 | 22,0 | 66,0 | |
| Genel Uyum | Spor yapan | 38 | 98,1 | 16,2 | 62,0 | 136,0 | P> 0,05 t=0,07 |
| | Spor yapmayan | 53 | 87,4 | 19,4 | 56,0 | 129,0 | |

Tablo 2'deki veriler incelendiğinde spor yapan ve yapmayan bayanların uyum düzeyleri, (sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum) bayanların sosyal uyum puanlarında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu, kişisel uyum ve genel uyum puanlarında böyle bir fark olmadığı saptanmıştır.

Tablo-3: Erkeklerin Spor Yapan ve Yapmayan Açısından Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılması

| Puan türü | Grup | N | % | Sd | Min | Max | Anlamlılık |
|--------------|---------------|----|-------|------|------|-------|-------------------|
| Sosyal Uyum | Spor yapan | 74 | 54,5 | 8,0 | 35,0 | 70,0 | P< 0,05 t=0,00 |
| | Spor yapmayan | 55 | 44,5 | 8,5 | 25,0 | 61,0 | |
| Kişisel Uyum | Spor yapan | 74 | 48,5 | 8,2 | 30,0 | 66,0 | P< 0,05 t=0,00 |
| | Spor yapmayan | 55 | 37,9 | 7,7 | 25,0 | 59,0 | |
| Genel Uyum | Spor yapan | 74 | 103,0 | 13,5 | 67,0 | 129,0 | P< 0,05 t=0,00 |
| | Spor yapmayan | 55 | 82,4 | 14,2 | 54,0 | 115,0 | |

Tablo 3'deki veriler incelendiğinde spor yapan ve yapmayan gençlerin uyum düzeyleri, (sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. ($t=0,00<0,05$).

Tablo-4:İlköğretim ve Lise Düzeyinde Eğitim Alan Bayanların Spor Yapan ve Yapmayan Açısından Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılması

| Puan türü | Grup | N | % | Sd | Min | Max | Anlamlılık |
|---------------------|---------------|----|------|------|------|-------|--------------------|
| Sosyal Uyum | Spor yapan | 19 | 52,8 | 8,8 | 35,0 | 70,0 | P> 0,05 t=0,07 |
| | Spor yapmayan | 37 | 48,2 | 9,0 | 25,0 | 68,0 | |
| Kişisel Uyum | Spor yapan | 19 | 42,7 | 11,9 | 25,0 | 66,0 | P> 0,05 t=0,373 |
| | Spor yapmayan | 37 | 39,8 | 11,5 | 26,0 | 66,0 | |
| Genel Uyum | Spor yapan | 19 | 95,6 | 18,6 | 67,0 | 136,0 | P> 0,05 t=0,154 |
| | Spor yapmayan | 37 | 87,9 | 18,8 | 54,0 | 129,0 | |

Tablo 4'deki veriler incelendiğinde ilköğretim ve lise düzeyinde eğitim alan, spor yapan ve yapmayan bayanların uyum düzeyleri, (sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır ($p>0,05$).

Tablo-5:Üniversite Düzeyinde Eğitim Alan Bayanların Spor Yapan ve Yapmayan Açısından Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılması

| Puan türü | Grup | N | X | Sd | Min | Max | Anlamlılık |
|---------------------|---------------|----|-------|------|------|-------|--------------------|
| Sosyal Uyum | Spor yapan | 19 | 56,7 | 5,9 | 42,0 | 70,0 | P< 0,05 t=0,01 |
| | Spor yapmayan | 16 | 44,7 | 10,4 | 27,0 | 68,0 | |
| Kişisel Uyum | Spor yapan | 19 | 45,7 | 7,4 | 30,0 | 64,0 | P< 0,05 t=0,032 |
| | Spor yapmayan | 16 | 39,4 | 9,2 | 22,0 | 56,0 | |
| Genel Uyum | Spor yapan | 19 | 102,1 | 12,1 | 68,0 | 136,0 | P< 0,05 t=0,003 |
| | Spor yapmayan | 16 | 84,1 | 18,4 | 54,0 | 126,0 | |

Tablo 5'deki veriler incelendiğinde üniversite düzeyinde eğitim alan, spor yapan ve yapmayan bayanların uyum düzeyleri, (sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($p<0,05$).

Tablo-6:İlköğretim ve Lise Düzeyinde Eğitim Alan Erkeklerin Spor Yapan ve Yapmayan Açısından Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılması

| Puan türü | Grup | N | % | Sd | Min | Max | Anlamlılık |
|---------------------|---------------|----|-------|------|------|-------|-------------------|
| Sosyal Uyum | Spor yapan | 44 | 54,5 | 8,0 | 35,0 | 70,0 | P< 0,05 T=0,00 |
| | Spor yapmayan | 41 | 45,5 | 8,5 | 25,0 | 68,0 | |
| Kişisel Uyum | Spor yapan | 44 | 49,2 | 7,6 | 25,0 | 66,0 | P< 0,05 T=0,00 |
| | Spor yapmayan | 41 | 38,0 | 7,4 | 26,0 | 66,0 | |
| Genel Uyum | Spor yapan | 44 | 102,8 | 13,7 | 67,0 | 136,0 | P< 0,05 t=0,00 |
| | Spor yapmayan | 41 | 83,7 | 14,4 | 54,0 | 129,0 | |

Tablo 6'daki veriler incelendiğinde ilköğretim ve lise düzeyinde eğitim alan, spor yapan ve yapmayan erkeklerin uyum düzeyleri, (sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($t=0,00<0,05$).

Tablo-7:Üniversite Düzeyinde Eğitim Alan Erkeklerin Spor Yapan veYapmayan Açısından Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılması

| Puan türü | Grup | N | % | Sd | Min | Max | Anlamlılık |
|---------------------|---------------|----|-------|------|------|-------|-------------------|
| Sosyal Uyum | Spor yapan | 44 | 54,5 | 8,0 | 35,0 | 70,0 | P< 0,05 T=0,00 |
| | Spor yapmayan | 41 | 45,5 | 8,5 | 25,0 | 68,0 | |
| Kişisel Uyum | Spor yapan | 44 | 49,2 | 7,6 | 25,0 | 66,0 | P< 0,05 T=0,00 |
| | Spor yapmayan | 41 | 38,0 | 7,4 | 26,0 | 66,0 | |
| Genel Uyum | Spor yapan | 44 | 102,8 | 13,7 | 67,0 | 136,0 | P< 0,05 t=0,00 |
| | Spor yapmayan | 41 | 83,7 | 14,4 | 54,0 | 129,0 | |

Tablo 7'deki veriler incelendiğinde üniversite düzeyinde eğitim alan, spor yapan ve yapmayan erkeklerin uyum düzeyleri, (sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum) arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır ($t=0,00<0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde spor yapan ve yapmayan gençlerin, kişisel bilgi alma formu aracılığı ile uyum (sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum) düzeylerinden istatistiksel olarak elde edilen bulgular tartışılıp yorumlanmıştır.

Hacettepe Kişilik Envanteri'nde puanların yükselmesi uyumluluğu, düşmesi ise uyumsuzluğu gösterecek şekilde düzenlenmiştir (10). HKE'nin çeşitli norm gruplarına uygulamalarından elde edilen toplam ham puanlardan çıkarılan yüzdeler normlara göre düzenlenmiştir. Verilen yüzdelerden % 75 yüzdeler değer karşılarındaki toplam puanlara ilişkin ham

puanlar, norm gruplardaki bireylerin %75'inin bu ve bu puandan daha düşük aldıklarını; %25 yüzdelerik değer ise uyumsuzluğa ilişkin kritik bölgeye işaret etmektedir.

Tablo 4'te spor yapan ve yapmayan gençlerin uyum düzeyleri arasındaki ilişki karşılaştırıldığında gruplar arasında spor yapan gençlerin lehine anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur. Sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum ortalama puanlarının yüzdelerik karşılıkları'na göre incelendiğinde spor yapan gençlerin sosyal uyum ortalama puanları 54,6-%75, kişisel uyum ortalama puanları 46,9-%75, genel uyum ortalama puanları 101,7-%75 olarak; spor yapmayan gençlerin ise sosyal uyum ortalama puanları 46,1-%50, kişisel uyum ortalama puanları 39,0-%50, genel uyum ortalama puanları 85,0-%50 olarak bulunmuştur.

Benzer çalışmalarında Uslu (8), Eskişehir ve Yılmaz (9), Bursa il merkezlerinde lise ve dengi okullarda öğrenim gören gençler üzerine yaptıkları çalışmada spor yapan ve yapmayan gençleri uyum düzeylerine göre karşılaştırmış ve spor ile uğraşan gençlerin daha uyumlu olduklarını saptamışlardır. Kane ve Balanz (1983), Cattell'in 16 kişilik boyutlu testi ile yaptıkları çalışmada sporcuların sporcu olmayanlara göre daha güvenli, duygusal dengeli, daha dışa dönük ve algılamalarının daha hızlı olduğunu belirtmektedirler. Geron (1982), MMPI ile yaptığı bir dizi araştırmaya dayanarak sporcuların daha başarılı, hırslı, aktif ve başarma isteklerinin yüksek olduğu görüşündedir. Salokun ve Toriola (1985), 16 PF (kişilik testi) ile yaptıkları çalışmada sporcuların kendilerine güvenlerinin daha yüksek, psikolojik uyumlarının iyi, benlik tasarımlarının gelişmiş, daha dışa dönük ve daha gerçekçi bireyler olduklarını belirlemişlerdir(11,12,13). Newman ve Cooper, genç sporcular ile spor yapmayanları kişilik özellikleri yönünden karşılaştırmış ve sporcuların sporcu olmayanlara göre daha çalışkan ve dinamik, güçlülere karşı daha dayanıklı ve uyum sağlayıcı olduklarını belirtmişlerdir. Başer (1986), spor yoluyla ve belli kurallar çerçevesinde bir dizi etkinlik içinde, "toplumsallaşma"nın (bireyin toplumdaki geçerli gelenek, görenek ve kuralların benimsen-

mesinin) daha kolay olacağını, kimi spor dallarında sporla ilgilenen kişiler (kesimler) arasında etkili bir iletişim (tanıma, tanıtma, sorunların karşılıklı çözümü ve işbirliği) sağlayabileceğini belirtmiştir (14).

Tablo 5'te spor yapan ve yapmayan bayanların uyum düzeyleri arasındaki ilişki karşılaştırıldığında bayanların sadece sosyal uyum puanlarında anlamlı farklılık saptanmıştır. Tablo 3'te gösterilen "HKE toplam puanlar yüzdelerik normlarına göre sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum ortalama puanlarının yüzdelerik karşılıkları" na göre incelendiğinde spor yapan bayanların sosyal uyum ortalama puanları 54,4-%75 olarak; spor yapmayan bayanların ise sosyal uyum ortalama puanları 47,7-%50, olarak bulunmuştur. Benzer bir çalışma Kuruç ve Bayar, (6) tarafından yapılmıştır. Kuruç ve Bayar, spor yapan ve yapmayan bayanların kişilik özelliklerini karşılaştırdıkları araştırmalarında spor yapan bayanların takım ya da bireysel olarak ayrıştırılmasına karşı spor yapmayan bayanlara göre farklı kişilik özellikleri sergilediklerini, daha uzun süre spor yapmanın bayanların kişilik özellikleri açısından dışa dönük olmayı arttırdığını belirlemişlerdir.

Bierhoff ve Alfermann, başarılı bayan sporcularının kişilik özelliklerinin toplumdaki kadınların ortalamasından çok büyük farklılıklar göstermediğini; Ogilvie ve Williams ise çok büyük başarıları olan kadın sporcuların erkek sporcularinkine yaklaşan kişilik özellikleri gösterdiği sonucuna varmışlardır(6).

Tablo 5'te spor yapan ve yapmayan erkeklerin uyum düzeyleri arasındaki ilişki karşılaştırıldığında gruplar arasında spor yapan erkeklerin anlamlı bir farklılık olduğu bulunmuştur.

Spor yapan erkeklerin sosyal uyum ortalama puanları 56,7-%75, kişisel uyum ortalama puanları 45,7-%75, genel uyum ortalama puanları 102,1-%75 olarak; spor yapmayan erkeklerin ise sosyal uyum ortalama puanları 44,7-%50, kişisel uyum ortalama puanları 39,4-%50, genel uyum ortalama puanları 84,1-%50 olarak bulunmuştur.

Kuruç ve Bayar (7) yaptıkları benzer bir çalışmada MMPI kişilik envanteri ile sporcuların kişiliklerini araştırmışlar ve

bunun sonucuna göre spor yapan erkeklerin spor yapmayan erkeklere göre daha uyumlu, daha girişken daha kendilerine yönelik, daha meraklı ve toleranslı olduklarını saptamışlardır.

Gruplar eğitim açısından ele alındığında; ilköğretim ve lise düzeyinde eğitim alan spor yapan ve yapmayan bayanların uyum düzeyleri (tablo-4) karşılaştırıldığında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. "HKE toplam puanlar yüzdelik normlarına göre sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum ortalama puanlarının yüzdelik karşılıkları" na göre ilköğretim ve lise düzeyinde eğitim alan spor yapan ve yapmayan bayanların uyum düzeyleri incelendiğinde spor yapan bayanların sosyal uyum ortalama puanları 52,8-%75, kişisel uyum ortalama puanları 42,7-%75, genel uyum ortalama puanları 95,6-%75 olarak; spor yapmayan bayanların ise sosyal uyum ortalama puanları 48,2-%50, kişisel uyum ortalama puanları 39,8-%50, genel uyum ortalama puanları 87,9-%50 olarak bulunmuştur.

Tablo 5'de üniversite düzeyinde eğitim alan spor yapan ve yapmayan bayanların uyum düzeyleri karşılaştırıldığında gruplar arasında spor yapan bayanların lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. "HKE toplam puanlar yüzdelik normlarına göre sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum ortalama puanlarının yüzdelik karşılıkları" na göre Üniversite düzeyinde eğitim alan spor yapan ve yapmayan bayanların uyum düzeyleri incelendiğinde spor yapan bayanların sosyal uyum ortalama puanları 56,7-%75, kişisel uyum ortalama puanları 45,7-%75, genel uyum ortalama puanları 102,1-%75 olarak; spor yapmayan bayanların ise sosyal uyum ortalama puanları 44,7-%50, kişisel uyum ortalama puanları 39,4-%50, genel uyum ortalama puanları 84,1-%50 olarak bulunmuştur.

Üniversite düzeyinde eğitim alan sporcu bayanlar ile ilköğretim ve lise düzeyinde eğitim alan bayanlar "HKE toplam puanlar yüzdelik normlarına göre sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum ortalama puanlarının yüzdelik karşılıkları"na göre karşılaştırıldığında ise üniversite düzeyinde eğitim alan sporcu

bayanların uyum puanları daha yüksek çıkmıştır.

Tablo 6'da ilköğretim ve lise düzeyinde eğitim alan spor yapan ve yapmayan erkeklerin uyum düzeyleri karşılaştırıldığında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılığın spor yapan erkeklerin lehine olduğu saptanmıştır. "HKE toplam puanlar yüzdelik normlarına göre sosyal uyum, kişisel uyum ve genel uyum ortalama puanlarının yüzdelik karşılıkları" na göre ilköğretim ve lise düzeyinde eğitim alan spor yapan ve yapmayan erkeklerin uyum düzeyleri incelendiğinde spor yapan erkeklerin sosyal uyum ortalama puanları 56,7-%75, kişisel uyum ortalama puanları 45,7-%75, genel uyum ortalama puanları 102,1-%75 olarak; spor yapmayan erkeklerin ise sosyal uyum ortalama puanları 44,7-%50, kişisel uyum ortalama puanları 39,4-%50, genel uyum ortalama puanları 84,1-%50 olarak bulunmuştur. Ortalama uyum puanları gözönüne alındığında ilköğretim ve lise düzeyinde eğitim alan spor yapan erkeklerin yapmayanlara göre daha uyumlu oldukları spor yapmayan erkeklerin ise %50'lik değer ile uyum seviyelerinin orta seviyede ve problemlili olma olasılığının yüksek olmadığı görülmektedir.

Tablo 7'de üniversite düzeyinde eğitim alan spor yapan ve yapmayan erkeklerin uyum düzeyleri karşılaştırıldığında gruplar arasında spor yapan erkeklerin lehine istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Spor yapan ve yapmayan erkeklerin uyum düzeyleri incelendiğinde spor yapan erkeklerin sosyal uyum ortalama puanları 55,7-%75, kişisel uyum ortalama puanları 46,7-%75, genel uyum ortalama puanları 102,1-%75 olarak; spor yapmayan erkeklerin ise sosyal uyum ortalama puanları 43,2-%50, kişisel uyum ortalama puanları 38,1-%50, genel uyum ortalama puanları 81,4-%50 olarak bulunmuştur.

Yurt içinde ve dışında yapılan diğer çalışmalarda da benzer sonuçlar alınmıştır. Alfermann ve ark. (1993), spor faaliyetlerinin benlik tasarımı üzerine etililerini araştıran bir çalışma yapmışlardır. Birinci grupta yer alanlara altı ay süreyle ve haftada bir defa olmak üzere belli bir antrenman programı uygulamıştır. İkinci gruptakilerin ise böyle bir

faaliyeti olmamıştır. Çalışmaya başlamadan önce her iki gruba da kişilik testi uygulanmıştır. Başlangıçta iki grup arasında bir fark tespit edilemezken altı ay sonra yapılan ikinci ölçümden sonra araştırma ve kontrol grupları arasında yapılan karşılaştırmada, altı ay boyunca düzenli bir antrenman programını tatbik eden kişilerin, özellikle kendi bedenlerine yönelik olumlu tavırlarında belirgin bir artış tespit edilmiştir (15).

Özbek (akt. Aminow, 1985) Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde okuyan 218 öğrenci üzerinde ruhsal sorunlar ile öğrencilere ilişkin çeşitli nitelikler arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla yaptığı araştırmasında endişe, çökkünlük, psikomatik belirtiler, korku reaksiyonları, şüpheli karakter ve psikomatik tavırları ölçen "Cornel Index" uygulamış ve sonuç olarak spor ve sanatla uğraşan öğrencilerin ruhsal sorunlarının daha düşük olduğunu tespit etmiştir (16).

Beden eğitimi, spor etkinlikleri ve oyunlar yoluyla kazanılan psikolojik ve sosyal alandaki davranış değişiklikleri bireyin genel yaşantısına transfer olur mu, konusunda yapılan araştırmalar, bedensel aktiviteler yoluyla fiziksel ve psiko-sosyal alanda kazanılan davranışların, günlük yaşamda gerekli ve ilgili benzer

durumlara transfer olduğunu göstermektedir (17).

Sonuç olarak gerek takım sporları gerekse bireysel sporlar ile uğraşan gençlerin uyum düzeylerinin spor yapmayanlara göre daha yüksek olmasının sporun bireyinin kişiliği ve çevresi ile uyumunun üzerinde etkili olduğunu göstermektedir.

ÖNERİLER

1. Spor özellikle genç kuşakların hem yapıcı ve yaratıcı olması hem de sosyal kaynaşma ve dayanışmanın sağlanması açısından sosyal ve kültürel kalkınmaya büyük katkıda bulunur. Bu nedenle, eğitimin amacı değil bir aracı olan spora, modern bir eğitim modelinde ve faaliyetinde gereken önemin ve önceliğin verilmesi gereklidir.

2. Eğitim-öğretim faaliyetlerinde gerek okul içinde gerekse okul dışında gençlerin zihinsel gelişiminin olduğu kadar, bedensel, ruhsal ve sosyal gelişmelerinde ekonomik ve etkili bir araç olan spor ve spor faaliyetlerine daha fazla önem verilmeli; özellikle ilköğretim kurumlarında bu yönde beden eğitimi ve spor dersleri saatleri arttırılmalıdır.

7. KORUÇ ve BAYAR. Spor yapan ve yapmayan bayanların kişilik özelliklerinin karşılaştırılması spor bilimleri ulusal sempozyumu bildirileri kitabı, sayfa 236, 2001

8. USLU A. Lise ve dengi okullarda eğitim gören gençlerin sosyal uyum düzeylerinin incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Manisa, 1999

9. YILMAZ S. 12-17 yaşları arası spor yapan gençlerin kişilik özelliklerini incelenmesi, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bursa, 1996

10. ÖZGÜVEN İ.E. HKE Hacettepe Kişilik Envanteri el kitabı, Ankara, sayfa 1-8-50, 1992

11. Spor Bilimleri II Ulusal Kongresi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara, sayfa 469,1982

12. İKİZLER C. Sporda başarının psikolojisi, 2. Baskı, Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul, sayfa 88-92, 1994

KAYNAKLAR

1. ÖZTÜRK Ü. Orta dereceli okullarda beden eğitimi, 2. Baskı, Kayı yayıncılık, İstanbul, sayfa 11, 1983
2. Mc WHIRTER, MARRIS AND ROSS. Quines book of olympic records, Bamdam books, Newyork, sayfa 17, 1976
3. Fişek K. Türkiye'de ve dünyada spor yönetimi, S.B.F. Basın Yayın Yüksek Okulu, Ankara, sayfa 87, 1980
4. KARASÜLEYMANOĞLU A. Yeni boyutlarıyla spor, 2. Baskı, Engin Yayınlar, Ankara, sayfa 6,1989
5. KOÇ Ş. Spor psikolojisine giriş, 3. Baskı, Bağırğan Yayınevi, Ankara, sayfa 95,146-148,1998
6. KORUÇ ve BAYAR. MMPI ile sporcu kişiliklerin araştırılması spor bilimleri I. Ulusal sempozyumu Bildirileri kitabı Hacettepe Üniversitesi, Ankara, sayfa 111-124, 1990

13. ERİPEK S. Spor psikolojisi Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi Lisans Tamamlama Programı Yayın No: 587, sayfa 878, 1993
14. BAŞER E. Uygulamalı spor psikolojisi, 3.Baskı, Bağırhan Yayinevi, Ankara, sayfa 17-104-109, 1998
15. ÇAĞLAR D. Uyumsuz çocuklar ve eğitimi, 2. Baskı, Ankara Üniversitesi Eğitim Fakültesi Yayınları No: 103, Ankara, sayfa 13-14, 1993
16. OĞUZ N. Üniversite öğrencilerinde bilişsel çarpıtmalar ve uyum sorunları, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Bursa, 1999, sayfa 41
17. ÖZTÜRK F. Toplumsal boyutuyla spor, Bağırhan Yayinevi, Ankara, sayfa 7- 25, 1998