

Yaz Spor Okullarına Katılan Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin İncelenmesi

Eylem GENCER¹, Ekrem Levent İLHAN²

¹Ahi Evran Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

²Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Araştırma Makalesi

Öz

Araştırmanın amacı yaz spor okullarına katılan 6-12 yaş aralığındaki çocukların ruhsal uyum düzeylerini belirlemek ve aynı zamanda branş, yaş, takım-bireysel spor yapma ve cinsiyet değişkenlerine göre farklılık gösterip göstermediğini incelemektir. Araştırma grubunu yaş ortalaması $9,65 \pm 1,72$ olan farklı branşlarda (basketbol 41, voleybol 19, yüzme 27, masa tenisi 23) 61 erkek ve 49 kız olmak üzere toplam 110 çocuk oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 17.0 programı kullanılmış; tanımlayıcı istatistik, Bağımsız Örneklemelerde T-Testi, Korelasyon Analizi, Kruskal Wallis H Testi yöntemlerinden yararlanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre çocukların nevroitik sorun düzeyi ortalamaları $3,39 \pm 2,9$, davranış sorun düzeyi ortalamaları $3,97 \pm 3,05$, diğer davranış sorun düzeyi ortalamaları $0,54 \pm 0,85$ olarak bulunmuştur. Çocukların yaşı ile nevroitik, davranış ve diğer davranış sorun düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmamıştır [nevroitik sorun düzeyi ($r = -0,055$ $p > 0,05$) davranış sorun düzeyi ($r = -0,111$ $p > 0,05$) diğer davranış sorun düzeyi ($r = 0,098$ $p > 0,05$)]. Çocukların nevroitik, davranış ve diğer davranış sorun düzeylerinde branşlara göre anlamlı farklılıklar bulunmamıştır [nevroitik sorun düzeyi ($x^2 = 2,529$, $p > 0,05$) davranış sorun düzeyi ($x^2 = 0,806$, $p > 0,05$) diğer davranış sorun düzeyi ($x^2 = 1,287$, $p > 0,05$)]. Çocukların nevroitik, davranış ve diğer davranış sorun düzeylerinde bireysel ve takım sporu yapma durumlarına göre anlamlı farklılıklar bulunmamıştır [nevroitik sorun düzeyi ($t = 1,361$ $p > 0,05$) davranış sorun düzeyi ($t = 0,414$ $p > 0,05$) diğer davranış sorun düzeyi ($t = 0,285$ $p > 0,05$)]. Çocukların nevroitik, davranış ve diğer davranış sorun düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı farklılıklar bulunmamıştır [nevroitik sorun düzeyi ($t = 0,471$ $p > 0,05$) davranış sorun düzeyi ($t = 0,856$ $p > 0,05$) diğer davranış sorun düzeyi ($t = 1,064$ $p > 0,05$)]. Sonuç olarak yaz spor okullarına katılan çocukların nevroitik, davranış ve diğer davranış sorun düzeylerinin düşük olduğu; branş, takım-bireysel spor yapma, cinsiyet ve yaşa göre farklılık göstermediği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Ruhsal uyum, Yaz spor okulları, Spor branşları

Examining the Emotional Adjustment Level of Children Who Participate in Summer Sports Schools

Abstract

The purpose of the study is determining the emotional adjustment level of children who participate in summer sports schools and examining whether it changes according to age, gender, individual-team sports and sports branches. The sample group consist of 110 children (61 male, 49 female) whose mean age 9,65±1,72 from different sports branches (basketball 41, volleyball 19, swimming 27, table tennis 23). Hacettepe Emotional Adjustment Scale (HEAS) was used to gather data. SPSS 17.0 analyse program and descriptive statistics, independet samples t test, bivariate correlation, kruskal wallis h test techniques were used while analysing data. The mean of neurotic problem levels 3,39±2,9, the mean of behaviour problem levels 3,97±3,05 and the mean of other behaviour problem levels were found as 0,54±0,85. There is no significant relationship between age and neurotic, behaviour, other behaviour problem levels [neurotic problem level ($r = -0,055$ $p > 0,05$) behaviour problem level ($r = -0,111$ $p > 0,05$) other behaviour problem level ($r = 0,098$ $p > 0,05$)]. There are no differences in neurotic, behaviour and other behaviour problem levels according to sport branches [neurotic problem level ($x^2 = 2.529$, $p > 0.05$) behaviour problem level ($x^2 = 0.806$, $p > 0.05$) other behaviour problem level ($x^2 = 1.287$, $p > 0.05$)]. There are no differences in neurotic, behaviour and other behaviour problem levels according to individual-team sports [neurotic problem level ($t = 1,361$ $p > 0,05$) behaviour problem level ($t = 0,414$ $p > 0,05$) other behaviour problem level ($t = 0,285$ $p > 0,05$)]. There are no differences in neurotic, behaviour and other behaviour problem levels according to gender [neurotic problem level ($t = 0,471$ $p > 0,05$) behaviour problem level ($t = 0,856$ $p > 0,05$) other behaviour problem level ($t = 1,064$ $p > 0,05$)]. As conclusion, it may be said that the children's who participate in summer sports schools neurotic, behaviour and other behaviour problem levels are low and do not change according to gender, sports branches, individual-team sports and age.

Keywords: Emotional adjustment, summer sports schools, sport branches.

Giriş

Canlının, gereksinimlerini gidermek, isteklerini karşılamak amacıyla içinde bulunduğu çevre ile kurduğu uyumlu ilişkilere uyum denilmektedir. Ruhsal uyum ise; bireyin sahip olduğu özelliklerinin kendi benliğiyle içinde bulunduğu çevre arasında dengeli bir ilişki kurabilmesi ve bu ilişkiyi sürdürebilmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Yavuzer, 1999).

Uyumlu çocuk, yaşının ve kendi özelliklerinin gerektirdiği bedensel, zihinsel, cinsel, duygusal ve toplumsal davranışları gerçekleştirebilen çocuktur. Her yaşın ve dönemin ayrı gelişim gereksinimleri bulunmaktadır. Çocuk, döllemeden başlayarak gelişim görevlerini başarıyla gerçekleştirdince hem yaşından beklenen uyumu sağlamış hem de bir sonraki dönemin gelişimi için gerekli olgunluğa ulaşmış olmaktadır (Altınköprü, 2003).

Uyuumsuzluk; çocuğun çeşitli ruhsal ve bedensel nedenlere bağlı olarak, iç çatışmalarını davranışına aktarması sonucu ortaya çıkar. Başka bir deyişle, bu çocukların çevreleriyle ilişkileri sürekli olarak gergin ve sürtüşmelidir. Sürekli hırçınlık, sinirlilik, geçimsizlik, kavgacılık, okuldan kaçma, çalma, sürekli başkaldırma ve kuralları çiğneme gibi belirtiler bu kümede toplanır (Yörükoğlu, 2002).

Ruhsal bozukluklar, ruhsal süreçlerdeki bozulmaların bir sonucudur. İnsanın ruhsal gelişimi doğumdan itibaren içinde yaşadığı insan topluluğuyla karşılıklı etkileşim yoluyla

olmaktadır. Bu etkileşimin sınırları en dar aile çevresinden başlayıp, en geniş toplum ortamına kadar yayılır. O yüzden bu problemlerin nedenlerini, problemin seyrini ve varacağı noktayı inceleyip, araştırmak, çevreden gelen etkenleri göz önüne almak gerekir (Koptagel, 1991).

Çocukluk süreci, 18. yüzyıldan itibaren yaşamın farklı ve özel bir bölümü olarak algılanmaya başlandı. 19. yüzyılda eğitimciler, çocuklara kendilerini ifade etme olanağı verilirse, sağlıklı büyüme göstereceklerini ileri sürerek, çocuk gelişimi ve davranışlarının yönlendirilmesi gerektiğini savundular. Çocukların duygusallaştırılması olarak nitelenebilecek bu eğilim, 20. yüzyılı gerçek bir çocuk yüzyılı yapmıştır. "Çocukluk Döneminde Spor" kavramı da yine bu yüzyılda olgunlaşmıştır (Öztürk, 1998).

Son çocukluk döneminde (6-11) çocuk kendisini sınıf, arkadaş ve oyun ortamında bulur. Çocuk kendi cinsiyetindeki grubun tüm faaliyetlerine katılmaya, arkadaşlarıyla iletişim kurmaya doğru yönelir (Yavuzer, 1999). Sporun bilinçli olarak yaygınlaşmasında, toplumsal bir boyut kazanmasında ve sağlıklı nesillerin yetişmesinde ailelerin spora olan ilgi ve bilgi düzeyleri etkili olmaktadır (Yetim, 2005).

Çocukta güven duygusu geliştikçe, bekleme ve tepkisini dizginlemeyi öğrenir. Gereksinimleri doyuruldukça yatıştır. Gelişim dönemlerinde tartışıldığı gibi, daha az tepkiyle de isteklerinin karşılanabildiğini öğrenir. Başkaldırma yerine, uysal davranmanın, kendi yararına sonuçlandığını görür. Bir yandan da saldırganlığını oyuna aktarır; bastırmak zorunda kaldığı dürtülerine boşalım alanı sağlar. Daha sonra, benimsediği ana babasına benzemek, onlarca beğenilmek için davranışını kendi denetlemeye başlar (Nazik, 2003).

Genel olarak ruhsal uyum sorunu olan ve olmayan çocuklar arasında çocukluk çağı ruhsal sorunlarının sıklığı açısından farklılık bulunması, bu dönemde ortaya çıkan uyum sorunlarının kaynaklarına inmeyi, okul ve aile tabanlı koruyucu yaklaşımlar geliştirmenin önemini ortaya koymaktadır (Doğan ve ark. 1995).

Çocuklar ilk yıllarda beden eğitimi alanında da kolayca beceriler edinirler. Bu örnekler çocukların, gelişimin belli dönemlerinde, belli işleri yapmaya ve öğrenmeye çok yatkın olduklarını gösterir (Güneş, 2001). Spor eylemleri nasıl açıklanırsa açıklansın, bireyleri psikolojik ve sosyolojik olarak bağımlı kılan eylemlerdir. Bu açıklamaya dayalı olarak sportif eylemlerin aracılığı ile ahlak eğitimi, sevme duygusu, paylaşma duygusu kazandırmak, ilkel saldırganlık gereksinme ve eylemlerini yüceltmek için ortam ve yöntemler sağlanabilmekte ve uygulamalar yapılabilmektedir (Özoğlu, 1997).

Sporun psiko-sosyal değeri ile ilgili araştırmalar sporun anti-sosyal eğilimlerin azaltılması ve engellenmesinde katkı sağlayabileceği ve sporun potansiyel olarak terapi yönünün olduğu görüşündedir (MacMahon, 1990).

Bu araştırmada amacımız, son yıllarda anne-babaların ve çocukların rağbet ettiği, yaz tatillerinde çeşitli yaş gruplarında 20-25 günlük dönemlerde farklı spor branşlarında yaz spor okullarına katılan çocukların nevroitik, davranış ve diğer davranış sorun

düzeylerinin belirlenmesinin yanı sıra; söz konusu ruhsal uyumun alt faktörlerinin farklı değişkenlere (yaş, cinsiyet, yapılan spor branşının türü) göre incelenmesidir.

Yöntem

Araştırma grubunu Denizli Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü Yaz Spor Okullarına katılan, yaş ortalaması $9,65 \pm 1,72$ olan farklı branşlarda (basketbol 41, voleybol 19, yüzme 27, masa tenisi 23) 61 erkek ve 49 kız olmak üzere toplam 110 çocuk oluşturmaktadır.

Veri toplama aracı olarak Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek çocukların annelerine uygulanarak çocukların ruhsal uyum verileri annelerinin değerlendirmeleri üzerinden elde edilmiştir.

Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı tarafından, ruhsal uyumu değerlendirmek amacıyla uygulanan çeşitli ölçeklerden ülkemizde geçerli olacak sorular seçilerek geliştirilen, geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan bir ölçektir. Prof. Dr. Bahar Gökler ve Prof. Dr. Ferhunde Öktem tarafından 1985 yılında geliştirilmiştir. Ölçek, her çocukta olabilecek ruhsal belirtileri içeren 32 maddeden oluşmaktadır. Her madde için "Yok", "Biraz", "Çok" seçenekleri bulunmakta; puanlama, bu seçeneklerin karşılıkları olan 0,1,2 puanlar toplanarak yapılmaktadır. Ölçekte uyum saptamak amacıyla 24 sorunun yanı sıra, kekemelik, tik, tırnak yeme, parmak emme, kaka kaçırma, yatağa işeme ya da okul başarısızlığı gibi 7 ruhsal belirti bulunmaktadır. Tek rakamlı maddeler nevroitik problemleri, çift rakamlı maddeler davranış sorunlarını göstermektedir. Toplam ölçek üzerinden 25. Maddeye kadar olan puanlar toplanmaktadır 13 ve yukarısında puan alınması durumunda "ruhsal bir sorun varlığından söz edilebilir" denilmektedir. Ruhsal Uyum Ölçeği çocukların ruhsal uyum düzeylerini belirlemek için,

1. Nevrotik sorunlar
2. Davranış sorunları
3. Diğer davranış sorunları olmak üzere üç faktör içermektedir.

Nevrotik özellik olarak: 12 soruda, sıkılganlık çekingenlik ve güvensizlik, korkaklık ve ürkeklik, bencillik ve paylaşmama, kendi başına bir şey yapamama, gece korkmak ve yalnız yatamama, kaygılı ve kuruntulu olma, arkadaşsız olma ve yalnız oynama, okula isteksiz gitme, durgun ve içine kapalı olma, neşesiz ve mutsuz olma, dikkatsizlik gibi özellikler yer almaktadır.

Davranış bozukluğu olarak: 12 soruda, hareketlilik ve yerinde duramama, sinirlilik ve çabuk kızma, kıskançlık, inatçılık ve söz dinlememe, yalan söyleme, kendine ait olmayan şeyleri izinsiz alma, yaşlıları ile geçinememe, cezadan etkilenmeme ve uslanmama, kavgacı ve saldırgan olma, kırıcı ve zararlı olma, sorumsuzluk ve kendi işini yapamama, gereksiz titizliğe sahip olmak gibi özellikler yer almaktadır.

Diğer problemler olarak: 7 soruda kekemelik, tik, tırnak yeme, parmak emme, kaka kaçırma, yatağa işeme, okul başarısızlığı gibi maddeler yer almaktadır (Ek-2).

Sunal, 2002 yılında yaptığı araştırmasında, Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeğinin güvenilirliğini sınamıştır.

Ölçeğin geneline ait Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı $r=0,86$ 'dır. Yapılan analizde Guttman Split-half güvenilirlik katsayısı 0.85, Spearman- Brown güvenilirlik katsayısı 0.87. Birinci yarı alpha değeri 0.78, ikinci yarı alpha değeri 0.69, iki yarı arasındaki korelasyon 0.77 olarak bulunmuştur. Total madde korelasyonları 0.20'nin üzerindedir ve yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. Tek ve çift numaralı maddelerinden oluşan iki yarısı birbirleriyle tutarlıdır ve ayrı ayrı güvenilirlikleri yüksek bulunmuştur. Ölçeğin geneline ait güvenilirlik katsayısı da yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. *Nevrotik alt boyutu* güvenilirlik analizi Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0.79, Guttman Split-half güvenilirlik katsayısı 0.76, Spearman-Brown güvenilirlik katsayısı 0.80, birinci yarı alpha değeri 0.74, ikinci yarı alpha değeri 0.52, iki yarı arasındaki korelasyon 0.66 olarak bulunmuştur. Total madde korelasyonları 0.20'nin üzerindedir ve yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. *Davranış Alt Boyutu* Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0.82, Guttman Split-half güvenilirlik katsayısı 0.82, Spearman-Brown güvenilirlik katsayısı 0.83, birinci yarı alpha değeri 0.72, ikinci yarı alpha değeri 0.67, iki yarı arasındaki korelasyon 0.71 olarak bulunmuştur. Total madde korelasyonları 0.20'nin üzerindedir ve yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayılarının oldukça yüksek olması, güvenle kullanılabileceği yönünde fikir vermektedir.

Verilerin analizinde SPSS 17.0 programı kullanılmış; tanımlayıcı istatistik, Bağımsız Örneklerde t-testi, korelasyon analizi, Kruskal Wallis h Testi yöntemlerinden yararlanılmıştır.

Bulgular

Tablo 1. Yaz spor okullarına katılan çocukların nevroitik sorun, davranış sorun, diğer davranış sorun ve yaş ortalama değerleri

	N	Min.	Maks.	\bar{X}	ss
Nevrotik sorunlar	110	,00	15,00	3,390	2,902
Davranış sorunları	110	,00	12,00	3,972	3,057
Diğer davranış sorunları	110	,00	4,00	,545	,852
Yaş	110	6,0	12,0	9,655	1,726

Yaz spor okullarına katılan çocukların nevroitik sorun düzeyi ortalamaları $3,39\pm 2,9$, davranış sorun düzeyi ortalamaları $3,97\pm 3,05$, diğer davranış sorun düzeyi ortalamaları $0,54\pm 0,85$ ve yaş ortalamaları $9,65\pm 1,72$ olarak bulunmuştur.

Tablo 2. Yaz spor okullarına katılan çocuklarda nevroitik sorun düzeyleri ve yaş ilişkisi

	Nevrotik Sorun	
	r	-,055
Yaş	p	,567
	N	110

Yaz spor okullarına katılan çocukların nevroitik sorun düzeyleri ile yaş arasındaki ilişki korelasyon analizi ile test edilmiş, nevroitik sorun ile yaş arasında negatif, düşük ve anlamsız ilişki bulunmuştur ($p>0,05$).

Tablo 3. Yaz spor okullarına katılan çocuklarda davranış sorun düzeyleri ve yaş ilişkisi

		Davranış sorun
Yaş	r	-,111
	p	,247
	N	110

Yaz spor okullarına katılan çocukların davranış sorun düzeyleri ile yaş arasındaki ilişki korelasyon analizi ile test edilmiş, davranış sorun ile yaş arasında negatif, düşük ve anlamsız ilişki bulunmuştur ($p>0,05$).

Tablo 4. Yaz spor okullarına katılan çocuklarda diğer davranış sorun düzeyleri ve yaş ilişkisi

		Diğer davranış sorun
Yaş	r	,098
	p	,308
	N	110

Yaz spor okullarına katılan çocukların diğer davranış sorun düzeyleri ile yaş arasındaki ilişki korelasyon analizi ile test edilmiş, diğer davranış sorun ile yaş arasında pozitif, düşük ve anlamsız ilişki bulunmuştur ($p>0,05$).

Tablo 5. Yaz spor okullarına katılan çocukların nevroitik sorun düzeylerinin branşlara göre karşılaştırılması

Branş	N	Sıra Ort.	SD	χ^2	p
Basketbol	41	59,15	3	2,529	,470
Voleybol	19	59,87			
Yüzme	27	53,89			
Masa tenisi	23	47,28			

Yaz spor okullarına katılan çocukların nevroitik sorun düzeyleri branşlara göre Kruskal Wallis h testi ile karşılaştırılmış, nevroitik sorun düzeylerinde branşlara göre anlamlı farklılıklar bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 6. Yaz spor okullarına katılan çocukların davranış sorun düzeylerinin branşlara göre karşılaştırılması

Branş	N	Sıra Ort.	SD	χ^2	p
Basketbol	41	58,30	3	,806	,848
Voleybol	19	52,66			
Yüzme	27	56,37			
Masa tenisi	23	51,83			

Yaz spor okullarına katılan çocukların davranış sorun düzeyleri branşlara göre Kruskal Wallis h testi ile karşılaştırılmış, davranış sorun düzeylerinde branşlara göre anlamlı farklılıklar bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 7. Yaz spor okullarına katılan çocukların diğer davranış sorun düzeylerinin branşlara göre karşılaştırılması

Branş	N	Sıra Ort.	SD	χ^2	p
Basketbol	41	54,91			
Voleybol	19	57,39	3	1,287	,732
Yüzme	27	59,11			
Masa tenisi	23	50,74			

Yaz spor okullarına katılan çocukların diğer davranış sorun düzeyleri branşlara göre Kruskal Wallis h testi ile karşılaştırılmış, diğer davranış sorun düzeylerinde branşlara göre anlamlı farklılıklar bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 8. Yaz spor okullarına katılan çocukların nevrotik sorun düzeylerinin takım-bireysel spor yapma durumlarına göre karşılaştırılması

	Gruplar	N	\bar{X}	Ss	SD	t	p
Nevrotik Sorunlar	Takım sporu	60	3,73	3,03	108	1,361	,176
	Bireysel spor	50	2,98	2,71			

Yaz spor okullarına katılan çocukların nevrotik sorun düzeyleri takım-bireysel spor yapma durumlarına göre bağımsız örneklemelerde t testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere takım ve bireysel spor yapan çocukların nevrotik sorun düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 9. Yaz spor okullarına katılan çocukların davranış sorun düzeylerinin takım-bireysel spor yapma durumlarına göre karşılaştırılması

	Gruplar	N	\bar{X}	ss	SD	t	p
Davranış Sorunları	Takım sporu	60	4,08	3,11	108	,414	,680
	Bireysel spor	50	3,84	3,01			

Yaz spor okullarına katılan çocukların davranış sorun düzeyleri takım-bireysel spor yapma durumlarına göre bağımsız örneklemelerde t testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere takım ve bireysel spor yapan çocukların davranış sorun düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 10. Yaz spor okullarına katılan çocukların diğer davranış sorun düzeylerinin takım-bireysel spor yapma durumlarına göre karşılaştırılması

	Gruplar	N	\bar{X}	ss	SD	t	p
Diğer Davranış Sorunları	Takım sporu	60	,56	,90	108	,285	,777
	Bireysel spor	50	,52	,78			

Yaz spor okullarına katılan çocukların diğer davranış sorun düzeyleri takım-bireysel spor yapma durumlarına göre bağımsız örneklemelerde t testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere takım ve bireysel spor yapan çocukların diğer davranış sorun düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 11. Yaz spor okullarına katılan çocukların nevrotik sorun düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	\bar{X}	ss	SD	t	p
Nevrotik Sorun	Erkek	61	3,50	2,68	108	,471	,638
	Kız	49	3,24	3,17			

Yaz spor okullarına katılan çocukların nevrotik sorun düzeyleri cinsiyete göre bağımsız örneklemelerde t testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere yaz spor okullarına katılan çocukların nevrotik sorun düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 12. Yaz spor okullarına katılan çocukların davranış sorun düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	\bar{X}	Ss	SD	t	p
Davranış Sorun	Erkek	61	4,19	3,22	108	,856	,384
	Kız	49	3,69	2,84			

Yaz spor okullarına katılan çocukların davranış sorun düzeyleri cinsiyete göre bağımsız örneklemelerde t testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere yaz spor okullarına katılan çocukların davranış sorun düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 13. Yaz spor okullarına katılan çocukların diğer davranış sorun düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	\bar{X}	ss	SD	t	p
Diğer Davranış Sorunları	Erkek	61	,62	,89	108	1,064	,290
	Kız	49	,44	,79			

Yaz spor okullarına katılan çocukların diğer davranış sorun düzeyleri cinsiyete göre bağımsız örneklemelerde t testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere yaz spor okullarına katılan çocukların diğer davranış sorun düzeylerinde cinsiyete göre anlamlı farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Tartışma ve Sonuç

Elde edilen bulgulara göre araştırma grubumuzda farklı spor branşlarında yaz spor okullarına katılan 6-12 yaş grubundaki çocukların genel olarak nevrotik sorun düzeyi ortalamaları $3,39\pm 2,9$; davranış sorun düzeyi ortalamaları $3,97\pm 3,05$ ve diğer davranış sorun düzeyi ortalamaları $0,54\pm 0,85$ olarak bulunmuştur.

Araştırma grubumuzun genel ruhsal uyumun faktörleri olan nevrotik, davranış ve diğer davranış sorunları ortalama bazında düşük görülmektedir. Ancak az da olsa bazı uyumsuzların var olduğu belirlenmiştir.

Resmi ve özel kurumların organize ettiği ve son yıllarda artan bir ilgi gören ve buna bağlı olarak da katılımın arttığı yaz spor okullarının temel amacı çocukların fiziksel, zihinsel, psikolojik ve sosyal gelişim yönlerine katkı sağlamaktır. Şüphesiz ki bu organizasyonlara katılan çocuklar için özel yapılandırılmış programlar, çocuklarda düşük, orta ya da yüksek, hangi düzeyde olursa olsun ruhsal uyumsuzluklara olumlu etki yapabilir.

Günümüzde spor, içinde yaşadığımız toplumsal yaşamdan ayrı düşünülmemektedir. Spor sosyolojisi ve spor psikolojisi alanlarında yapılan araştırmalar, sporun toplumsal yapının bir yansıması olduğunu göstermektedir. Spor kişilerin sosyal, bedensel, zihinsel ve ruhsal gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Bireyin kişiliğinin gelişmesinde, karakterinin şekillenmesinde, kendine olan güveninin artmasında, sosyal bir insan olmasında, pratik düşünme yeteneğinin gelişmesinde, zihinsel olduğu kadar, bedensel ve ruhsal olarak da sağlıklı olabilmesinde önemli etkisi bulunmaktadır.

Çocuklar ve gençler akran gruplarıyla beraber, psikososyal gelişim ve değişim kapsamında sürekli etkileşim halindedirler (Newcomb & Bagwell, 1996; Rubin, Bukowski & Parker, 1998).

Sportif katılım çocukların öz algılama seviyelerini artırarak, moral gelişimlerini, duygusal yönetimlerini, okul tutumlarını ve başarılarını düzenlemekte, sağlık ve toplumsal uyumsuzluk problemlerini azaltmaktadır. Açıkçası spor ve diğer şekillerdeki fiziksel aktivite bireylerin hayatlarına önemli oranda pozitif katkı sağlayabilmektedir. Ayrıca sportif katılımın sağlanmasında aileler, çocukları için sporun fiziksel, sosyal, duygusal ve zihinsel faydalarını temel sebep olarak görmekteyler (Humphrey, 1993).

Spor literatüründeki egzersiz ve duygusal mutluluk ilişkisi hakkındaki temel odaklanma noktaları, sportif katılım ve endişe, depresyon, öz-saygı ve psikososyal stres üzerine olmuştur (Biddle, 1992). Çünkü ruh sağlığı alanında yaygın görülen bu problemlerin egzersiz ve sportif katılım yoluyla azalacağı ve self-concept seviyesinin artabileceği fikri ilgi çekmiştir (Donaldson & Ronan, 2006).

Ruhsal problemlerin etkisi sadece yetişkinlerle sınırlı değildir (Cantwell,1982). Çocuk ve gençlerde egzersizin ve sportif katılımın duygusal ve davranışsal problemlerini düşürdüğüyle ilgili çalışmalar mevcuttur. Araştırmalar spor ortamlarının sosyalleşme fırsatları sağlayabileceğine ve benzer, yaşam alanlarındaki diğer önemli ayarlamalara katkı sağladığını göstermektedir (Smith & Smoll, 1991). Ayrıca düzenli yapılan egzersizin aynı zamanda psikolojik veya duygusal mutluluğu olumlu etkilemekte olduğunu ve bu nedenle bazı psikolojik hastalıkların tedavisinde ek terapi olarak kullanıldığı bilinmektedir (Pelham, vd. 1993). Çocuklar ve gençler bu yolla akranlarıyla işbirlikçi ilişkiler kurabilmekte ve aralarındaki duygusal ihtiyacı karşılayabilmektedirler (Estrada, Geltand & Hartmann, 1988).

Spor eğitimi ve ruhsal uyum konularında ülkemizde yapılan deneysel çalışmaların bazılarında aşağıda değinilmiştir.

Şenduran (2008), 183 öğrenci üzerinde yaptığı araştırmasının bulgularından hareketle, düzenli spor yapan öğrencilerin spor yapmayan akranlarına göre daha fazla kendileri ve çevresiyle uyum içerisinde olduklarını, kendileri ile barışık olduklarını ve çevresi tarafından sevildiklerini belirtmektedir.

İlhan (2007), "Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve spor aktivitelerinin ruhsal uyum düzeylerine etkisi" adlı doktora tezinde, araştırma grubunu, uygulama ve kontrol grubu olarak 2'ye ayırarak, uygulama grubunu 20 haftalık özel beden eğitimi programına dâhil etmiştir. Çocukların annelerinden ve öğretmenlerinden, Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği aracılığıyla elde ettiği verilerle, uygulama grubunda yer alan ve düzenli beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılan çocukların nevroitik ve davranış sorunlarında, kontrol grubuna göre azalan bir fark olduğu ve farkın uygulama grubu lehine anlamlı olduğunu bulmuştur.

İlhan & Gencer (2009) "Çocuklarda Nevrotik Sorun Düzeyleri ve Badminton Eğitimi İlişkisine Yönelik Bir Araştırma" adlı çalışmalarında, 12 hafta boyunca düzenli badminton eğitim programı uyguladıktan sonra uygulama grubunun nevroitik sorunlarında kontrol grubuna göre anlamlı bir azalma olduğunu tespit etmişlerdir.

Benzer araştırmaların bulgularına bakıldığında; 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 ve olumlu davranışlar geliştirmede önemli katkılar sağlandığını ortaya koymaktadır (Büyükyazı vd. 2003, Kapıkıran, 1993, Suveren, 1991).

Araştırmamızda yaz spor okullarına katılan çocukların nevroitik, davranış ve diğer davranış sorun düzeylerinin belirlenmesinin yanı sıra; söz konusu ruhsal uyumun alt faktörlerine farklı değişkenlere (yaş, cinsiyet, yapılan spor branşının türü) göre de bakılmıştır. Sonuç olarak araştırma grubunda ele aldığımız çocukların ruhsal uyum bileşenlerinin (nevroitik, davranış ve diğer davranış) takım-bireysel spor yapma, cinsiyet ve yaşa göre farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Araştırmamızda yaz spor okuluna katılan çocukların ruhsal uyum özellikleri ortalama düzey bazında ve farklı değişkenler bazında betimlenmiştir. Bu konuda deneysel çalışmalar yapılması ve program içeriklerinin de bu organizasyonların başlangıcında çocukların özellikleri temelinde yapılandırılması önerilebilir.

Kaynaklar

- Altınköprü, T.** (2003). *Çocuğun başarısı nasıl sağlanır*. İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Biddle, S.** (1992). Exercise psychology. *Sport Science Review*, 1(2), 79-92.
- Büyükyazı, G., Saraçoğlu, S., Karadeniz, G. & Çamlıyer, H.** (2003). Sedanterler ile veteran atletlerin çeşitli değişkenlere göre atılganlık düzeylerinin karşılaştırılması. *Gazi Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 13-24.
- Cantwell, D. P.** (1982). *Childhood depression. Advances in Clinical Child Psychology*. New York: Plenum Pres.
- Doğan, O., Gülmez, H., Ketenoğlu, C., Kılıçkap, Z., Özbek, H. & Akyüz, G.** (1995). *Ruhsal bozuklukların epidemiyolojisi*. Sivas: Dilek Matbaası.
- Donaldson, S. J & Ronan, K. R.** (2006). The effects of sports participation on young adolescents' emotional well-being. *Adolescence*. 41(162), 369-389.
- Estrada, A. M., Geltand, D. M. & Hartmann, D. P.** (1998). *Children's sport and development of social behaviors*. Illinois: Human Kinetics.
- Güneş, A.** (2001). *Okullarda beden eğitimi ve oyun öğretimi*. Ankara: Pegem Yayınları.
- Humphrey, J. H.** (1993). *Sports for children: A guide for adults*. Illinois: Charles C. Thomas Publisher.
- İlhan, E.L.** (2007). *Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve spor aktivitelerinin ruhsal uyum düzeylerine etkisi* (Yayımlanmamış doktora tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İlhan, L. & Gencer, E.** (2009). Çocuklarda nevrotik sorun düzeyleri ve badminton eğitimi ilişkisine yönelik bir araştırma. 4. *Raket Sporları Sempozyumu Bildiriler Kitabı* (94- 101). Kocaeli: Kocaeli Üniversitesi.
- Newcomb, A. F. & Bagwell, C. L.** (1996). *The developmental significance of children's friendship relations*. New York: Cambridge University Press.
- Kapıkıran, S.** (1993). *İçten ve dıştan denetimliliğe sahip ergenlerin atılganlık düzeyinin saptanması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Koptagel, İ.G.** (1991). *Tıpsal psikoloji*. Ankara: Güneş Yayınları.
- Nazik, B.** (2003). *Çocuk ruh sağlığı*. İstanbul: Ya-Pa Yayınları.
- MacMahon, D. J.** (1990). The psychological basic of exercise and the treatment of delinquent adolescents. *Sports Medicine*, 9 (6), 344-351.
- Özoğlu, S. Ç.** (1997). *Spor psikolojisi ve gelişmeler*. Ankara: Bağırhan Yayımevi.
- Öztürk, F.** (1998). *Toplumsal boyutlarıyla spor*. Ankara: Bağırhan Yayımevi.
- Pelham, T. W., Campagna, P. D., Ritvo, P. G. & Birnie, W. A.** (1993). The effects of exercise therapy on clients in a psychiatric rehabilitation program. *Psychosocial Rehabilitation Journal*, 16(4), 75-84.
- Rubin, K. H., Bukowski, W. M. & Parker, J. G.** (1998). *Peer interactions, relationships, and groups*. New York: Wiley.
- Smith, R. E. & Smoll, F. L.** (1991). Behavioral research and intervention in youth sports. *Behavior Therapy*, 22(3), 329-344.
- Sunal, Ş.** (2002). *Okul öncesi dönemi işitme engelli çocukların ruhsal uyum düzeylerinin incelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

- Suveren, S.** (1991). Sporu teşvik eden ekonomik ve sosyal faktörler. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi* (Beden Eğitimi Spor Özel Sayısı), 7(1), 191.
- Şenduran, F.** (2008). Sporcu olan ve sporcu olmayan ortaöğretim öğrencilerinin uyum becerileri. *10. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Sözel Bildiriler Kitabı* (189-191). Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Yavuzer, H.** (1999). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yetim, A. A.** (2005). *Sosyoloji ve spor*. İstanbul: Yaylacık Matbaası.
- Yörükoğlu, A.** (2002). *Çocuk ruh sağlığı*. İstanbul: Özgür Yayıncılık.