

## **BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ ÖZEL YETENEK SINAVINA KATILAN ÖĞRENCİLERDE BENLİK SAYGISI VE DUYGUSAL ZEKA**

**Tamer KARADEMİR, Enver DÖŞYILMAZ**

*Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, BESYO, Kahramanmaraş, Türkiye.*

**Bilal ÇOBAN**

*Fırat Üniversitesi, BESYO, Elazığ, Türkiye.*

**M. Emin KAFKAS**

*İnönü Üniversitesi, BESYO, Malatya, Türkiye.*

### **Özet**

*Bu araştırma, beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü özel yetenek sınavına giren adayların, kendileri ile ilgili algılamalarını içeren benlik saygıları ve sosyal etkileşimlerde duygusal becerileri kullanabilme yeteneklerini içeren duygusal zeka düzeylerinin bazı sosyo-demografik özelliklere göre değerlendirilmesi amacıyla yapılmıştır. Bu amaçla, araştırmaya gönüllü olarak katılmak isteyen ve sınava başvuran 124 erkek, 46 bayan toplam 170 kişiye; benlik saygısı ölçeği (Rosenberg's Self Esteem Scale (RSES)) ve duygusal zeka ölçeği (Schutte Emotional Intelligence Scale (SEIS)) uygulanmıştır. Verilerin analizinde, SPSS paket programından yararlanılmıştır ( $p < 0,05$ ). Araştırma sonucu, yaş, sosyal ve sportif etkinliklere katılım, aile tipi, aile tutum ve davranış şekillerinin benlik saygısı ve duygusal zeka düzeylerini etkileyen ortak değişkenler olduğu tespit edilmiştir.*

***Anahtar kelimeler:** Beden Eğitimi, Benlik Saygısı, Duygusal Zeka, Aile Tutumu, Sosyal ve Sportif Etkinlik*

## **THE SELF ESTEEM AND EMOTIONAL INTELLIGENCE OF STUDENTS WHO PARTICIPATE IN SPECIAL ABILITY EXAMINATIONS IN ORDER TO ATTEND THE DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT**

### **Abstract**

*The present study aims to evaluation the self esteem levels which include perception in connection with themselves and emotional intelligence levels which involves the use emotional skills in social interactions according to some socio-demographic variables. The present study administered Rosenberg's Self Esteem Scale (RSES) and Schutte Emotional Intelligence Scale (SEIS) to 124 males and 46 females, a total of 170 voluntary people who participated in the special ability examinations in order to attend physical education and sport teaching*

departments at university. Analysis of the data was made with SPSS program ( $p < 0,05$ ). As a result, age, participation in social and sporting events, family type, family attitudes and behavior which affect their self-esteem and emotional intelligence levels were found to be the common variables.

**Key Words:** Physical Education, Self Esteem, Emotional Intelligence, Attitude of the Family, Social and Sports Activity

## 1. Giriş

Günümüz toplumunda hızlı gelişim ve değişime uyum, bireyin ruhsal yapısını etkileyen etkenler arasındadır. Bu uyumun sağlıklı olabilmesi için, karşılaşılan sorunlarla başa çıkma yöntemlerini sağlayacak sağlıklı bir kişilik ve duygusal gelişim olanaklarını sağlamak gerekecektir.

Bu öngöründe, eğitimin her alanında olduğu gibi, spor eğitimi alanında da hizmet verecek bireylerin değişim ve ilerleme sürecindeki gerekli uyumu sağlaması, nitelik ve kaliteyi yakalayabilmek için önemli görülmektedir.

İnsan ilişkilerinde, sosyal etkileşimlerden kaynaklanan problemlere uyum, kendisi ve çevresi arasında ahenkli bir ilişki kurabildiği oranda sağlıklıdır. Bireyin yaşamdan doyum sağlaması uyum yollarını öğrenmesine bağlıdır. Uyumsuzluk, hem birey açısından mutsuzluk hem de toplum açısından üretkenliğin azalması ve insan gücü kaynağının boşa harcanması anlamına gelmektedir (1).

Kişilik özellikleri gelişmiş, kendi duygularını kontrol edebilirken başkalarının duygularını da iyi analiz edebilen, yenilikçi, farkındalığı yüksek, empati kurabilen, benlik saygısı gelişmiş ve yüksek duygusal zeka özelliklerine sahip bireylerin sorunların üstesinden gelebilmede önemli bir etkiye sahip olacağı söylenebilir.

Beden eğitimi ve spor bölümlerinden mezun olan kişiler öğretmen, antrenör, spor yöneticiliği gibi görevler üstlenebilmektedirler. Dolayısıyla hem sporun geniş kitlelere yaygınlaştırılmasında hem de ülke sporuna yetenekli sporcuların kazandırılması ve yönlendirilmesinde üstlenmiş oldukları görev kapsamında, öğrencilerin veya sporcularının benlik saygısı ve duygusal zeka gelişmelerine katkıları olumlu yansımalar gösterebilecektir. Bunları gerçekleştirebilecek öğretmenlerin ise öncelikle kendi duygularını tanıma ve yönlendirme konusunda yeterli olan, duygusal zekası yüksek bir kişi olmasını gerektirecektir.

Kişilik özelliklerinin gelişmesi, bir geçiş dönemi olan ergenlikte ayrı bir önem kazanmaktadır. Milli Eğitim Bakanlığına göre ergenlik, buluş çağına erme sebebi ile biyo-psikolojik bakımdan çocukluğun sonu ile toplum hayatında sorumluluk alma dönemi olan çocukluk ve genç yetişkinlik arasında kalan 12-24 yaşları arasındaki gruptur. Ergenlik döneminde, kişilik gelişiminin en belirgin görüntüleri gencin düşünsel, zihinsel, duygusal, fizyolojik ve toplumsal ilişkilerinde ve davranışlarında ortaya çıkmaktadır (2,3).

Bu yönü itibarıyla yetişkinliğe geçiş sürecinde kimlik arayışı içerisinde olan bireylerin kendileri ile ilgili pozitif algılamaları ve duygusal becerilerini kullanabilme yeteneklerinin gelişimi için uygun yaklaşım tarzlarının sergilenmesi ve düzenlenmesi, bireyler açısından önemli olan bu özelliklerin gelişimine katkı sağlayabilecektir. Bu gelişime katkı sağlayabilecek kurumların başında ise aile ve okulu saymak mümkündür. Buna paralel olarak bireyde geliştirilmesi önemli görülen bu özelliklerin, kendisi ile ilgili olumlu algılamaları benlik saygıları ile ilişkiliyken, duygusal becerilerini kullanabilme kabiliyetleri duygusal zeka düzeyleri ile ilişki göstermektedir.

### **1.1. Benlik saygısı**

Benlik saygısından söz edebilmek için bireyde öncelikle bir benlik kavramının oluşması gerekmektedir. Oluşan bu benlik kavramına ilişkin olarak bireyin geliştirmiş olduğu tutum, aynı zamanda onun benlik saygısı düzeyini de belirlemektedir. Benlik kavramı insanın kendini algılayış ve kavrayış biçimidir (4). Benlik saygısı, benliğin duygusal yanı olup, kişinin kendini değerlendirmesi sonunda ulaştığı benlik kavramını onaylamasından doğan beğeni durumudur. Kişinin kendini beğenmesi, kendi benliğine saygı duyması için üstün nitelikli olması gerekmez. En geniş anlamıyla benlik saygısı, kişinin kendini gururlu, değerli, gayretli, etkin ve başarılı hissetmesidir (5). Beden eğitimi ve spor faaliyetleri ile bireylerde fiziksel gelişime paralel olarak benlik imgesi beğeni durumunu, kendine güven duygusunu ve yeterlik hissini kazandırmak dolayısıyla benlik saygılarının oluşumunda katkı sağlamak mümkün olabilecektir.

Kişinin kendisini olumlu olarak değerlendirmesi, önemli bir kişilik özelliği sayılmaktadır. Kendilerine saygı duyan kişiler, kendilerini saygıya ve kabul edilmeye değer, önemli ve yararlı kişiler olarak görme eğilimindedirler. Diğer yandan, kendilerini olumsuz olarak değerlendirenler ya da kendilerine saygısı düşük olanlar, kendilerini pek önemli olmayan, sevebilir özelliklerden yoksun, yeteneklerine güvenilmeyen kişiler olarak görme eğilimindedirler. Bu nedenle kişide kendisini olumlu değerlendirme eğiliminin gelişmesi önemli bir konudur (6,7).

Rosenberg (1965) benlik saygısını, kişinin kendine karşı pozitif veya negatif tavrı olarak ele alır. Kişi kendini birçok insandan daha üstün görebilir, fakat kendine koyduğu standartlara göre ise, yetersiz görebilir. Kişi kendini değerlendirmede olumlu bir tutum içindeyse benlik saygısı yüksek, olumsuz bir tutum içindeyse, benlik saygısı düşük olmaktadır (8). Chrzanowski, benlik saygısını en geniş anlamıyla, kişinin yeti ve güçlerinin iyi bir değerlendirmesine dayanan, kendisiyle ilgili olumlu imgesi olduğu görüşündedir. Kişinin doğal özelliklerinden kabul edilen zeka, görünüm, beden yapısı gibi özellikler benlik saygısını etkileyebilmektedir (9). Coopersmith'in tanımıyla benlik saygısı, kimlik değerlendirmesini, savunma mekanizmasını ve bu olguların değişik görünümünü içeren, karmaşık bir kavramdır. Ona göre benlik saygısı, kişinin tavır ve davranışlarını belirleyen, kendi hakkındaki değerlendirmeleri (10) ve çevresinde etkileşim halinde olduğu insanların anlayışlarıyla etkilenen, bireyin bir iç imajıdır (11). Kassin (1998) ise, düşük benlik saygısına sahip bireylerin, başarısızlığı bek-

leme, sinirli olma, daha az gayret gösterme gibi özellikler sergilediklerini ve yaşamdaki önemli şeyleri göz ardı edebileceklerini, ayrıca başarısız olduklarında kendilerine değersiz ve yetenezsiz gibi suçlamalarda bulunabileceklerini ifade etmiştir (12).

Bütün bu belirtilen hususlar dikkate alındığında benlik saygısının, kişinin kendisini değerlendirdiğinde, kendisinden memnun olup olmaması sonucu oluşan öznel bir olgu olduğu görülmektedir.

## 1.2. Duygusal zeka

Mayer ve Salovey duygusal zekâyı (EQ) ilk olarak, kişinin kendisinin ve diğerlerinin hislerini ve duygularını izleme, bunlar arasında ayırım yapma ve bu bilgiyi düşünce eylemlerinde kullanma becerisini içeren sosyal zekânın bir alt kümesi olarak tanımlamıştır (13). Duygusal zekâ, duyguların gücünü ve hızlı algılayışını, insan enerjisi, bilgisi, ilişkileri ve etkisinin bir kaynağı olarak duyumsama, anlama ve etkin biçimde kullanma yeteneği olarak ifade edilmiştir (14).

Duygusal zekâ (EQ), kendimizin ve başkalarının duygularını tanımayı ve değerlendirmeyi öğrenmemizin yanı sıra duygulara ilişkin bilgileri ve duyguların enerjisini günlük yaşantımıza ve işimize etkin bir biçimde yansıtarak uygun tepkiler vermeye yardımcı olan zekâ alanıdır (15). Duygusal zekâ duyguların akıllıca kullanımı yani davranışlarımızı yönlendirmek için duygularımızdan yararlanarak olumlu sonuçlar elde etmeye çalışmaktır. Yapılan iş ne kadar karmaşıkça, duygusal zekanın önemi o kadar artmaktadır. Kontrol edilemeyen duyguların, akıllı insanların verimliliğini büyük ölçüde düşürebildiği gözlemlenmektedir (16). Intelligence Quotient (IQ)'su yüksek kişiler başarısız olabilirken, duygusal zekası (EQ) yüksek kişiler, çok iyi yerlere gelebilmektedirler.

Duygusal zekânın farklı mesleki alanlarda yarar sağlaması elbette mümkündür. Fakat bazı meslek dallarında duygusal zekânın daha büyük önem taşıdığı bilinmektedir. Hangi mesleklerde duygusal zekânın daha büyük önem taşıdığı konusunda David Caruso, yaptığı bir araştırmanın ardından bir liste hazırlamıştır. Bu listeye göre, duygusal zekânın en yüksek düzeyde önemli olduğu meslek mensuplarından biriside eğitim alanında görev yapan öğretmenlerdir (17).

Duygusal zekâyâ sahip olan beden eğitimi öğretmenleri önemseme, empati kurma, karşındakilerin duygularını anlayabilme ve eğitimsel ortamda öğrencilerin ihtiyaçlarını daha iyi tanıma gibi yeteneklere sahip olurlar. Sporsal faaliyetlerde ise sporcularını/öğrencilerini tanıyan ve ihtiyaçlarını bilen, onların güçlü ve zayıf yanlarının farkında olan, yarışma ortamında ise duygularını kontrol etmede zorluk çekmeyen kişiler olacaktır. Özellikle müsabaka ortamında sporcuların/öğrencilerin psikolojik mücadele içerisine girdikleri düşünüldüğünde, bu durumdan başarıyla ayrılabilme, gereken ön koşulları bilen ve uygulayabilen bir durumda olmalarını gerektirecektir. Bu nedenle beden eğitimi öğretmeni (spor yöneticisi, antrenör) yarışmada yaşanan durumları, antrenman planlamasında benzer şekilde oluşturabilmeli, sporcunun/

öğrencinin deneyimlerini artırabilmeli ve olumlu duygular, doğru algılama, mücadele isteği uyandırmayı sağlayıp, olumsuz tepkileri önceden engellemeye çalışabilmelidir. Çünkü sportif başarı, fiziksel, zihinsel ve psikolojik performansın etkisi altındadır. Bu nedenle duygusal eğitime çocuk ve gençlerin fiziksel antrenmanlara başladıkları ilk andan itibaren başlamak gerekir. Çünkü genetik olarak sabit olan IQ'nun aksine, duygusal zekanın öğrenilme olasılığı fazladır. Bu da sporcusunu/öğrencisini önemseyen, kendini onların yerine koyabilen yüksek duygusal zeka özelliklerine sahip öğretmenler ile daha mümkün görülmektedir. Önemseme öğretmen ve öğrenci arasında anlamlı bir ilişki oluşturmada etkili olabilmektedir. Dolayısıyla olumlu bir atmosfer ile öğrenmede istekli ve motivasyonları yüksek öğrencilerin oluşturulmasında zorluk yaşanmayabilecektir.

Okullardaki öğrenci danışmanlarının duygusal zekâları yüksek olduğu zaman, işlerini yapmakta çok daha başarılı oldukları görülmüştür (18). Çünkü duygusal zekâ insanların anlaşılması ve onlara yardım edilmesi yoluyla daha verimli çalıştırılmalarını sağlama konusunda önemli bir role sahiptir (19).

Duygusal zeka çalışmalarında; duygusal zekanın eğitimle geliştirilebileceği; duygusal zeka gelişiminin anaokulundan yüksek öğretime kadar tüm eğitim kademesinde önemli olduğu, öğrenmenin bireyin duygularından bağımsız olarak gerçekleşemeyeceği, duygusal zekanın geliştirilmesi durumunda, akademik zeka kapasitesinin daha etkili kullanılabileceği belirtilerek, öğretme-öğrenme sürecinde duygusal zeka alanını geliştirmeye yönelik eğitim etkinliklerine ağırlık verilmesi gerektiği vurgulanmaktadır. Duygusal zeka yaşamın tüm alanlarında başarının mihenk taşı olarak ele alınmaktadır (14,20). Duygusal zekanın gelişimi bilişsel gelişime paralel olarak gerçekleşmektedir. Bu bağlamda bireyin çevresi ile ilişki kurmaya başladığı andan itibaren duygusal zekanın da gelişimi söz konusudur (21).

Duyguları yönetme kavramının eskiden beri var olmasına karşılık günümüz insanının bu konuda önemli bir zafiyeti söz konusudur. Yapılan bir araştırmaya göre Amerika'da 1997-1998 yıllarında ergenlik dönemi (6-12. sınıflardaki) 973 öğrencinin okula silahla gittiği tespit edilmiştir (22). Bu öğrencilerin % 45' i okula silahla 6 veya daha fazla kere gitmiş, % 51' i öğretmenlerini tehdit ettiklerini söylemişler, % 63' ü de arkadaşlarını tehdit ettiklerini söylemişlerdir. Ayrıca okullarda silahların kullanıldığı pek çok saldırı söz konusu olmuş, bu saldırılarda öğrenciler ve öğretmenler yaralanmış veya ölmüşlerdir. Bu durum küçük yaşlardan itibaren günümüz insanlarının duygularını kontrol etmekte başarısız olduklarını göstermektedir. Bu problemin çaresi insanlara duygularını yönetme eğitimi vermektir. Bilimsel araştırmalar duyguları yönetmenin mümkün olduğunu göstermektedir (23). Kişinin kendi duygularını yönetme kabiliyeti onu duygularının esaretinden kurtaracaktır (24). Amerika'da bir okulda çocuklara kızgınlık, hayal kırıklıkları ve yalnızlık duygularını nasıl yönetecekleri konusunda eğitim verilmiştir. Bu çalışmanın ardından okuldaki öğrenciler arasında ortaya çıkan kavgaların neredeyse sıfıra indiği görülmüştür (25).

Değişen ve gelişen dünyayla beraber bireylerin daha donanımlı bir şekilde yetişmelerini gerektirmektedir. Onların donanımlı bir şekilde yetişmelerinde etkili olan kurumlar arasında olan aile ve okulun, bireyin benlik saygı ve duygusal zeka düzeylerine etki edecek olumlu yaklaşım ve düzenlemelerle, onların hem eğitim süreçlerinde akademik başarılarına dolayısıyla mesleki yönden başarılı olmalarına, hem de çevre ve insan ilişkilerinde karşılaşılabilecekleri sorunların üstesinden daha kolay gelmelerine yardımcı olabilecektir.

Yapılan araştırma ile bireylerin benlik saygıları ve duygusal zeka düzeylerine etki eden faktörlerin tespit edilerek gerek eğitim kurumlarında gerekse ailedeki tutum ve davranışlara yönelik gerekli düzenlemelere yön verecek yaklaşımların belirlenmesi ve yapılacak çalışmalara ışık tutması amaçlanmıştır.

## 2. Çalışmanın Önemi

Kişilik ve duygusal gelişim, çocukluktan yetişkinliğe kadar önemli bir süreçtir. Bireyin kendini değerli bulması anlamına gelen benlik saygısı ve duygusal becerileri akıllıca kullanabilme yeteneği kabul edilen duygusal zeka düzeylerinin artırılmasına yönelik eğitim ve düzenlemeler, bireylerin kendileri, sosyal yaşantıda etkileşim halinde buldukları insan ilişkileri, spor eğitimi ve iş yaşantılarındaki başarıları için önemli bir gereklilik olarak düşünülmektedir. Hem kendi kimliğini oluşturma aşamasında hem de ruhsal sağlıkları açısından önemli olan bu süreçte, bireyleri olumlu ya da olumsuz etkileyen faktörlerin belirlenerek değerlendirilmesi ve olumsuzlukların nedenlerini araştırmayı amaçlayan çalışmaların yapılması, gerek bireysel gerekse toplumsal anlamda önemli görülmektedir.

Belirtilen amaçlar doğrultusunda yapılan bu araştırmada, Beden Eğitimi Öğretmenliği özel yetenek sınavına giren adayların benlik saygısı ve duygusal zeka düzeylerinin, bazı demografik değişkenler ile ilişkili olup olmadığının belirlenmesine çalışılmıştır.

## 3. Materyal ve Yöntem

Yapılan araştırmada çalışma evrenini, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu (BESYO), Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümüne girebilmek için düzenlenen özel yetenek sınavlarına katılan 124 erkek, 46 bayan olmak üzere toplam 170 aday öğrenci oluşturmuştur. Çalışma için ayrı bir örneklem grubu oluşturulmamış, özel yetenek sınavına giren adayların tamamı (araştırmaya katılımda gönüllü olup olmadıkları anketler dağıtılmadan önce sorulmuş ve olumlu onayları sözlü olarak alınmıştır) bu çalışmaya alınmıştır.

Yapılan araştırmada her iki ölçek sınava giren adaylara başvuru formu ile birlikte verilmiş ve süre sınırlaması yapılmamıştır. Başvuru formlarının geri teslim edilme aşamasında araştırmacı tarafından tekrar alınmıştır. Çalışma deseni olarak, kişilerin karakteristikleri, geçmişleri veya şimdiki davranışları hakkında bilgi edinmeyi ve be-

timlemeyi amaçlayan tarama (survey) metodu kullanılmıştır.

### **3.1. Veri Toplama Araçları**

1. Sosyo-demografik veri toplama formu: Kişinin kendisinin doldurduğu bu formda, 8 ayrı (yaş, cinsiyet, mezun olunan lise türü, lise mezuniyet derecesi, aile gelir seviyesi, sosyal ve sportif etkinliklere katılım durumu, aile tanımlaması, ailenin tutum ve davranış biçimi ) değişkene ait soru yer almaktadır.

2. Benlik Saygısı Ölçeği (Rosenberg's Self Esteem Scale (RSES)); 1965 yılında Rosenberg tarafından geliştirilmiştir. A.B.D.'de geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapıldıktan sonra birçok araştırmada kullanılmıştır. Ölçeęin Türkiye'deki standardizasyon çalışmaları, dil uyarlaması, geçerlilik ve güvenilirlik çalışması ise Çuhadaroğlu tarafından yapılmıştır (26). 63 maddeden oluşan ölçeğin 12 alt ölçeğinden, araştırmada sadece benlik saygısını ölçen birinci alt ölçek kullanılmıştır.

Benlik Saygısı Alt Ölçeęinde, Guttman ölçüm şekline göre düzenlenmiş on madde yer almaktadır. Her ifade 4'lü Likert tipi (çok doğru, doğru, yanlış, çok yanlış) seçenekler içermektedir. Olumlu ve olumsuz yüklü maddeler ardışık olarak sıralanmıştır. Ölçeęin kendi içindeki değerlendirme sistemine göre denekler 0 ile 6 arasında puan almaktadırlar. Sayısal ölçümlerle yapılan karşılaştırmalarda benlik saygısı yüksek (0-1) puan, orta (2-4) puan, düşük (5-6) puan olarak değerlendirilmektedir.

3. Duygusal Zeka Ölçeği (Schutte Emotional Intelligence Scale): Mayer ve Salovey'in (1990) duygusal zeka modeline dayanarak oluşturulmuş 33 maddelik bir self report ölçektir. Shutte (1998) ölçeği tek boyutlu olarak ele almıştır. Ölçeęin iç tutarlılığı alpha 0.90 olarak elde edilmiştir (27). Chan'in araştırmasında da bu ölçeğin güvenilirliği (Cronbach Alpha=0.82) yüksek bulunmuştur (28).

Ölçek, (1 puan) kesinlikle katılmıyorum, (2 puan) katılmıyorum, (3 puan) orta derecede katılıyorum, (4 puan) katılıyorum ve (5 puan) kesinlikle katılıyorum şeklinde 5'li likert tipi bir derecelendirmeye sahiptir. Ölçekte yer alan olumsuz ifadeli sorular (5, 28, 33) değerlendirme sırasında ters puanlama yapılarak hesaplanmıştır. Ölçeęe verilen cevaplarda güvenilirliğini düşürdüğü tespit edilen 3 madde (8,11,26) değerlendirilmeye alınmamıştır.

### **3.2. Verilerin Analizi**

Beden Eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü özel yetenek sınavına giren toplam 170 adaydan anket yöntemi ile elde edilen veriler, çeşitli kategorilere göre değerlendirilmiş, SPSS [15,0] paket programı kullanılarak aşağıdaki istatistiksel analizler yapılmıştır:

1. Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği (RSES) ve Schutte Duygusal Zeka Ölçeği (SEIS) sonucu elde edilen verilere faktör analizi yapılmadan önce, faktör analizine uygunlukları KMO [Kaiser-Meyer-Olkin] ve Bartlett's (Bartlett's test of spheri-



city) testiyle test edilmiştir. Benlik saygısı (RSES) için; KMO = 0.72 ve Bartlett's sonucu  $\chi^2 = 731,257$  ( $p < 0.05$ ) duygusal zeka (SEIS) için; KMO = 0.89 ve Bartlett's sonucu  $\chi^2 = 2501,39$  ( $p < 0.05$ ) bulunmuştur. Ölçeklerin güvenilirliği için yapılan analizde, benlik saygısı (RSES) için; (*Cronbach-Alpha*) iç tutarlılık katsayısı 0.68, duygusal zeka (SEIS) için; (*Cronbach-Alpha*) iç tutarlılık katsayısı 0.92 bulunması, anket verilen cevaplardan elde edilen verilerin, değerlendirme için uygun olduğu sonucuna varılmıştır.

2. Örneklemin, demografik değişkenlerine göre dağılımını ortaya koymak amacıyla frekans ve yüzdelik hesaplamalar yapılmıştır.

3. Ölçekten alınan puanların, bağımsız değişkenlere bağlı farklılaşma düzeyini değerlendirmek için (denek sayısı yeterli olmasına rağmen, normallikten uzak bir dağılım gösterdiği için, non parametrik testler kullanılmıştır) ; ikili karşılaştırmalarda Mann-Whitney U testi (MW U), ikiden fazla grup ortalamalarının değerlendirilmesinde Kruskal Wallis (KW) varyans analizi uygulanmıştır. Uygulanan ölçekler arası ilişki düzeyinin belirlenmesi için korelasyon testine tabi tutulmuş Spearman sıra korelasyon (Spearman rank correlation) katsayısı kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık derecesi alfa ( $\alpha$ ) yanılma düzeyi  $p < 0.05$  olarak kabul edilmiştir.

#### 4. Bulgular

Araştırma sonucu örneklem grubundan elde edilen veriler, gruba ait demografik özelliklerin ve ailesi ile ilgili tanımlayıcı bilgilerinin bulunduğu, frekans ve yüzde oranlarının verilerek tablolaştırılmış şekli aşağıda sunulmuştur.

**Tablo 1. Örneklem grubuna ait demografik tanımlayıcılar**

Değişkenler	Sayı ( n )	Yüzde ( % )
<b>Yaş</b>		
18 yaş altı	11	6,5
18 -20 yaş	73	43,0
21 -23 yaş	56	32,9
24 ve üzeri yaş	30	17,6
<b>Cinsiyet</b>		
Bayan	46	27,1
Erkek	124	72,9
<b>Mezun olunan Okul</b>		
Meslek lisesi	29	17,1
Normal lise	125	73,5
Anadolu-Fen lisesi	16	9,4
<b>Mezuniyet derecesi</b>		



<i>Kötü</i>	9	5,3
<i>Orta</i>	94	55,3
<i>İyi</i>	58	34,1
<i>Çok iyi</i>	9	5,3
<b>Sosyal ve sportif etkinliklere katılım</b>		
<i>Evet</i>	149	87,6
<i>Hayır</i>	21	12,4
<b>Toplam</b>	<b>170</b>	<b>100,0</b>

Araştırma grubunun yaş dağılım oranlarına bakıldığında, 18 yaş altı %6,5, 18–20 yaş aralığında % 43, 21–23 yaş aralığında % 32,9, 24 ve üzeri yaş grubunda ise % 17,6 oranında dağılım olduğu tespit edilmiştir. Grubun cinsiyet değişkeninde % 27,1 bayan, % 72,9 oranında ise erkek katılımın olduğu belirlenmiştir. Araştırma grubunun % 17,1’ i meslek lisesi mezunu, % 73,5 normal lise ve % 9,4 oranında ise Anadolu- Fen lisesi mezunu oldukları belirlenmiştir. Grup mezuniyet derecelerini diploma derecelerine göre, % 5,3 ile kötü, % 55,3 ile orta, % 34,1 ile iyi, % 5,3 ile çok iyi olarak ifade etmişlerdir. Grubun sosyal ve sportif etkinliklere katılım gösterme durumları ile ilgili değişkende % 87,6 sı evet cevabını verirken, % 12,4 ü hayır cevabı vermiştir (tablo 1).

**Tablo 2. Örneklemin aile tanımlayıcı bilgileri**

<b>Değişkenler</b>	<b>Sayı (n)</b>	<b>Yüzde (%)</b>
<b>Aile tanımlaması</b>		
<i>Çekirdek aile</i>	97	57,1
<i>Geniş aile</i>	66	38,8
<i>Parçalanmış aile</i>	7	4,1
<b>Aile gelir durumu</b>		
<i>Düşük</i>	33	19,4
<i>Orta</i>	135	79,4
<i>Yüksek</i>	2	1,2
<b>Aile tutum davranışları</b>		
<i>Demokratik</i>	71	41,8
<i>Koruyucu</i>	61	35,9
<i>Otoriter</i>	29	17,1
<i>İlgisiz</i>	9	5,3
<b>Toplam</b>	<b>170</b>	<b>100,0</b>

Araştırma grubunun aileleri ile ilgili bazı tanımlayıcı bilgilerinde, grubun % 57,1 oranı ailelerini çekirdek aile yapısı olarak, % 38,8 i geniş aile yapısında, % 4,1 i ise parçalanmış aile olarak tanımladıkları tespit edilmiştir.

Grubun aile gelir durumlarının % 19,4 oranında düşük, % 79,4 orta, % 1,2 nin yüksek seviyede olduğu belirlenmiştir. Araştırma grubunun ailelerinin kendilerine

davranış biçimlerini % 41,8 oranında demokratik, % 35,9 oranında koruyucu, % 17,1 otoriter, % 5,3 oranında ise ilgisiz buldukları belirlenmiştir (tablo 2.).

**Tablo 3. Örneklem grubunun benlik saygısı (RSES) ve duygusal zeka düzeyinin (SEIS) istatistiksel tanımlayıcıları**

ÖLÇEKLER	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Benlik saygısı (RSES)	170	.00	6.00	.8059	.95643
Duygusal zeka (SEIS)	170	57.00	150.00	125.0412	13.46763

Araştırma grubunun uygulanan ölçeklere ait bazı tanımlayıcı istatistiklerinde; benlik saygısı ölçeği (RSES) puanı 0 ile 6 arasında olup ortalaması  $.8059 \pm .95643$  bulunmuştur. Duygusal zeka ölçeği (SEIS) puanı 57,00 ile 150,00 arasında ve ortalaması  $125,04 \pm 13.46$  olarak bulunmuştur (tablo 3.).

**Tablo 4. Örneklem grubunun RSES ve SEIS ölçek değerlerinin değişkenlere göre karşılaştırılması**

DEĞİŞKENLER	Benlik saygısı (RSES)			Duygusal zeka (SEIS)		
	$\bar{X}$	Sd $\pm$	(MW U) Z / (KW) X2	$\bar{X}$	Sd $\pm$	(MW U) Z / (KW) X2
Yaş						
18 yaş altı	1,90	1,81		111,8	18,9	
18-20 yaş	0,69	0,82	8,334	125,8	13,8	7,93
21-23 yaş	0,71	0,86		126,1	10,8	
24 ve üzeri yaş	0,83	0,74	(P=0,040)*	125,9	12,7	(P=0,047)*
Cinsiyet						
Bayan	0,69	1,05	-1,387	127,5	10,6	-1,80
Erkek	0,84	0,91	(P=0,165)	124,1	14,3	(P=0,071)
Mezun olunan okul türü						
Meslek lisesi	0,96	1,32	2,480	122,8	19,0	0,75
Normal lise	0,81	0,89		125,1	12,3	
Ana- fen lisesi	0,43	0,51	(P=0,289)	127,7	9,6	(P=0,687)
Mezuniyet derece						
Kötü	1,88	1,90		116,6	21,5	
Orta	0,84	0,91	9,077	124,7	12,9	4,20
İyi	0,65	0,73		126,9	9,4	
Çok iyi	0,33	0,50	(P=0,028)*	124,0	25,8	(P=0,240)

Sosyal ve sportif etkinlik katılımı			-2,923			-2,48
Evet	0,70	0,85		126,1	12,8	
Hayır	1,52	1,32	(P=0,003)**	117,5	15,4	(P=0,013)*
Aile tanımlaması						
Çekirdek aile	0,67	0,82	20,881	124,4	12,8	13,56
Geniş aile	0,77	0,78		126,6	12,6	
Parçalanmış aile	3,00	1,52	(P=0,000)**	104,1	13,6	(P=0,001)**
Aile gelir durumu						
Düşük	0,96	1,33	2,416	124,7	13,4	1,00
Orta	0,77	0,84		125,0	13,5	
Yüksek	0,00	0,00	(P=0,299)	132,5	4,9	(P=0,605)
Aile tut. Davranış						
Demokratik	0,54	0,62		127,8	10,0	
Koruyucu	0,73	0,70	11,453	127,7	11,6	27,66
Otoriter	1,17	1,16		121,4	9,4	
İlgisiz	2,11	2,08	(P=0,010)*	95,6	21,6	(P=0,000)**

\*\*(<math>P</math><math><0,01</math>) \*(<math>P</math><math><0,05</math>)

Araştırma grubunun bazı demografik değişkenlere bağlı olarak benlik saygı ve duygusal zeka düzeylerinde anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını öğrenmeye yönelik yapılan analizde, yaşa bağlı karşılaştırmalarda hem benlik saygısı hem de duygusal zeka düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir. Cinsiyete ve mezun olunan okul türü değişkenine bağlı olarak istatistiki herhangi bir fark gözlemlenmezken, mezuniyet derecelerine göre benlik saygı düzeylerinde fark anlamlı iken duygusal zeka düzeylerindeki fark istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur ( $p<0,05$ ).

Grubun sosyal ve sportif etkinliklere katılım değişkenine göre yapılan istatistiksel karşılaştırmalar sonucu hem benlik saygısı ( $p<0,01$ ), hem de duygusal zeka düzeylerindeki farkın anlamlı olduğu gözlemlenmiştir ( $p<0,05$ ).

Grubun aileleri ile ilgili bazı değişkenlere göre yapılan karşılaştırmalarda, ailesini çekirdek aile, geniş aile veya parçalanmış aile olarak ifade ettikleri verilerde her iki ölçek puanlarına ait düzey karşılaştırmalarında farkın anlamlı olduğu gözlemlenmiş ( $p<0,01$ ), aile gelir durumlarının ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark oluşturmadığı bulunmuştur. Ailelerinin kendilerine tutum ve davranış şekilleri ise benlik saygısı ve duygusal zeka düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark oluşturduğu tespit edilmiştir (tablo 4.).

**Tablo 5. Örneklem gurubunun RSES ve SEIS ölçeklerinin korelasyon dağılımı**

	Ölçekler	Tanımlayıcılar	RSES	SEIS
Spearman's rank correlation	RSES	r	1.000	-.347(**)
		p	.	.000
		N	170	170
	SEIS	r	-.347(**)	1.000
		p	.000	.
		N	170	170

\*\*( $p < 0.01$ )

Tabloya göre ölçekler arasında  $p < 0.01$  anlamlılık düzeyinde rastlantısal olmayan, anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir. RSES ile SEIS arasında  $r = -.347$  ( $p < 0.01$ ) negatif yönde güçlü olmayan fakat orta düzeyde doğrusal bir ilişki bulunmuştur (tablo 5.).

## 5. Tartışma ve Sonuç

Bireyin yaşamı büyük ölçüde içinde buldukları koşullara uyum gösterme süreci ile devam eder. Bu süreç, bir yandan yaşam boyunca devamlı bir değişme ve gelişme içerisinde olan bireyin kendisinde meydana gelen biyolojik, zihinsel, sosyal ve duygusal değişiklikleri kabul ederek, onlara uygun davranış ve tutumlar göstermesini, diğer yandan çevresindeki diğer insanlarla olumlu ilişkiler kurmasını kapsamaktadır.

Bireyde oluşan bu değişiklikler özellikle kimlik arayışı içinde olan ve toplumda herhangi bir rol üstlenmeye çalışan ergenlere etkisi bakımından önemli bir konudur. Gerek eğitim ve meslek hayatında gerekse sosyal yaşantıda bilgi ve becerilerini ortaya koyabilmede sorun yaşamayan, olaylara daha objektif yaklaşan, sosyal ilişkilerde daha başarılı olabilen ve karşılaşılan problemlere en sağlıklı şekilde çözüm yolları üretebilen, kendine güveni olan bireylerin varlığı, üretken ve sağlıklı bir toplum için önemli bir unsurdur. Bu doğrultuda, üniversite eğitimi amaçlayan ergenlerin, kendileri ile ilgili algılarına ve insan ilişkilerine yansıyan duygusal becerilerini kullanabilme özelliklerine etki edebileceği düşünülen bazı demografik değişkenler ele alınarak değerlendirilmeye çalışılmıştır.

Yapılan istatistiksel analizlere göre; grubun benlik saygısı ve duygusal zeka düzeyleri arasında korelasyon testi (Spearman rank correlation) sonucunda anlamlı bir ilişki gözlemlenmiştir. Ölçekler arasında (RSES ile SEIS)  $p < 0.01$  anlamlılık düzeyinde rastlantısal olmayan, negatif yönde orta düzeyde doğrusal bir ilişki bulunmuştur  $r = -.347$  ( $p < 0.01$ ) (tablo 5.). Bunun anlamı bireyde benlik saygısı puanı düştükçe (ölçüğe göre alınan puanların düşmesi benlik saygısı düzeyinin artması ile doğrusal ilişkilidir), duygusal zeka düzeyinde artışın istatistiksel göstergesidir. Ciarrochi ve arkadaşlarının gerçekleştirdikleri bir çalışmada duygusal zekanın kişilikle ilgisi olmayan iki

kriterle; hayattan alınan tatmin ve ilişki kalitesiyle ayrıca benlik saygısı, empati, duygulara açıklık ve dışa dönüklükle ilişkili olduğunu ifade etmektedir (29).

Araştırmanın demografik özelliklere göre analizinde; her iki ölçek puanları yaş değişkenine göre anlamlı bir fark oluşturmaktadır. Farkın kaynağını bulmaya yönelik ikili karşılaştırmalarda bu farkın 18 yaş altı bireylerden kaynaklandığı tespit edilmiştir. Cinsiyete göre yapılan karşılaştırmada ise istatistiksel olarak bir fark gözlemlenmemiştir. İlgili yazında Mullis ve Normandin, benlik saygısının yaşla birlikte arttığını, fakat farklı olarak cinsiyete göre benlik saygısı düzeyinin değişmediğini belirtmiştir (30). Üniversite öğrencileri ile yapılan bir başka çalışmada 20-25 yaş grubundakilerin 17-19 yaş grubuna göre daha yüksek benlik saygısına sahip oldukları saptanmıştır (31).

Mayer(2001) gerçekleştirdiği bir çalışmada duygusal zeka açısından 18–21 yaş grubundaki öğrencilerin 13–16 yaş grubundaki öğrencilerden daha yüksek puanlar aldıklarını saptamış ve duygusal zekanın en azından genç yetişkinlik yıllarının başına kadar yaşla birlikte arttığını ifade etmiştir (32). Yapılan bir çalışmada, 16–19 yaş arası 200 gencin duygusal zekaları ile demografik özellikleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırma kapsamında bu yaş grubunda anlamlı bir fark olmadığını belirtmişlerdir (33). Araştırmada çıkan bulgular da literatürle aynı doğrultuda uyum göstermektedir. Bu durum yaşın ilerlemesiyle birlikte bireylerin olgunluk sürecine girmeleri ve olaylara daha gerçekçi yaklaşıp yaşamın gereklerine daha başarılı uyum sağlamaları ile açıklanabilir. Birçok araştırma bu konuyu desteklemektedir (4, 34 ve 35).

Grubun cinsiyet değişkeninde duygusal zeka düzeylerinin istatistiksel olarak fark oluşturmadığı ancak bayanların aldıkları puanların erkeklere oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bazı araştırmacılara göre cinsiyet açısından kadın ve erkekler arasında duygusal zekâ toplam puanı açısından herhangi bir farklılık bulunmazken (33,36), bazılarına göre duygusal zekâ alanında kadınların puanı, erkeklerden yüksektir (23). Bayanların erkeklere göre daha yüksek EQ puanı almaları, biyolojik olarak daha donanımlı olmalarına ve duygulara daha fazla önem vermelerine bağlıdır (37).

Mezun olunan okul türü değişkeninde gruplar arasında benlik saygısı ve duygusal zeka düzeylerinde istatistiksel bir fark bulunmazken, mezuniyet dereceleri (akademik başarıları) değişkeninde benlik saygısı düzeylerinde anlamlı fark olup, duygusal zeka düzeylerinde fark anlamlı bulunmamıştır.

İlkokuldan itibaren okul, çocukların kendi benliklerini oluşturmada önemli bir etkidir. Kendi yapabileceklerini veya yeteneklerini geliştirebilecekleri sonuçta benliklerini tanımlayacakları bir yerdir. Okullarda görev yapan öğretmenlerin bu gelişimde önemli katkıları bulunmaktadır. Bu doğrultuda farklı okul türünde görev yapan öğretmenlerin öğrencilerine olan yaklaşımlarının benzer olması, okul türü değişkeninde bireylerin benlik saygısı düzeylerinin fark oluşturulmaması ile ilişkilendirilebilir.

Okulun temel işlevlerinin başında, kültür değerlerini genç kuşaklara aktarmanın yanı sıra, onların içinde yaşadıkları kültüre uyum göstermelerini sağlamak gelmektedir. Okuldaki eğitim programı, ergenin özelliklerini dikkate alarak hazırlandığı, öğretim programı zenginleştirildiği ve grup tartışmalarına yer verildiği takdirde, bu uyum ve çaba olumlu yönde desteklenmektedir. Ergenlik dönemindeki duygusal gerginlik ve ilgilerin farklılaşması, bir yandan bireyin çalışma gücünü azaltıp dengesizliğe neden olurken, diğer yandan da dikkatin belirli bir konu üzerinde yoğunlaştırılmasını engellemekte ve ergeni okulda başarısız kılabilir. Bu nedenle de, öğretmenler ergenin sorunlarını anlayan, onların özel sorunlarına eğilebilen bireyler olmalıdır (38).

Araştırma grubunun mezuniyet dereceleri değişkeninde anlamlı çıkan farkın kaynağını tespit etmek için yapılan analizde, mezuniyet derecesi kötü olanların daha düşük benlik saygısına sahip olduğu yönündedir. Bu bulguları literatürde birçok araştırmacı desteklemektedir (26, 39, 40 ve 41).

Bir çalışmada Daniel ve King (1995), ilkokul öğrencilerinde benlik saygısının çeşitli bölümleri ile akademik başarı arasındaki ilişkilere bakmışlardır. Öğrencilerin algıladıkları benlik saygıları ile standardize edilmiş başarı testiyle ölçülen akademik başarıları birbiriyle ilişkili bulunmuştur (42).

(Ciarrochi, Chan ve Caputi, 2000), duygusal zeka, kişilik, akademik zeka ve yaşam doyumu arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre duygusal zekayla akademik zeka arasındaki ilişki anlamlı değildir (29). (Newsome, Day ve Caltano, 2000) Kanada da Duygusal zeka, kişilik ve bilişsel yeteneklerle akademik başarı arasındaki ilişkileri incelemişlerdir. Araştırma sonuçlarına göre hem bilişsel yetenek, hem de kişilik özellikleri akademik başarılarla ilişkili görünmekle birlikte, duygusal zeka ölçeğinin alt ölçekleri ve toplam duygusal zeka ölçeği puanları ile akademik başarı arasında dikkat çekici bir ilişki bulunmadığını belirtmektedirler (43). Başka bir araştırma sonuçlarına göre de Duygusal Zeka Ölçeği puanları ile öğrencilerin notları arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır (44). Yapılan araştırma sonuçları bu bilgilerle uyum içerisindedir.

Sosyal ve duygusal öğrenme (Social and Emotional Learning; SEL) programları olarak adlandırılan projeler, öğrenciler arasında işbirliğini gerçekleştirmek ve disiplin sorunlarını gidermek için, sınıftaki gelişimsel sorunları çözenin yollarını aramaktadırlar. SEL programlarının öğrencilerin sınıf içindeki sosyal becerilerini arttırmada etkili oldukları gözlenmiştir (45). Eğitim ortamlarında yapılan araştırmalar, duygusal zeka ile sosyal beceriler arasında bağlar olduğunu ortaya koymaktadır. Duygusal zeka becerilerinin öğrencilere öğretilmesindeki amaç, öğrencilerin, sosyal becerilerini iyileştirmek, sorunlarını çözerken izledikleri yaklaşımlarını iyileştirmek, davranışlarını yönlendirmek ve kişiler arası becerilerini arttırmaktır (46). Özbilinç gibi kişisel becerileri geliştirmek, SEL programlarının bir başka amacıdır. Artan özbilinç, duygusal tepkileri düzenleme becerisiyle korelasyon göstermektedir (47). Diğer çalışmalar sınıf

içinde öğrenci davranışını değiştirmek bakımından duygusal zeka öğretiminin yararlarını incelemişlerdir. Sonuçlar, sınıf içi davranışın, akademik bilgilere kıyasla, duygusal zeka değişkenleriyle daha kolay yordanabildiğini göstermektedir (48).

Araştırmacılar lise öğrencileri üzerinde bir çalışma yapmışlardır. Bu çalışmada lise öğrencilerinin müfredatı duygusal zekayı geliştirici şekilde düzenlenmiştir. Bir eğitim dönemi sonrasında yapılan incelemelerde, öğrencilerin duygusal ifadeleri tartışmada sözcük dağarcıklarının geliştiği ve konuşmalarındaki acıcılığın arttığı görülmüştür (49). Bu bulgu duygusal zekayı oluşturan bileşenlerin öğrenilebileceği teorisini (50, 51, 52, 53, 54) desteklemektedir. Ayrıca bulgular hazırlanan müfredatın, sosyal ilişkilerde problem çözüme, hayal kırıklığına tolerans gösterme, pozitif ilişkiler kurabilme gibi önemli becerileri geliştirdiğini de göstermektedir.

Grubun sosyal ve sportif etkinliklere katılım değişkeninde gruplar arası farkın benlik saygısı düzeyi ve duygusal zeka düzeyleri için istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur. Sosyal ve sportif etkinlikler kişisel becerilerin ve kişiler arası ilişkilerin gelişiminde pozitif etkiler oluşturabilmektedir. Benlik saygısı, insanın kendini ne kadar kabul ettiği, sevdiği, değer verdiği ve çevresinden ne kadar onay gördüğüyle ilişkilidir. Spora katılımın bireyde yeterlik duygusunu artırması, sosyal kabul ve fiziksel görünüm algılarında olumlu gelişmeler sağlaması ve beden imgesi değerlendirmesinin olumlu oluşu, benlik saygılarına olumlu etki yaparken (55, 56, 57), bu becerileri gelişmiş kişiler sorunların üstesinden gelebilmede dolayısıyla stresle başa çıkmada da daha başarılı olacaklardır. Bunun yanında uyum problemini de daha az yaşayacaklardır. Katıldıkları sosyal etkinlikler yoluyla iş ve günlük yaşantılarında ki sıkıntılardan uzaklaşacak, problemlerinde yoğunlaşmış olan bireyler dikkatlerini bu etkinliklere yönelterek genel ruh durumlarını olumlu hale getirebileceklerdir. Kişilerarası becerileri yüksek olan kişiler sosyal ortamlara girmekte güçlük çekmeyecek bu ortamlara da çabuk uyum gösterebileceklerdir. Mahoney ve Stattin, tarafından yapılan araştırmalarda anti sosyal eğilimi yüksek olan bireylerin, boş zamanlarını olumlu ya da işe yarar etkinliklerle geçirmekte problem yaşadıkları rapor edilmektedir (58). Brackett ve ark. göre, anti sosyal bireylerin başkalarıyla olumlu ilişkiler kurabilme ve sürdürülebilir, kendini bir gruba ait hissedebilme ve bir grupla işbirliğine yönelme gibi becerileri sergilemekte güçlük çektikleri ortaya konulmaktadır (59).

Kendi alanında dünya çapında başarılar elde etmiş sporcular, müzisyenler, satranç oyuncuları gibi kişileri kapsayan bir araştırma, bu kişilerin çok yüksek düzeyde motivasyona sahip olduklarını belirlemiştir. Bu kişiler motivasyonları sayesinde sıradan insanların dayanamayacağı tempoda çalışmakta ve başarıya ulaşmaktadır. Bu başarının arkasında ise güçlü bir heves ve engeller karşısında yılmama gibi duygusal özellikler bulunmaktadır (60).

Duygusal zeka ile performans arasındaki ilişkinin spor dünyası açısından büyük önem taşıdığı görülmüştür. Amerikan beysbol ligi olan NCA' de geniş bir beysbol oyuncusu üzerinde yapılan bir çalışmada bu oyuncuların başarı istatistikleri ile duy-



gusal zeka arasında pozitif yönlü ve güçlü bir ilişki tespit edilmiştir (61).

Mevcut araştırma sosyal ve sportif etkinliklere katılım ile ilgili literatür sonuçlarıyla kişinin benlik saygısına ve duygusal zeka gelişimlerine olumlu etkiler yaptığını söyleyen araştırmalar ile benzerlik göstermektedir.

Araştırma grubunun aile tanımlaması değişkeninde her iki boyutta da istatistiksel olarak fark anlamlı çıkmıştır. Ailesini çekirdek aile tipi veya geniş aile tipi olarak tanımlayan gruplar arasında benlik saygı ve duygusal zeka düzeylerinde istatistiksel olarak fark bulunmazken, aile tipini parçalanmış aile olarak tanımlayan grubun benlik saygısı ve duygusal zeka düzeyleri düşük bulunmuştur. Literatürde bu durum ana-babanın ayrılmış olmasının veya sorun yaşayan aile içerisindeki gencin benlik saygısını düşürebildiği ifade edilmiştir (62). Bu durum araştırma sonucu ile örtüşmektedir. Uyumsuz ailelerin çocuklarında ruhsal belirtilerin daha fazla olduğu ifade edilmektedir. Yine intihar girişiminde bulunan gençlerde, aile ilişkisi ve benlik imajı arasında olumsuz ilişki olduğu vurgulanmaktadır (63). Aile tipinin benlik saygısını etkilemediğini belirten araştırmalarda vardır (64).

Duygusal zeka üzerine yapılan araştırma ve incelemeler arttıkça, araştırmacıların dikkatlerinin de duygusal zeka düzeyinin yükseltilmesi konusuna yoğunlaştığı gözlenmektedir. Bu açıdan bakıldığında, bireylerin duygusal zeka düzeyleri geliştirilerek aile içi ve giderek toplumsal yaşamda yaşam kalitesinin yükseltilebileceği, boşanmaların ve aile içi şiddetin duygusal zeka sayesinde azaltılabileceği rapor edilmektedir (65). Diğer yandan duygusal zeka eğitimi, yaşam performansı ve motivasyonu düşük olan bireylere yardım amacıyla kullanılabilir (27) ve erkeklerde gözlenen açık ya da örtülü saldırgan davranışların ortadan kaldırılmasında da etkili olmaktadır (59).

Araştırmaya katılan grubun aile gelir durumlarının benlik saygı ve duygusal zeka düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark oluşturmadığı görülmüştür. Grubun benlik saygısı her ekonomik seviye için yüksek bulunmuştur. Yüksek benlik saygısına sahip bireyler kendine güvenen, başkalarının üstünlüğünden olumsuz etkilenmeyen özellikleri taşımaktadır (66). Sosyo-kültürel fakirlik, aile, alkolizm, çevresel baskılar gibi bazı durumlardan dolayı benlik saygısı az olabilir. Ama tüm bunlara rağmen bu çocuklar yüksek benlik saygısı da geliştirebilirler (67). Sosyo ekonomik durumun benlik saygısı düzeyini etkilemediğini belirten araştırmaların yanında (68), etkilediğini söyleyen ve gelir seviyesi arttıkça benlik saygı düzeylerinin arttığını söyleyen araştırmalarda mevcuttur (69).

Grupların aile gelir durumlarına göre duygusal zeka düzeyleri incelendiğinde, gelir seviyesi düşük olanların yüksek olanlara göre daha az puan almalarına rağmen bu fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Yapılan bir araştırma, ergenlerin duygusal zeka düzeylerinin sosyoekonomik düzeye göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır (70).

Araştırma grubunun ailelerinin kendilerine davranış şekillerini algılama biçim-

lerine göre yaptıkları sınıflama sonucu yapılan istatistiki analizde, her iki boyutta ( RSES- SEIS) anlamlı fark tespit edilmiştir. Demokratik ve koruyucu ailelere göre, aile tutumunu otoriter ve ilgisiz olarak ifade eden bireylerin benlik saygı düzeyleri düşük çıkmıştır. Sonuçlar literatürle uyum içerisinde gözükmektedir. Anne ve babanın davranışları çocuğun duygusal yaşantısında önemli ve kalıcı etkiler oluşturabilmektedir. Çocuklarının duygusal ihtiyaçlarını ve duygularını önemsemeyen ilgisiz anne ve babalar onların benlik saygısı ve duygusal zeka gelişimlerinde olumsuzluk oluşturabilmektedir. Yapılan bir araştırma bulgularına göre; yetişkinlerin demokratik tutumları çocukta değerlilik duygusunu ortaya çıkararak özsaygısını olumlu yönde, otoriter ve ilgisiz tutumlar ise olumsuz yönde etkilenmektedir (71). Başka bir çalışmada, üyeleri arasında zayıf bir iletişimin olduğu, ebeveyn ve çocuklar arasında çatışmanın olduğu ve duygusal bağların olmadığı ailelerden gelen ergenlerin sorunlu davranış geliştirme riski altında olduklarını teyit etmiştir (72).

Kuzgun, üniversite öğrencilerinin benlik saygıları ile aile sevgisi arasında önemli ilişkiler bulunduğunu, demokratik ana-babaların çocuklarının benlik saygılarının, ilgisiz ve otoriter ana-babaların çocuklarına göre daha yüksek olduğunu belirlemiştir (69,73).

Aile içerisinde çocuklar kendileri ve başkaları ile ilgili düzenlemelerde aile içindeki bireylerden kendilerine model oluşturabilmektedir. Salovey ve arkadaşlarına göre çocuklar duygusal bilgi ve deneyimleri nasıl işleyip (process) düzenleyeceklerini rol modellerinden öğrenirler (74). Hooven ve arkadaşları, yaptıkları çalışmada; kendi hüznülerinin farkında ve çocuklarına kızgınlıkla baş edebilmeleri hususunda rehberlik etme eğiliminde olan ebeveynlerin, çocuklarının duygularını düzenleme yetenekleri üzerinde önemli etkiye sahip olduklarını saptamışlardır (75).

Çocukların delikanlılık dönemine gelinceye kadar demokratik tutumlara sahip ebeveynlerin gölgesinde yaşamaları çok önemlidir. Kişiliğin artık son düzenlemesinin yapılacağı delikanlılık dönemini genç, ailesinden destek alarak rahat bir şekilde olumlu tutum ve davranışlar göstererek geçirmelidir. Otoriter ve ilgisiz ana-baba tutumlarıysa bunun aksine sağlıklı bir kişiliğe, dolayısıyla benlik saygısının düşük olmasına neden olabilmektedir (4).

Bireyin çevresi ile etkileşim haline girdiği süreçte birlikte hem kendisi hem de başkaları ile ilgili algılarına olumlu yansıtacak bilgi ve bunları kullanım yeteneklerini aile içerisinde almaya başlayacaktır. Bu gelişim okul eğitimi sürecinde devam edecektir. Bu anlamda gerek aile ortamında gerekse okuldaki öğretmenleri tarafından çocuk ve gençlere yaklaşım biçimleri dikkat edilmesi gereken bir konudur.

Sonuç olarak, gençlerin belirli bir olgunluk dönemine gelene kadar gerek aile bireyleri, gerekse eğitim sürecinde eğitimcileri tarafından psikolojilerini olumsuz etkileyen durumlara ve sosyal ihtiyaçlarına destek verilmesi, genç bireylerin kendileri ile ilgili olumlu ruh halini yaşamalarına, sosyal ve insan ilişkilerinde yaşayabilecekleri-

ri sorunların üstesinden gelebilmelerine önemli katkıları olabilecektir. Okulla birlikte çocukların pozitif benlik algılarına yardımcı olacak desteğe, okul öncesi eğitimle birlikte başlanması, bunun içinde eğitim programlarına uygun müfredatların eklenmesine ihtiyaç bulunmaktadır. Çocukların kişilik ve duygusal gelişimlerine katkı sağlamakta yetersiz kalan aile ebeveynlerine yönelik tespitlerin yapılarak, bu ailelere yönelik bilgilendirici seminer ve kursların verilmesi, okullarda rehberlik ve yönlendirme faaliyetinde bulunan eğitimcilerin daha verimli çalışmalarını sağlayabilecek psikoloji anabilim dalı uzmanları ile ortak programların düzenlenerek işbirliğine gidilmesi, sorunların üstesinden gelebilmede kolaylık sağlayabilecektir.

## 6. Kaynaklar

1. Kurç, G. 1990. Kişisel, sosyo-ekonomik ve kültürel bazı değişkenlerin gençlerin uyum alanları ve uyum yöntemlerine etkisi. Eğitim ve Bilim, 14(76);3-9.
2. Bostan, S. 1993. 14-15 Yaş ergenlerinin uyum düzeylerinin ve ana - baba tutumlarının incelenmesi. Yüksek lisans tezi (basılmamış). Ankara Üniversitesi, 106 s. , Ankara.
3. Özgüven, İ. E. 1992. Hacettepe kişilik envanteri el kitabı. İkinci Revizyon, 78 s., Ankara.
4. Bal, Ü., (2003). Hastanede Çalışan Hemşire Ve Diğer Bayan Sağlık Personelinin Benlik Saygıları Ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
5. Özkan, İ., (1994). “Benlik Saygısını Etkileyen Etkenler”,Düşünen Adam Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi, C. VII, sy. 3, s.4-9.
6. Dönmez, A., (1985). Denetim Odağı, Kendine Saygı ve Üç Değişken: Çevre Büyüklüğü, Yaş, Aile Ortamı. Eğitim ve Bilim Dergisi, 10(55):14 - 15.
7. Küçükaksoy, M., (1993). 14-18 Yaşları Arasındaki Suçluların Ortopedik Özürlülerin, Görme Özürlülerin, Alt Sosyo-Ekonomik Düzeye Mensup Ergenlerin Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü.
8. Rosenberg, M.,(1965). “Society and Adolescent Self-İmage, Princeton, New Jersey: Princeton University Press.
9. Chrzanowski , G., (1980). “The Genesis and Nature of Self-Esteem”, American Journal of Psychotherapy, C. 35, ss. 38-46
10. Coopersmith, S., (1967). The Antecedents of Self-Esteem, Freeman, San Francisco.
11. Worren, B. J., (1997). Depression, Stressful Life Events, Social Support and Selfesteem in Middle Class African-American Women, Archives of Psychiatric Nursing, 11(3):107-17.
12. Kassin, S., (1998). “ Psychology”, Second Edition, New Jersey: Prentice Hall.
13. Mayer, J.D., Saloyev, P.(1990), The Intelligence of Emotional Intelligence. Intelligence, Vol:17
14. Shapiro, L. E. (1999), “Yüksek EQ’lu Bir Çocuk Yetiştirmek”, (Çev: Ü. Kartal), İstanbul: Varlık Yayınları.

15. Cooper, R. ve Sawaf, A. (2003), Liderlikte Duygusal Zekâ, Sistem Yayıncılık, 1. basım, İstanbul.
16. Goleman, D. (2000), İşbaşında Duygusal Zeka, Çev: Banu Seçkin Yüksel, B.3, Varlık Yayınları, 17. basım, İstanbul.
17. David R. Caruso, Applying the Ability Model of Emotional İntelligence to the VWorld of Work, www.cjwolfe.com/article.doc, 16.03.2003, s.4.
18. Gainor, Kathy A. "Emotional İntelligence and Empathy: Their Relation to Multicultural Counseling Knowvledge and Avvareness", Professional School Counseling 5, 2: 131-138, Aralık 2001.
19. Robert J. Grossman, "Emotions at Work," Health Forum Journal. 18-27, (Eylül-Ekim2000),s.19.
20. Yeşilyaprak, B. (2001), Duygusal Zeka ve Eğitim Açısından Doğurgaları. Eğitim Yönetimi Dergisi, Sayı: 25, Ankara, 139-146.
21. Patrick, E. Denis, M. Vandamme, R.(2001), 7 Steps to Emotional Intelligence. Crown House Publishing Limited. Carmartjen, U.K.
22. Chris K. Ormsbee, "Developing Emotional İntelligence," Intervention in School & Clinic. Cilt no 36, Sayı no 2: 125-144, (Kasım 2000), s.125.
23. Salovey, Peter and John D. Mayer. "Emotional Intelligence", **Imagination, Cognition and Personality**, 9, 3: 185-211, 1990.
24. Goleman, Daniel. "What Makes a Leader", **Harvard Business Review** 76, 6: 93-104, Kasım-Aralık 1998.
25. Gibbs, Nancy. "The Eq Factor", **Time** 146, 14: 60-65, Ekim 1995.
26. Çuhadaroğlu, F., (1986). Adolesanlarda Benlik Saygısı. Yayınlanmamış Uzmanlık Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Ana Bilim Dalı, Ankara.
27. Schutte, N.S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J. ve Dornheim, L. (1998), "Development and validation of a measure of emotional intelligence", Personality and Individual Differences, Vol. 25, s. 167-177.
28. Chan, D. W. (2006), "Emotional İntelligence And Components of Burnout Among Chinese Secondary School Teachers in Hong Kong", Teaching and Teacher Education, 22, ss. 1042-1054.
29. Ciarrochi, Joseph; Chan, Amy; Caputi, Peter (2000). "A Critical Evaluation of the Emotional Intelligence Construct", Personality and Individual Differences. 28, 539-561.
30. Mullis, A.K., Mullis, R.L., Normandin, D., (1992)."Cross-Sectional and Longitudinal Comparisons of Adolescent Self Esteem" Adolescence, 27, 105, 51-60.
31. Başkara, S.V..(2002). Özsaygının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara, s. 85.
32. Mayer, J.D., (2001), Emotional Intelligence And Giftedness. Roeper Review, 23(3), 131-137.
33. Harrod, N.R. and Scheer, S.D. (2005), "An Exploration of Adolescent Emotional Intelligence in Relation to Demographic Characteristics", Adolescence, Vol. 40, 159, s. 503.

34. Gürkan, H., (1990). Üniversite Öğrencilerinde Kendilik Saygısı ile Depresyon ve Anksiyete İlişkisinin Karşılaştırılması, Akdeniz Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Antalya.
35. Maşrabacı, T., (1994). Hacettepe Üniversitesi Birinci Sınıf Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara, s. 126.
36. Bar-On, R., Brown, J. M., Kirkcaldy B. and Thome, E. P. (2000), "Emotional Expression and Implications for Occupational Stres; An Application of the " Emotional Quotient Inventory (EQ- i)", Personality and Individual Differences, 28, 1107-1118.
37. Mayer, J. D. , Salovey, P., Carusa, D. R. (1999), Emotional Intelligence Meets Tradional Standarts of an Intelligence. 27 (4), 267 - 298.
38. Mangır, M. ve Aral, N. 1992. Ergenlik dönemi özellikleri ve sorunları. Gazi Üniversitesi, Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 8(4),3-2.
39. Daane, D.M., (2003). "Child and Adolescent Violence", Orthopedic Nursing, 22 (1), 23-31.
40. Garzarelli, P., Everhart, B., Lester, D., (1993). "Self- Concept and Academic Performance in Gifted and Academically Weak Students, Adolescence, 28, 233-237.
41. Shirk, S., Burwell, R., Harter, S., (2003). "Strategies to Modify Low Self-Esteem in Adolescents", In M.A. Reinecke ve F.M. Dattilio (Eds.) Cognitive Therapy with Children and Adolescents: A Casebook for Clinical Practice ( 189-213). New York City: Guilford Press.
42. Daniel, L.G., King, D.A., (1995). " Self Concept and Academic Achievement of Elementary School Students", Reports-Research, (143), U.S.A., Mississippi.
43. Newsome, S. , Day, A.L. Catano, V.M. (2000), Assessing the Predictive validity of Emotional Intel- ligençe. Personality and Individual Differences. Vol. 29, s.p.p.1005-1016
44. Wells, D., Torrie, J., Prindle, L. (2000). Exploring Emotional Intelligence Correlates in Selected Populations of College Students. Alberta, Lethbridge Community College, Canada.
45. Finley, D., Petigner, A., Rutherford, T. & Timmes, V. (2000), "Developing emotional intelligence in a multiage classroom." Chicago, IL: St. Xavier University & Skylight Professional Development. (ERIC Document Reproduction Services No. ED442 571).
46. Cherniss, Cary. (1998), "Social and emotional learning for leaders", Educational Leadership, 55,26-36.
47. Gore, S. W. (2000), "Enhancing students emotional intelligence and social adeptness." Chicago, IL: St. Xavier University & Skylight Professional Development, (ERIC Dokument Reproduction Services No. ED 442 572).
48. Ford, M. E. & Tisak, M. S. (1983), "A further search for social intelligence", Journal of Educational Psychology, 75(2), 196-206.
49. Greenberg, M. T., Kusche, C. A., Cook, E. T. ve Quamma, J. P. (1995), "Promoting Educational Competence in School – Aged Children: The Effects of the PATHS Curriculum", Development and Psychopatology, 7, 1, 117-136.
50. Schutte, N. S., Malouff J. M., Bobik, C., Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., Rhodos, E., Wendorf, G. (2001), "Emotional Intelligence and Interpersonal Relations", The Journal of Social Psychology, 14(49), 523-536.

51. Mayer, J.D., & Cobb, C. D. (2000), "Emotional Intelligence: What the Research Says?", *Educational Leadership*, 58(2), 14-18.
52. Pfeiffer, Steven I. (2001), "Emotional Intelligence: Popular but Elusive Construct" *Roeper Review*, 23, 3, 138-143.
53. Reiff, H. B., Hatzes, N. M., Bramel, M. H. ve Gibbon, T. (2001), "The Relation of Learning Disabilities and Gender with Emotional Intelligence in College Students", *Journal of Learning Disabilities*, 34, January / February, 1, 66-78.
54. Cherniss, Cary. (2002), "Emotional Intelligence and the Good Community", *American Journal of Community Psychology*, 30, 1, 1-11.
55. Gill, D.L., (1986). *Psychological Dynamics of Sport* Illinois. Human Kinetics Publishers, 37, 103.
56. Tiggeman, M., and Williamson, S., (2000). The Effect of Exercise on Body Satisfaction and Self-Esteem as a Function of Gender and Age. *Sex Roles*, 119-127.
57. Doğan, O., Doğan, S., Çorapçıoğlu, A. ve Çelik, G., (1994). Aktif ve Sosyal Etkinliklere Katılmanın Beden İmgesi ve Benlik Saygısına Etkisi. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji (3P) Dergisi*, 2(1):33-38.
58. Mahoney, J.L., Stattin, H., (2000). Leisure Activities And Adolescent Antisocial Behavior. The Role Of Structure And Social Context, *Journal Of Adolescence*, 23, 113-127.
59. Brackett, M.A., Mayer, J.D., Warner, R.M., (2003). Emotional intelligence and its relation to everyday behaviour, *Personality and Individual Differences*, 36, 1382-1402.
60. Goleman, D., (1999). *Emotional Intelligence*, New York 242, 18: 105
61. Kamin, D., (2000). The relationship between Emotional intelligence levels and performance statistics of Ncaa division I-caliber baseball players. *Southern Connecticut State University*.
62. Yörükoğlu, A., (2000). *Gençlik Çağı Ruh Sağlığı ve Ruhsal Sorunlar*, 11. Basım, Özgür Yayınları.
63. Çuhadaroğlu, F., Sonuvar, B., (1993). "Adolesan İntiharları ve Kendilik İmgesi", *Türk Psikiyatri Dergisi*, C.IV, sy. 1, ss. 29-38
64. Tufan, B., (1988). Sosyal Hizmetler Yüksek Okulu Öğrencilerinin Benlik Saygısı Üzerine Bir İnceleme. XXIV. Ulusal Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Kongresi. Gata Ankara.
65. Brockert, S. & Braun, G. (2000). *Duygusal Zekasını Değerlendirin*. Çeviren: Nurettin Süleymangil İstanbul: MNS Yayıncılık, 7-33
66. Yelsma, P., Yelsma, J., (1998). "Self-Esteem and Social Respect with in The High School", *Journal of Social Psychology*, Vol.4: 138.
67. Yavuzer H. Eğitim ve Gelişim Özellikleriyle Okul Çağı Çocuğu. 8. Baskı, İstanbul: Remzi Kitabevi, 2002.
68. Balat, G.U., Akman, B., (2004). Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Lise Öğrencilerinin Benlik Saygısı Düzeylerinin İncelenmesi. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi* Cilt: 14, Sayı: 2, Sayfa: 175-183, Elazığ.
69. Güngör, A., (1989). "Lise Öğrencilerinin Özsaygı Düzeylerini Etkileyen Etmenler" (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

70. Bircan, S. (2004). Ergenlerin Duygusal Zekalarının Çatışma Eğilimlerine ve Suç Davranışlarına Etkisi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi.
71. Güçray, S., (1989). “Çocuk Yuvasında ve Ailesi Yanında Kalan 9, 10, 11 Yaş Çocuklarının Özsaygı Gelişimini Etkileyen Bazı Faktörler”, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
72. Bray, J.H., Adams, G., Getz, J., and Baer, P., (2001). Developmental, family, and ethnicinfluences on adolescent alcohol usage: A growth curve approach, *Journal of Family Psychology*, 15, 301–314
73. Kuzgun, Y., (1972). Ana-Baba Tutumlarının Bireyin Kendini Gerçekleştirme Düzeyine Etkisi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Ankara.
74. Salovey, P., Bedell, B., Detweiler, J., Mayer, J.D. (1999), “Coping Intelligently: Emotional Intelligence and the Coping Process”, In C. R. Snyder (Ed.) *Coping: The Psychology of What Works* (pp. 141–164). USA: Oxford University Press.
75. Hooven, C, Gottman, J.M, Katz, L.F. (1995). “Parental Meta-Emotion Structure Predicts Family And Child Outcomes”, *Cognition and Emotion*. 9, 229-264.