



Sporcu Çocukların Problem Çözme ve Yaşam Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Examining the Relationship Between Problem-Solving and Life Skills Of Athlete Children

Sena HAN¹, Kurtuluş ÖZLÜ²

¹FMV Ayazağa Işık Lisesi, İstanbul
• senahan0707@gmail.com • ORCID > 0009-0008-1358-5278

²Amasya Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Amasya
• kurtulus.ozlu@amasya.edu.tr • ORCID > 0000-0003-1839-5437

Makale Bilgisi/Article Information

Makale Türü/Article Types: Araştırma Makalesi/Research Article

Geliş Tarihi/Received: 26 Şubat/Fbruary 2024

Kabul Tarihi/Accepted: 12 Ağustos/August 2025

Yıl/Year: 2026 | **Cilt – Volume:** 17 | **Sayı – Issue:** 1 | **Sayfa/Pages:** 1-28

Atıf/Cite as: Han, S., Özlü, K. "Sporcu Çocukların Problem Çözme ve Yaşam Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi"
Ondokuz Mayıs Üniversitesi Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi, 17(1), Mart 2026: 1-28.

Sorumlu Yazar/Corresponding Author: Kurtuluş ÖZLÜ

Etik Kurul Beyanı/Ethics Committee Approval: "Araştırma için Amasya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Etik Kurulu'ndan 2022 tarihli ve E-30640013-108.01-101038 karar sayısı ile etik kurul izni alınmıştır."

SPORCU ÇOCUKLARIN PROBLEM ÇÖZME VE YAŞAM BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

ÖZ

11-13 yaş arasındaki sporcu çocukların problem çözme ve yaşam becerilerini farklı değişkenlere göre inceleyerek aralarındaki ilişkinin ve etkinin belirlenmesini amaçlayan bu çalışmada nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak 3 bölümden oluşan araştırma formu kullanılmıştır. Formun ilk bölümünde araştırmacılar tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, ikinci bölümünde “İlköğretim Düzeyindeki Çocuklar için Problem Çözme Envanteri” ve üçüncü bölümünde “Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeği” yer almaktadır. Araştırmanın evrenini 11-13 yaş arası aktif ve düzenli olarak spor yapan çocuklar oluştururken, örneklemini ise basit rastgele örnekleme yöntemi ile belirlenen 11-13 yaş arası 532 (kız=374, erkek=158) sporcu çocuk oluşturmaktadır. Veriler SPSS 22 paket programı ile analiz edilmiş ve verilerin normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Araştırmada verilerin analizinde aritmetik ortalama, standart sapma, frekans dağılımları, bağımsız gruplar T-testi, tek yönlü varyans analizi, Pearson korelasyon testi ve basit doğrusal regresyon analizi gibi testler kullanılmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; problem çözme ve yaşam becerilerinde 11-13 yaş sporcu çocukların cinsiyet, yaş, spor yaşı ve haftalık antrenman sayısı gibi değişkenler anlamlı farklılığa neden olurken, ilgiledikleri spor branşları anlamlı farklılığa neden olmamaktadır. Sporcu çocukların yaşam becerileri ile problem çözme becerileri arasında pozitif yönlü anlamlı ilişkinin olduğu ve sporcu çocukların yaşam becerilerinin, problem çözme becerileri varyansının %23’ünü açıkladığı belirlenmiştir. Sonuç olarak, sportif etkinliklerde düzenli olarak yer alan çocuklarda problem çözme ve yaşam becerilerinin olumlu etkilendiği bu nedenle çocukların düzenli sportif etkinliklerde yer almalarının teşvik edilmesi önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Çocuk, Problem Çözme, Spor, Yaşam Becerisi.



EXAMINING THE RELATIONSHIP BETWEEN PROBLEM-SOLVING AND LIFE SKILLS OF ATHLETE CHILDREN

ABSTRACT

This research, aiming to investigate the relationship and effectiveness among problem-solving and life skills of children aged 11-13 who engage in sports, utilized a quantitative research method, specifically a correlational survey model. The data collection instrument consisted of a research form with three sections. The first section included a personal information form prepared by the researchers, the second section comprised the "Problem Solving Inventory for Children at the Level of Primary Education," and the third section contained the "Life Skills Scale for Sport". The population of the study consisted of children aged 11-13 who actively and regularly participate in sports, while the sample comprised 532 (374 girls, 158 boys) children aged 11-13 determined through simple random sampling. The data were analyzed using the SPSS 22 package program, and it was determined that the data exhibited a normal distribution. Statistical tests such as arithmetic mean, standard deviation, frequency distributions, independent samples t-test, one-way analysis of variance, Pearson correlation test, and simple linear regression analysis were employed for data analysis. The findings of the study revealed that variables such as gender, age, age of starting sports, and weekly training frequency significantly affected the problem-solving and life skills of children aged 11-13 who engage in sports, while the sports branches they are interested in did not lead to significant differences. A positive significant relationship was found between the life skills and problem-solving skills of children engaging in sports, with the life skills of these children explaining 23% of the variance in problem-solving skills. As a result, it is recommended to encourage children to participate in regular sports activities as it positively impacts their problem-solving and life skills.

Keywords: Child, Problem Solving, Sport, Life Skills.



GİRİŞ

Yaşam becerileri, bireylerin yaşamları boyunca değişkenlik gösteren ve karşılanması beklenen bilişsel, sosyal, psikolojik ihtiyaçların olumlu davranışlar ile gerçekleştirilmesini sağlayan beceriler olarak tanımlanmaktadır (WHO, 1996; Hodge ve Danish, 1999) Beceriler, öğrenilebilen, geliştirilebilen, içselleştirilerek bireylerin yaşamlarında uygulanabilir hale getirilebilen yeterlilikler olarak görülmektedir (Danish ve ark., 2005; Cashmore, 2008). Yaşam becerileri, bireylerin yaşantıları boyunca kullandıkları beceriler olarak düşünüldüğünde, birçok yaşam becerisine

gereksinim duyulmaktadır. Bu yaşam becerileri toplumdan topluma, kültürden kültüre değişiklik gösterse de Dünya Sağlık Örgütü bu becerilere ait önemli alanlar belirlemiştir. Bunlar; karar verme, yaratıcı düşünme, iletişim, öz farkındalık, duygularla başa çıkmak, problem çözme, kritik düşünme, kişilerarası beceriler, empati ve stresle başa çıkmaktır (WHO, 1996). Çocukluk ve ergenlik dönemi, bu becerilerin çeşitli eğitim faaliyetleriyle kazanıldığı gelişim dönemleridir (Cesim ve ark., 2019). Dolayısıyla bu becerilerin özellikle çocukların ve gençlerin yaşantılarında karşılaştıkları zorluklarla baş edebilme taleplerini yerine getirebilmek, (Hodge ve Danish, 1999) mutlu, sağlıklı bir yaşam sürdürebilmelerini sağlamak ve gelecek yaşamlarına hazırlanabilmeleri için kazanılması istenilen beceriler olarak görülmektedir (WHO, 1996). Yaşam becerilerinin kazanılması, bireylerin yaşamlarındaki genel sağlık durumu (Claessens ve ark., 2007), psikolojik iyi oluş hali (Brackett ve Mayer, 2003; Judge ve ark., 2005) akademik başarı (Britton ve Tesser, 1991; Humphrey ve ark., 2011) spor ve egzersiz performansı (Burton ve ark., 2001), iş yeri verimliliği ve başarısı (Locke ve Latham, 1979; Rubin ve Morreale, 1996) gibi önemli alanlarda etkili olduğu araştırmacılar tarafından ifade edilmektedir. Ayrıca, yaşam becerileri gençlerin ergenlik döneminde karşılaşılabilecek alkol, sigara ve uyuşturucu kullanımı gibi risk faktörleriyle, etkili ve sağlıklı bir şekilde başa çıkabilmelerini destekleyerek yaşamlarında daha başarılı olmalarına olanak sağlamaktadır (Botvin ve Griffin, 2004).

Peki bu yaşam becerileri nasıl geliştirilir? Platon, (2019) iyi toplulukları oluşturabilecek bireylerin ruhsal ve bedensel açıdan iyi olması gerektiğini ve bu iyilik halinin spor ve müzik eğitimiyle kazandırılabilceği düşüncesindeydi. Yapılan araştırmalar da gençlerin yaşam becerilerini müzik, drama ve spor yoluyla geliştirdiğini gösteriyor (Larson, 2000). Spor ortamları, gençlerin katılım sağlamak için talep gösterdiği (Hansen ve Larson, 2007) ve müfredat dışı etkinlikler arasında en fazla sayıda olumlu etkiye sahip ortamlardır (Marsh, 1992). Özellikle sporun etkililişimli psiko-sosyal desteği gençlerin gelişimi için önemli etkiye sahiptir (Danish ve ark., 2004; Fraser Thomas ve ark., 2005; Hellison ve ark., 2008). Araştırmalar, çocuk ve ergenlerin spor yoluyla takım çalışması, hedef belirleme, zaman yönetimi, duygusal beceriler, kişilerarası iletişim, sosyal beceriler, liderlik, problem çözme ve karar verme gibi yaşam becerilerini geliştirdiğini göstermektedir (Gould ve Carson, 2008; Cronin ve Allen, 2017). Burada önemli olan spor ortamında kazanıldığı düşünülen bir yaşam becerisinin, bireyin diğer yaşam alanlarında da başarılı bir şekilde uygulanabilir olması gerektiğidir (Gould ve Carson, 2008). Ayrıca, yaşam becerilerinin tam olarak öğrenilmesi kasıtlı bir öğretim sürecini gerektirmektedir (Theokas ve ark., 2007).

Sporcu çocukların problem çözme ve yaşam becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi, çağdaş eğitim ve gelişim yaklaşımları açısından önem arz etmektedir. Günümüz spor anlayışı yalnızca fiziksel performansla sınırlı kalmayıp, bireyin bilişsel, duygusal ve sosyal yönlerini de kapsayan bütüncül bir gelişimi hedeflemek-

tedir. Bu bağlamda, çocukluk döneminde kazanılan problem çözme becerilerinin, yaşamla başa çıkma stratejileri üzerinde belirleyici bir rol oynadığı düşünülmektedir. Spor ortamı, çocuklara stresle baş etme, karar verme, iletişim kurma ve sorumluluk alma gibi temel yaşam becerilerini kazandırmak için doğal ve dinamik bir alan sunar.

Bu araştırma, sporun çocukların yalnızca fiziksel değil, aynı zamanda zihinsel ve sosyal gelişimlerine de katkı sağladığını bilimsel temellere dayandırarak ortaya koymayı hedeflemektedir. Elde edilecek bulgular, antrenörler, eğitimciler ve aileler için çocuk sporcuların çok yönlü gelişimini destekleyici stratejiler geliştirmeye ışık tutacaktır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışmada, 11-13 yaş arası spor kulüplerinde lisanslı olarak spor yapan çocukların problem çözme ve yaşam becerilerini cinsiyet, yaş, spor branşı, spor yaşı ve haftalık antrenman sayısı değişkenlerine göre incelemek ve beceriler arasındaki ilişkinin ve etkinin boyutlarını belirlemek amacıyla, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Evrenden seçilen örneklemden elde edilen verilerin, evrenin görüş, tutum ve yaklaşımını nicelik olarak betimlenmesini sağlayan ilişkisel tarama modeli, iki veya ikiden fazla değişkenin birlikte olan değişiminin olup olmadığını, değişim varsa; değişimin nasıl ve hangi yönde olduğunu tespit edilmesini sağlamaktadır (Büyüköztürk ve ark., 2013).

Araştırma Grubu (Evren-Örneklem)

Araştırma evrenini 11-13 yaş arası spor yapan çocuklar oluşturmaktadır. Araştırmanın örnekleme ise basit rastgele örnekleme yöntemi ile belirlenen 11-13 yaş arası 532 sporcu çocuktan oluşmaktadır. Basit rastgele örnekleme yöntemi, evrendeki tüm birimlerin seçim için eşit şansa sahip olduğu ve evrendeki tüm birimlerin listelenerek katılımcıların listeden rastgele seçimi ile gerçekleştirilir (Dawson ve Trapp, 2001).

Tablo 1. Araştırmaya katılan sporcu çocuklara ilişkin betimsel istatistikler

Değişken	Grup	n	%
Cinsiyet	Kız	374	70,3
	Erkek	158	29,7
Yaş	11 yaş	200	37,6
	12 yaş	232	43,6
	13 yaş	100	18,8
Branş	Bireysel Sporlar	151	28,4
	Takım Sporları	381	71,6
Spor yaşı	2 Yıl ve Daha Az	214	40,2
	3-4 Yıl Arası	115	21,6
	5 Yıl ve Daha Fazla	203	38,2
Haftalık Antrenman Sayısı (gün)	2-3 Gün Arası	318	59,8
	4-5 Gün Arası	162	30,5
	6 Gün ve Üzeri	52	9,7
	Toplam	532	100,00

Tablo 1'e göre katılımcıların %70,3'ü (374) kız, %29,7'si (158) erkek sporcu çocuklardan oluşmaktadır. Katılımcıların yaş dağılımları incelendiğinde %37,6'sının (200) 11 yaşında, %43,6'sının (232) 12 yaşında ve %18,8'inin (100) 13 yaşında olduğu görülmektedir. Bireysel sporlarla (atletizm, jimnastik, masa tenisi, taekwon-do, yüzme) ilgilenen katılımcılar örneklemin %28,4'ünü (151) oluştururken takım sporları (basketbol, futbol, voleybol) ile ilgilenen katılımcılar %71,6'sını (381) oluşturmaktadır. Tablo 1 incelendiğinde katılımcıların %40,2'sinin (214) 2 yıl ve daha az, %21,6'sının (115) 3-4 yıl arası ve %38,2'sinin (203) 5 yıl ve daha fazla süredir spor yaptığı görülmektedir. Sporcu çocukların %59,8'i (318) haftada 2-3 gün, %30,5'i (162) 4-5 gün ve %9,7'si (52) düzenli olarak antrenman yapmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplamak amacı ile üç bölümden oluşan araştırma formu kullanılmıştır. Araştırma formunun birinci bölümünde araştırmacılar tarafından katılımcıların cinsiyet, yaş, ilgilendikleri spor branşı, spor yaşı ve haftalık antrenman sayısı değişkenlerine yönelik bilgileri içeren kişisel bilgiler bölümü yer almaktadır. Formun ikinci ve üçüncü bölümlerinde araştırmacılarından kullanım izinleri alınan "Çocuklar İçin Problem Çözme Envanteri" ve "Yaşam Becerileri Ölçeği" yer almaktadır.

İlköğretim Düzeyindeki Çocuklar için Problem Çözme Envanteri (ÇPÇE)

İlköğretim öğrencilerinin problem çözme becerilerini ölçmek amacı ile Serin, Serin ve Saygılı (2010) tarafından geliştirilen İlköğretim Düzeyindeki Çocuklar için Problem Çözme Envanteri (ÇPÇE) 24 madde ve üç alt boyuttan oluşmaktadır. Beşli likert tarzındaki ölçeğin araştırmacılar tarafından tespit edilen Cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0,80'dir. Araştırmadan ÇPÇE'ne ilişkin elde ettiğimiz Cronbach alfa güvenirlik katsayıları problem çözme becerisine güven alt boyutu için $\alpha=0,822$, öz denetim alt boyutu için $\alpha=0,757$, kaçınma alt boyutu için $\alpha=0,748$ ve ölçek toplamı için $\alpha=0,869$ şeklindedir (Tablo 2).

Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeği

Orijinal adı "Life Skills Scale for Sport" (LSSS) olan ölçek Cronin ve Allen (2017) tarafından sporun etkileşimiyle kazanılan yaşam becerilerini belirleyebilmek ve değerlendirebilmek amacıyla geliştirilmiştir. Beşli likert tipte derecelendirilmiş, 31 madde ve yedi alt boyuttan oluşan ölçeğin, Türk çocukları ve gençleri için uygulanabilirlik çalışması Açık ve Düz (2018) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin araştırmacıları tarafından tespit edilen Cronbach alfa güvenirlik katsayısı 0,926'dır. Araştırmadan SYBEÖ'ne ilişkin elde edilen Cronbach alfa güvenirlik katsayı ise 0,924'tür. Tablo 2'de araştırmadan elde edilen güvenirlik katsayı değerleri Tablo 2'de yer almaktadır.

Tablo 2. Ölçek düzeylerine ilişkin güvenirlik testi sonucu

Ölçek	Alt Boyut	Madde Sayısı	α
ÇPÇE	Problem Çözme Becerisine Güven	12	0,822
	Öz denetim	7	0,757
	Kaçınma	5	0,748
	Toplam	24	0,869
SYBEÖ	Zaman Yönetimi	4	0,757
	İletişim	4	0,773
	Liderlik	5	0,779
	Takım Çalışması	6	0,727
	Sosyal Beceriler	4	0,712
	Duygusal Beceriler	4	0,745
	Amaç Belirleme	4	0,804
	Toplam	31	0,924

Literatürde ölçekler için 0,70 üstü güvenirlik katsayısı değerlerinin yüksek güvenirlik olarak kabul edildiği bilinmektedir (Büyüköztürk ve ark. 2013). Bu nedenle araştırmada kullanılan İlköğretim Düzeyindeki Çocuklar için Problem Çözme Envanteri (ÇPÇE) ve Sporun Yaşam Becerilerine Etkisi Ölçeklerinin (SYBEÖ) güvenirlik birer ölçek olduğu söylenebilir.

Verilerin Analizi

Araştırmadan elde edilen verilerin analizinde SPSS 22 paket programı kullanılmıştır. Veri analizine başlamadan önce verilerin normal dağılımdan gelme durumlarını incelemek için Kolmogorov-Smirnov^a ve Shapiro Wilks testleri 0,05 anlamlılık düzeyine göre uygulanmıştır. Tablo 3 incelendiğinde Kolmogorov-Smirnov^a ve Shapiro Wilks testleri sonuçlarının ölçeklerin toplam puan ve alt boyutlarında 0,05'ten küçük olduğu görülmektedir. Ölçeklerin toplam ve alt boyut puanlarının basıklık, çarpıklık değerleri incelendiğinde -1,5 ve +1,5 aralığında olduğu ve literatür incelendiğinde basıklık, çarpıklık değerlerinin -1,5 ile +1,5 aralığında olmasının verilerin normal dağılımdan geldiği şeklinde kabul edilebileceği görülmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Ayrıca ÇPÇE ve SYBEÖ ait histogram ve Q-Q Plots tabloları incelenerek verilerin normal dağılımdan geldiği görülmüştür.

Tablo 3. Araştırmadan elde edilen verilerin ölçek düzeylerine ilişkin normallik testi sonucu

Ölçek	Alt Boyut	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro Wilks			Basıklık	Çarpıklık
		Değer	df	p	Değer	df	p		
ÇPÇE	Problem Çözme Becerisine Güven	0,077	532	0,000	0,982	532	0,000	-0,412	-0,282
	Öz Denetim	0,084	532	0,000	0,967	532	0,000	-0,621	0,061
	Kaçınma	0,120	532	0,000	0,944	532	0,000	-0,755	0,191
	Toplam	0,072	532	0,000	0,980	532	0,000	-0,515	0,005
SYBEÖ	Zaman Yönetimi	0,119	532	0,000	0,951	532	0,000	-0,649	0,305
	İletişim	0,109	532	0,000	0,953	532	0,000	-0,646	0,136
	Liderlik	0,079	532	0,000	0,967	532	0,000	-0,497	0,114
	Takım Çalışması	0,100	532	0,000	0,959	532	0,000	-0,693	0,512
	Sosyal Beceriler	0,135	532	0,000	0,936	532	0,000	-0,834	0,562
	Duygusal Beceriler	0,100	532	0,000	0,956	532	0,000	-0,629	0,148
	Amaç Belirleme	0,133	532	0,000	0,902	532	0,000	-1,000	1,149
	Toplam	0,046	532	0,009	0,980	532	0,000	-0,532	0,608

Bu nedenle verilerin analizinde parametrik testlerden bağımsız gruplar T-Testi (T-testi sonucunda anlamlı farklılığın etki büyüklüğünün hesaplanması eta kare), tek yönlü varyans analizi (tek yönlü varyans analizi sonucunda anlamlı fark çıkan gruplar arasındaki farklılığın tespitinde grupların varyanslarının homojen olması ve örneklem büyüklüklerinin eşit olmaması nedeni ile Post-Hoc Gabriel testi kullanılmıştır), ölçek puanları arasındaki ilişkinin belirlenebilmesi için Pearson korelasyon testi ve ölçek puanları arasındaki etkinin belirlenebilmesi için basit doğrusal regresyon analizleri kullanılmıştır.

Araştırma Yayın Etiği

Araştırma için Amasya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Etik Kurulu'ndan 2022 tarihli ve E-30640013-108.01-101038 karar sayısı ile etik kurul izni alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 4. Sporcu çocukların problem çözme envanteri ve yaşam becerileri ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırması bağımsız gruplar T-testi sonuçları

Ölçek	Alt Boyut	Cinsiyet	n	Ort.	SS	sd	t	p	η^2
ÇPÇE	Problem Çözme Becerisine Güven	Kız	374	3,61	0,69	530	-2,038	0,04*	0,008
		Erkek	158	3,74	0,66				
	Öz Denetim	Kız	374	3,90	0,79	530	-2,214	0,03*	0,009
		Erkek	158	3,56	0,78				
	Kaçınma	Kız	374	3,73	0,77	530	-0,633	0,53	
		Erkek	158	3,95	0,78				
	Toplam	Kız	374	3,66	0,61	530	-2,190	0,03*	0,009
		Erkek	158	3,78	0,56				

SYBEÖ	Zaman Yönetimi	Kız	374	3,93	0,73	530	-2,309	0,02*	0,010
		Erkek	158	4,09	0,70				
	İletişim	Kadın	374	3,82	0,79	530	-1,529	0,13	
		Erkek	158	3,94	0,79				
	Liderlik	Kız	374	3,84	0,73	530	-1,528	0,13	
		Erkek	158	3,95	0,71				
	Takım Çalışması	Kız	374	3,97	0,66	530	-0,941	0,35	
		Erkek	158	4,03	0,68				
	Sosyal Beceriler	Kız	374	3,91	0,83	530	-0,132	0,90	
		Erkek	158	3,92	0,79				
	Duygusal Beceriler	Kız	374	3,58	0,92	530	-2,736	0,01*	0,014
		Erkek	158	3,82	0,86				
	Amaç Belirleme	Kız	374	4,06	0,85	530	-1,118	0,26	
		Erkek	158	4,15	0,74				
	Toplam	Kız	374	3,88	0,59	530	-1,893	0,06	
		Erkek	158	3,98	0,60				

*p<0,05

Tablo 4'e göre düzenli olarak spor yapan çocukların cinsiyetleri problem çözme envanteri problem çözme becerisine güven, öz denetim ve ÇPÇE toplam puan ortalamalarında anlamlı farklılığa neden olurken, kaçınma alt boyutunda anlamlı farklılığa neden olmamaktadır ($p<0,05$). Problem çözme becerisine güven alt boyutunda ($\bar{x}_{\text{Erkek}}=3,74$; $\bar{x}_{\text{Kız}}=3,61$; $t_{530}=-2,038$; $p=0,04$) ve ÇPÇE toplam puanlarında ($\bar{x}_{\text{Erkek}}=3,78$; $\bar{x}_{\text{Kız}}=3,66$; $t_{530}=-2,190$; $p=0,03$) erkeklerin kızlara göre, öz denetim alt boyutunda ($\bar{x}_{\text{Erkek}}=3,90$; $\bar{x}_{\text{Kız}}=3,56$; $t_{530}=-2,214$; $p=0,03$) ise kızların erkeklere göre daha yüksek puan ortalamasına sahip olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu çocukların cinsiyetlerinin yaşam becerileri ölçeği zaman yönetimi ve duygusal beceriler alt boyutlarında anlamlı farklılığa neden olurken, iletişim, liderlik, takım çalışması, sosyal beceriler, amaç belirleme alt boyutları ile SYBEÖ toplam puan ortalamalarında anlamlı farklılığa neden olmamaktadır ($p<0,05$). SYBEÖ zaman yönetimi ($\bar{x}_{\text{Erkek}}=4,09$; $\bar{x}_{\text{Kız}}=3,93$; $t_{530}=-2,309$; $p=0,02$) ve duygusal beceriler ($\bar{x}_{\text{Erkek}}=3,82$; $\bar{x}_{\text{Kız}}=3,58$; $t_{530}=-2,736$; $p=0,01$) alt boyutlarında erkeklerin puan ortalamalarının kızlara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sporcu çocukların cinsiyetlerinin ÇPÇE ve SYBEÖ puanlarına ilişkin etki büyüklüğünü tespit etmek için eta kare (η^2) değeri hesaplanmış ve Cohen (1998) "d" indeksine göre yorumlanmıştır. Buna göre ÇPÇE problem çözme becerisine güven

($\eta^2=0,008$), öz denetim ($\eta^2=0,009$) alt boyutları ile toplam puan ($\eta^2=0,009$) ortalamalarında ve SYBEÖ zaman yönetimi ($\eta^2=0,010$) ve duygusal beceriler ($\eta^2=0,014$) alt boyutlarında eta kare değeri incelenmiş ve cinsiyet değişkeninin düşük etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Sporcu çocukların ÇPÇE ve SYBEÖ puanlarının yaş değişkenine göre karşılaştırması tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) sonuçları

Ölçek	Alt Boyut	Yaş	n	Ort.	SS	sd	F	p	Gabriel
ÇPÇE	Problem Çözme Becerisine Güven	11 yaş (1)	200	3,70	0,70	2 529 531	1,967	0,14	-
		12 yaş (2)	232	3,65	0,67				
		13 yaş (3)	100	3,54	0,67				
		Toplam	532	3,65	0,68				
	Öz Denetim	11 yaş (1)	200	3,71	0,81	2 529 531	3,122	0,04*	1>3
		12 yaş (2)	232	3,59	0,81				
		13 yaş (3)	100	3,47	0,68				
		Toplam	532	3,61	0,79				
	Kaçınma	11 yaş (1)	200	3,88	0,79	2 529 531	1,448	0,24	-
		12 yaş (2)	232	3,98	0,77				
		13 yaş (3)	100	3,85	0,74				
		Toplam	532	3,92	0,77				
	Toplam	11 yaş (1)	200	3,74	0,60	2 529 531	2,341	0,10	-
		12 yaş (2)	232	3,70	0,61				
		13 yaş (3)	100	3,58	0,55				
		Toplam	532	3,69	0,60				

SYBEÖ	Zaman Yönetimi	11 yaş (1)	200	3,98	0,77	2 529 531	0,039	0,96	-
		12 yaş (2)	232	3,98	0,70				
		13 yaş (3)	100	3,96	0,70				
		Toplam	532	3,98	0,73				
	İletişim	11 yaş (1)	200	3,86	0,78	2 529 531	0,079	0,92	-
		12 yaş (2)	232	3,87	0,80				
		13 yaş (3)	100	3,83	0,80				
		Toplam	532	3,85	0,79				
	Liderlik	11 yaş (1)	200	3,87	0,72	2 529 531	0,848	0,43	-
		12 yaş (2)	232	3,91	0,69				
		13 yaş (3)	100	3,80	0,80				
		Toplam	532	3,88	0,72				
	Takım Çalışması	11 yaş (1)	200	3,97	0,71	2 529 531	0,146	0,86	-
		12 yaş (2)	232	3,98	0,64				
		13 yaş (3)	100	4,01	0,65				
		Toplam	532	3,98	0,67				
	Sosyal Beceriler	11 yaş (1)	200	3,90	0,82	2 529 531	0,294	0,75	-
		12 yaş (2)	232	3,94	0,82				
		13 yaş (3)	100	3,88	0,81				
		Toplam	532	3,91	0,82				
SYBEÖ	Duygusal Beceriler	11 yaş (1)	200	3,62	0,91	2 529 531	0,557	0,57	-
		12 yaş (2)	232	3,70	0,92				
		13 yaş (3)	100	3,60	0,92				
		Toplam	532	3,65	0,91				
	Amaç Belirleme	11 yaş (1)	200	4,08	0,82	2 529 531	0,106	0,90	-
		12 yaş (2)	232	4,09	0,84				
		13 yaş (3)	100	4,12	0,77				
		Toplam	532	4,09	0,82				
	Toplam	11 yaş (1)	200	3,90	0,62	2 529 531	0,185	0,83	-
		12 yaş (2)	232	3,93	0,58				
		13 yaş (3)	100	3,89	0,58				
		Toplam	532	3,91	0,60				

*p<0,05

Sporcu çocukların yaş değişkeni ÇPÇE öz denetim alt boyutunda anlamlı farklılığa neden olurken ($p<0,05$), diğer alt boyutları ve toplam puan ortalamaları ile SYBEÖ alt boyutları ile toplam puan ortalamalarında anlamlı farklılığa neden

olmamaktadır ($p>0,05$). ÇPÇE öz denetim alt boyutundaki anlamlı farklılığın 11 yaş ile 13 yaş ($\bar{x}_{11 \text{ yaş}}=3,71$; $\bar{x}_{13 \text{ yaş}}=3,47$; $F_{2-531}=3,122$; $p=0,04$) sporcu çocuklar arasında olduğu; 11 yaş çocukların puan ortalamalarının 13 yaş çocuklara göre anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 6. Sporcu çocukların ÇPÇE ve SYBEÖ puanlarının branş değişkenine göre karşılaştırması bağımsız gruplar T-testi sonuçları

Ölçek	Alt Boyut	Branş	n	Ort.	SS	sd	t	p
ÇPÇE	Problem Çözme Becerisine Güven	Bireysel Sporlar	151	3,68	0,64	530	0,707	0,48
		Takım Sporları	381	3,64	0,70			
	Öz Denetim	Bireysel Sporlar	151	3,51	0,76	530	-1,846	0,07
		Takım Sporları	381	3,65	0,80			
	Kaçınma	Bireysel Sporlar	151	3,87	0,73	530	-0,826	0,41
		Takım Sporları	381	3,94	0,79			
	Toplam	Bireysel Sporlar	151	3,67	0,53	530	-0,526	0,60
		Takım Sporları	381	3,70	0,62			

SYBEÖ	Zaman Yönetimi	Bireysel Sporlar	151	3,95	0,74	530	-0,603	0,55
		Takım Sporları	381	3,99	0,72			
	İletişim	Bireysel Sporlar	151	3,85	0,77	530	0,000	1,00
		Takım Sporları	381	3,85	0,80			
	Liderlik	Bireysel Sporlar	151	3,84	0,69	530	-0,664	0,51
		Takım Sporları	381	3,89	0,74			
	Takım Çalışması	Bireysel Sporlar	151	3,97	0,64	530	-0,311	0,76
		Takım Sporları	381	3,99	0,68			
	Sosyal Beceriler	Bireysel Sporlar	151	3,90	0,76	530	-0,174	0,86
		Takım Sporları	381	3,92	0,84			
	Duygusal Beceriler	Bireysel Sporlar	151	3,66	0,89	530	0,129	0,90
		Takım Sporları	381	3,65	0,92			
	Amaç Belirleme	Bireysel Sporlar	151	4,15	0,73	530	1,118	0,23
		Takım Sporları	381	4,06	0,85			
	Toplam	Bireysel Sporlar	151	3,91	0,56	530	-0,100	0,92
		Takım Sporları	381	3,91	0,61			

$p>0,05$

Tablo 6'ya göre sporcu çocukların ilgilendikleri spor branşı değişkeni ÇPÇE alt boyutları ve toplam puanları ile SYBEÖ alt boyutları ve toplam puan ortalamalarında anlamlı farklılığa neden olmamaktadır ($p>0,05$).

Tablo 7. Sporcu çocukların ÇPÇE ve SYBEÖ puanlarının spor yaşı değişkenine göre karşılaştırması tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) sonuçları

Ölçek	Alt Boyut	Spor Yaşı	n	Ort.	SS	sd	F	p	Gabriel	
ÇPÇE	Problem Çözme Becerisine Güven	2 yıl ve-(1)	214	3,66	0,67	2	529	0,144	0,87	-
		3-4 yıl (2)	115	3,62	0,69					
		5 yıl ve+(3)	203	3,66	0,70					
		Toplam	532	3,65	0,68	531				
	Öz Denetim	2 yıl ve-(1)	214	3,61	0,80	2	529	0,958	0,38	-
		3-4 yıl (2)	115	3,53	0,78					
		5 yıl ve+(3)	203	3,66	0,78					
		Toplam	532	3,61	0,79	531				
	Kaçınma	2 yıl ve-(1)	214	3,88	0,79	2	529	2,653	0,07	-
		3-4 yıl (2)	115	3,82	0,81					
		5 yıl ve+(3)	203	4,01	0,72					
		Toplam	532	3,92	0,77	531				
	Toplam	2 yıl ve-(1)	214	3,69	0,60	2	529	0,954	0,39	-
		3-4 yıl (2)	115	3,64	0,60					
		5 yıl ve+(3)	203	3,73	0,59					
		Toplam	532	3,69	0,60	531				

SYBEÖ	Zaman Yönetimi	2 yıl ve-(1)	214	3,87	0,74	2			
		3-4 yıl (2)	115	4,00	0,73		529	4,448	0,01*
		5 yıl ve+(3)	203	4,08	0,69				3>1
		Toplam	532	3,98	0,73	531			
	İletişim	2 yıl ve-(1)	214	4,03	0,83	2			
		3-4 yıl (2)	115	4,06	0,82		529	1,658	0,19
		5 yıl ve+(3)	203	4,17	0,80				-
		Toplam	532	4,09	0,82	531			
	Liderlik	2 yıl ve-(1)	214	3,85	0,74	2			
		3-4 yıl (2)	115	3,81	0,66		529	1,461	0,23
		5 yıl ve+(3)	203	3,94	0,75				-
		Toplam	532	3,88	0,72	531			
	Takım Çalışması	2 yıl ve-(1)	214	3,90	0,70	2			
		3-4 yıl (2)	115	3,92	0,67		529	5,441	0,00**
		5 yıl ve+(3)	203	4,10	0,61				3>1
		Toplam	532	3,98	0,67	531			
	Sosyal Beceriler	2 yıl ve-(1)	214	3,82	0,84	2			
		3-4 yıl (2)	115	3,92	0,86		529	2,920	0,05
		5 yıl ve+(3)	203	4,01	0,75				-
		Toplam	532	3,91	0,82	531			
	Duygusal Beceriler	2 yıl ve-(1)	214	3,60	0,93	2			
		3-4 yıl (2)	115	3,66	0,82		529	0,595	0,55
		5 yıl ve+(3)	203	3,70	0,94				-
		Toplam	532	3,65	0,91	531			
	Amaç Belirleme	2 yıl ve-(1)	214	4,03	0,83	2			
		3-4 yıl (2)	115	4,06	0,82		529	1,658	0,19
		5 yıl ve+(3)	203	4,17	0,80				-
		Toplam	532	4,09	0,82	531			
	Toplam	2 yıl ve-(1)	214	3,84	0,61	2			
		3-4 yıl (2)	115	3,89	0,57		529	3,525	0,03*
		5 yıl ve+(3)	203	3,99	0,58				3>1
		Toplam	532	3,91	0,60	531			

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

Tablo 7'ye göre sporcu çocukların spor yaşı değişkeni ÇPÇE alt boyutları ve toplam puan ortalamalarında anlamlı farklılığa neden olmamaktadır (p>0,05). Çocukların spor yaşları ile SYBEÖ puanları karşılaştırmasında ise spor yaşının za-

man yönetimi, takım çalışması ve SYBEÖ toplam puan ortalamalarında farklılığa neden olurken ($p < 0,05$), iletişim, liderlik, sosyal beceriler, duygusal beceriler, amaç belirleme alt boyutlarından anlamlı farklılığa neden olmamaktadır ($p > 0,05$). SYBEÖ zaman yönetimi ($\bar{x}_{5 \text{ yıl ve daha fazla}} = 4,08$; $\bar{x}_{2 \text{ yıl ve daha az}} = 3,87$; $F_{2-531} = 4,448$; $p = 0,01$), takım çalışması ($\bar{x}_{5 \text{ ve daha fazla}} = 4,10$; $\bar{x}_{2 \text{ yıl ve daha az}} = 3,90$; $F_{2-531} = 5,441$; $p = 0,00$) alt boyutları ile toplam puan ortalamalarında ($\bar{x}_{5 \text{ ve daha fazla}} = 3,99$; $\bar{x}_{2 \text{ yıl ve daha az}} = 3,84$; $F_{2-531} = 3,525$; $p = 0,03$) 5 yıl ve daha fazla spor yaşına sahip olan çocukların puan ortalamalarının 2 yıl ve daha az spor yaşındaki sporcu çocuklara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu Tablo 7'de görülmektedir ($p < 0,05$). Elde edilen bulgulara göre spor yaşındaki artış sporcu çocuklarda zaman yönetimi, takım çalışması ve toplam yaşam becerilerinde olumlu etkisi olduğu söylenebilir.

Tablo 8. Sporcu çocukların ÇPÇE ve SYBEÖ puanlarının haftalık antrenman gün sayısı değişkenine göre karşılaştırması tek yönlü varyans analizi (One-Way ANOVA) sonuçları

Ölçek	Alt Boyut	Antrenman Gün Sayısı	n	Ort.	SS	sd	F	p	Gabriel
ÇPÇE	Problem Çözme Becerisine Güven	2-3 gün (1)	318	3,63	0,68	2 29 531	0,680	0,51	-
		4-5 gün (2)	162	3,70	0,69				
		6 gün+(3)	52	3,63	0,66				
		Toplam	532	3,65	0,68				
	Öz Denetim	2-3 gün (1)	318	3,57	0,79	2 29 531	1,310	0,27	-
		4-5 gün (2)	162	3,69	0,79				
		6 gün+(3)	52	3,60	0,77				
		Toplam	532	3,61	0,79				
	Kaçınma	2-3 gün (1)	318	3,86	0,79	2 29 531	3,449	0,03*	2>1
		4-5 gün (2)	162	4,05	0,72				
		6 gün+(3)	52	3,89	0,77				
		Toplam	532	3,92	0,77				
	Toplam	2-3 gün (1)	318	3,66	0,60	2 29 531	1,987	0,14	-
		4-5 gün (2)	162	3,77	0,60				
		6 gün+(3)	52	3,68	0,58				
		Toplam	532	3,69	0,60				

SYBEÖ	Zaman Yönetimi	2-3 gün (1)	318	3,88	0,75	2 29 531	9,098	0,00*	2>1 3>1
		4-5 gün (2)	162	4,07	0,67				
		6 gün+(3)	52	4,27	0,66				
		Toplam	532	3,98	0,73				
	İletişim	2-3 gün (1)	318	3,79	0,80	2 29 531	4,681	0,01*	3>1
		4-5 gün (2)	162	3,90	0,79				
		6 gün+(3)	52	4,13	0,71				
		Toplam	532	3,85	0,79				
	Liderlik	2-3 gün (1)	318	3,83	0,73	2 29 531	1,957	0,14	-
		4-5 gün (2)	162	3,93	0,67				
		6 gün+(3)	52	4,00	0,81				
		Toplam	532	3,88	0,72				
	Takım Çalışması	2-3 gün (1)	318	3,93	0,69	2 29 531	3,774	0,02*	3>1
		4-5 gün (2)	162	4,02	0,65				
		6 gün+(3)	52	4,19	0,57				
		Toplam	532	3,98	0,67				
	Sosyal Beceriler	2-3 gün (1)	318	3,85	0,86	2 29 531	2,281	0,10	-
		4-5 gün (2)	162	3,98	0,73				
		6 gün+(3)	52	4,05	0,76				
		Toplam	532	3,91	0,82				
	Duygusal Beceriler	2-3 gün (1)	318	3,55	0,95	2 29 531	6,875	0,00**	2>1 3>1
		4-5 gün (2)	162	3,74	0,82				
		6 gün+(3)	52	4,00	0,85				
		Toplam	532	3,65	0,91				
	Amaç Belirleme	2-3 gün (1)	318	3,99	0,89	2 29 531	8,254	0,00**	2>1 3>1 3>2
		4-5 gün (2)	162	4,18	0,68				
		6 gün+(3)	52	4,44	0,67				
		Toplam	532	4,09	0,82				
	Toplam	2-3 gün (1)	318	3,84	0,61	2 29 531	7,995	0,00**	2>1 3>1
		4-5 gün (2)	162	3,98	0,55				
		6 gün+(3)	52	4,15	0,54				
		Toplam	532	3,91	0,60				

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

Tablo 8 incelendiğinde sporcu çocukların haftalık antrenman gün sayısının ÇPÇE kaçınma alt boyutu ile SYBEÖ zaman yönetimi, iletişim, takım çalışması, duygusal beceriler, amaç belirleme ve SYBEÖ toplam puan ortalamalarında anlamlı farklılığa neden olduğu görülmektedir (p<0,05).

ÇPÇE kaçınma alt boyutunda haftada 4-5 gün antrenman yapan sporcu çocukların puan ortalamalarının, haftada 2-3 gün antrenman yapanlara ($\bar{x}_{4-5 \text{ gün}}=4,05$; $\bar{x}_{2-3 \text{ gün}}=3,86$; $F_{2-531}=3,449$; $p=0,03$) göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

SYBEÖ zaman yönetimi ($\bar{x}_{2-3 \text{ gün}}=3,88$; $\bar{x}_{4-5 \text{ gün}}=4,07$; $\bar{x}_{6 \text{ gün ve daha fazla}}=4,27$; $F_{2-531}=9,098$; $p=0,00$), duygusal beceriler ($\bar{x}_{2-3 \text{ gün}}=3,55$; $\bar{x}_{4-5 \text{ gün}}=3,74$; $\bar{x}_{6 \text{ gün ve daha fazla}}=4,00$; $F_{2-531}=6,875$; $p=0,00$) alt boyutları ile toplam puan ortalamalarında ($\bar{x}_{2-3 \text{ gün}}=3,84$; $\bar{x}_{4-5 \text{ gün}}=3,98$; $\bar{x}_{6 \text{ gün ve daha fazla}}=4,15$; $F_{2-531}=7,995$; $p=0,00$) haftada 4-5 gün ve 6 gün antrenman yapan sporcuların puan ortalamalarının haftada 2-3 gün antrenman yapan çocuklara göre anlamlı şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir. SYBEÖ iletişim ($\bar{x}_{2-3 \text{ gün}}=3,79$; $\bar{x}_{6 \text{ gün ve daha fazla}}=4,13$; $F_{2-531}=4,681$; $p=0,01$) ve takım çalışması ($\bar{x}_{2-3 \text{ gün}}=3,93$; $\bar{x}_{6 \text{ gün ve daha fazla}}=4,19$; $F_{2-531}=3,774$; $p=0,02$) alt boyutlarında haftada 6 gün ve daha fazla antrenman yapan sporcu çocukların puan ortalamalarının, 2-3 gün antrenman yapanlara göre anlamlı şekilde yüksek olduğu tespit edilirken, SYBEÖ amaç belirleme ($\bar{x}_{2-3 \text{ gün}}=3,84$; $\bar{x}_{4-5 \text{ gün}}=3,98$; $\bar{x}_{6 \text{ gün ve daha fazla}}=4,44$; $F_{2-531}=8,254$; $p=0,00$) alt boyutunda haftada 6 gün ve daha fazla antrenman yapan sporcu çocukların ortalamalarının; haftada 4-5 gün ve haftada 2-3 gün antrenman yapanlara göre anlamlı şekilde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre haftalık antrenman sayısının artması yaşam becerileri ortalamalarını olumlu şekilde etkilemektedir.

Tablo 9. Sporcu çocuklara ait ÇPÇE ve SYBEÖ puanlarının Pearson korelasyon test sonuçları

Ölçek/Alt Boyut									
Ölçek/Alt Boyut		Zaman Yönetimi	İletişim	Liderlik	Takım Çalışması	Sosyal Beceri	Duygusal Beceri	Amaç Belirleme	SYBEÖ Ortalama
Problem Çözme Becerisine Güven	r	0,427**	0,370**	0,423**	0,408**	0,290**	0,397**	0,397**	0,502**
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
Özdenetim	r	0,285**	0,196**	0,209**	0,182**	0,174**	0,137**	0,231**	0,258**
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,002	0,000	0,000
Kaçınma	r	0,316**	0,258**	0,286**	0,311**	0,228**	0,230**	0,294**	0,356**
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
ÇPÇE Ortalama	r	0,439**	0,356**	0,399**	0,387**	0,294**	0,341**	0,395**	0,482**
	p	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000

**p<0,01

Sporcu çocukların ÇPÇE ve SYBEÖ puan ortalamaları Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre ÇPÇE problem becerisine güven alt boyutu ile SYBEÖ zaman yönetimi ($r=0,427$; $p<0,000$), iletişim ($r=0,370$; $p<0,000$), liderlik ($r=0,423$; $p<0,000$), takım çalışması ($r=0,408$; $p<0,000$), sosyal beceri ($r=0,290$; $p<0,000$), duygusal beceri ($r=0,397$; $p<0,000$), amaç belirleme ($r=0,397$; $p<0,000$) alt boyutları arasında pozitif yönlü ve düşük düzeyde, SYBEÖ ortalama puanları ($r=0,502$; $p<0,000$) ile pozitif yönde ve orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($p<0,01$).

ÇPÇE özdenetim alt boyutu ile zaman yönetimi ($r=0,285$; $p<0,000$), iletişim ($r=0,196$; $p<0,000$), liderlik ($r=0,209$; $p<0,000$), takım çalışması ($r=0,182$; $p<0,000$), sosyal beceri ($r=0,174$; $p<0,000$), duygusal beceri ($r=0,137$; $p<0,002$), amaç belirleme ($r=0,231$; $p<0,000$) alt boyutları arasında pozitif yönlü ve çok düşük düzeyde, SYBEÖ ortalama puanları ($r=0,258$; $p<0,000$) ile pozitif yönde ve düşük düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($p<0,01$).

ÇPÇE kaçınma alt boyutu ile sosyal beceri ($r=0,228$; $p<0,000$), duygusal beceri ($r=0,230$; $p<0,002$), alt boyutları arasında pozitif yönlü ve çok düşük düzeyde, zaman yönetimi ($r=0,316$; $p<0,000$), iletişim ($r=0,258$; $p<0,000$), liderlik ($r=0,286$; $p<0,000$), takım çalışması ($r=0,311$; $p<0,000$), amaç belirleme ($r=0,294$; $p<0,000$) alt boyutları ile SYBEÖ ortalama puanları ($r=0,356$; $p<0,000$) arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir ($p<0,01$).

ÇPÇE ortalama puanları ile SYBEÖ zaman yönetimi ($r=0,439$; $p<0,000$), iletişim ($r=0,356$; $p<0,000$), liderlik ($r=0,399$; $p<0,000$), takım çalışması ($r=0,387$; $p<0,000$), sosyal beceri ($r=0,294$; $p<0,000$), duygusal beceri ($r=0,341$; $p<0,000$), amaç belirleme ($r=0,395$; $p<0,000$) alt boyutları ile SYBEÖ ortalama puanları ($r=0,482$; $p<0,000$) arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir ($p<0,01$).

Tablo 10. Sporcu çocukların yaşam becerilerinin problem çözme becerilerini yordamasına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi sonuçları

		B	Std. Error	β	t	p
ÇPÇE	Constant	1,801	,151		11,923	,000
	SYBEÖ	,484	,038	,482	12,679	,000

$R=,482^a$; $R^2=,233$; $F=160,753$; $p<0,05$

Tablo 10'da görüldüğü üzere basit doğrusal regresyon analizi sonucunda sporcu çocukların SYBEÖ puanlarının ($R=,482^a$, $R^2=,233$, $F_{1-531}=160,753$, $p<0,05$), ÇPÇE puanlarını anlamlı bir şekilde yordadığı belirlenmiştir ($p<0,05$). Bu bulgulara göre sporcu çocukların yaşam becerileri, problem çözme becerileri varyansının yüzde 23'ünü açıklamaktadır.

TARTIŞMA

11-13 yaş aralığındaki sporcu çocukların problem çözme ve yaşam becerilerini farklı değişkenlere göre inceleyerek, bu beceriler arasındaki ilişki ve etkinin boyutlarını belirlemek amacı ile gerçekleştirilen araştırmaya, spor kulüplerinde farklı branşlarda düzenli olarak antrenman yapan 532 sporcu çocuk gönüllü olarak katılmıştır.

Elde edilen bulgular cinsiyet değişkenine göre ele alındığında araştırmada yer alan sporcu çocukların cinsiyetlerinin problem çözme becerilerinde anlamlı farklılığa neden olduğu tespit edilmiştir. Erkek çocukların puan ortalamalarının problem çözme becerisine güven boyutu ile problem çözme becerileri puanlarında kız çocuklara göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu kız çocuklarının ise özdenetim alt boyutunda erkek çocuklara göre anlamlı düzeyde daha yüksek ortalama puana sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Ancak problem çözme becerisinde, cinsiyet değişkeni bağlamında elde edilen bu farklılığın etki değeri (η^2) incelendiğinde 11-13 yaş sporcu çocuklarda, cinsiyetin problem çözme becerileri üzerinde düşük etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Benzer bir şekilde Cihan'da (2018) araştırmasında erkeklerin problem çözme becerilerinin kadınlara göre anlamlı derecede yüksek olduğunu ve belirlenen bu farklılığın etki büyüklüğünü düşük olduğunu ifade etmektedir.

Literatür incelendiğinde Yılmaz (2020) spor yapan erkek öğrencilerinin problem çözme becerilerinin yüksek olmasına rağmen cinsiyetin anlamlı farklılığa neden olmadığını ifade etmektedir. Öztürk (2019) lise öğrencilerinin problem çözme becerilerinin cinsiyet değişkeninin anlamlı farklılığa neden olduğunu belirtmiştir. Yine bulgularımıza benzer şekilde Türkçapar (2009) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin problem çözme becerilerinde cinsiyet değişkeninin farklılaşmaya neden olduğunu ve kadınların erkelere göre daha yüksek problem çözme becerisine sahip olduğunu tespit etmiştir. Kuru ve Karabulut'da (2009) cinsiyetin yükseköğretim öğrencileri problem çözme becerilerinde farklılığa neden olduğunu belirtirken, sonuçlarımızdan farklı olarak kadınların erkek öğrencilere göre daha yüksek problem çözme puan ortalamasına sahip olduğunu tespit etmişlerdir.

Kabadayı ve ark. (2020) elit sporcular ve sedanterlerin problem çözme becerilerinde cinsiyet değişkeninin anlamlı farklılığa neden olmadığını belirtmiştir. Bunun yanı sıra literatürde problem çözme becerilerinde cinsiyetin anlamlı farklılığa neden olmadığı sonucuna ulaşan birçok araştırmaya da rastlamak mümkündür (Karabulut, 2009; Canan ve Ataoğlu, 2010; Karabulut ve Ulucan, 2011; Pulur ve ark., 2012; Ağılönü, 2014; Özdenk ve Kaya, 2017; Veziroğlu, 2019; Çakır ve ark., 2020).

Sporcu çocukların yaşam becerileri cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde zaman yönetimi ve duygusal beceriler boyutlarında erkek çocukların kız çocuklara göre anlamlı düzeyde daha yüksek ortalama puana sahip oldukları tespit edilmiştir.

Erkek çocukların ortalama puanlarındaki bu farklılaşmanın yaşam becerileri üzerindeki etki değeri incelendiğinde düşük etki düzeyinde olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bulgularımıza benzer olarak Sarı (2021), Yılmaz (2020) ve Karademir (2020) erkek sporcu bireylerin yaşam becerilerinde kadınlara göre daha yüksek beceri puanına sahip olduğunu tespit etmiştir. Literatürde cinsiyetin yaşam becerilerinde farklılığa neden olduğunu ifade eden birçok araştırmaya rastlamak mümkündür (Taşçı, 2020; Altun ve ark., 2021; Zeze ve Erel, 2021; Durhan, 2021; Uzundağ, 2022).

Yiğitsoy (2022), Özsarı ve ark. (2022), Cengiz (2023), İslam (2022), Çolak ve ark. (2022) ile Karadağ'ın (2019) araştırmaları ise cinsiyetin yaşam becerilerinde farklılığa neden olmadığı sonucuna ulaşan çalışmalara örnek olarak gösterilebilir.

Araştırma sonunda sporcu çocukların yaşlarının, sadece problem çözme becerileri öz denetim boyutunda farklılaşmaya neden olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca göre 11 yaş sporcu çocukların problem karşısında kendini yönetebilme, özerk davranış ve düşünceler geliştirebilme ve iç denetim becerilerinin 13 yaş çocuklara göre daha yüksek olduğu söylenebilir.

Bulgularımıza benzer olarak Öztürk (2019) lise öğrencilerinde yaşı problem çözme becerilerinde anlamlı farklılığa neden olduğunu tespit etmiştir. Ancak Öztürk (2019), bulgularımızdan farklı olarak yaş arttıkça problem çözme becerisinin arttığı sonucuna ulaşmıştır. Literatür incelendiğinde bulgularımızla benzerlik göstermeyen araştırmalara da rastlamak mümkündür. Yılmaz (2020) spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin problem çözme becerilerinde yaş değişkeninin anlamlı farklılık oluşturmadığını belirtmiştir. Benzer şekilde Özdenk ve Kaya (2017), Kuru ve Karabulut (2009) ve Kat (2009) araştırmalarında yaşı problem çözme becerilerinde farklılığa neden olmadığını tespit etmişlerdir.

Araştırmamızdan elde ettiğimiz bulgulara göre sporcu çocukların yaşları, yaşam becerilerinde farklılığa neden olmamaktadır. Yılmaz (2020) düzenli spor yapan bireylerde yaş değişkeninin yaşam becerilerinde farklılaşmaya neden olmadığını belirtmektedir. Yine Cengiz (2023), Durhan (2021) ve Kardağ'da (2019) yaşı yaşam becerilerinde anlamlı farklılığa neden olmadığını belirten sonuçlar elde etmişlerdir. Literatür incelendiğinde yaşa bağlı olarak yaşam becerilerinde değişimlerin gözlemlendiği çalışmalarda yer almaktadır. Yiğitsoy (2022), Karademir (2020), Altun ve ark. (2021) yaş arttıkça yaşam beceri düzeylerinin arttığı, Uzundağ (2022) ve Taşçı (2020) ise yaş azaldıkça yaşam beceri seviyesinin arttığı sonucuna ulaşmışlardır.

Araştırmada farklı branşlarda faaliyet gösteren sporcu çocukların bireysel veya takım sporlarında yer almaları problem çözme becerilerinde farklılığa neden olmamaktadır. Bulgularımıza benzer şekilde Özdenk ve Kaya (2017), Ağılönü (2014), Sözen ve ark. (2012), Pulur ve ark. (2012) ile Karabulut (2009) problem çözme becerilerinde spor branşının anlamı bir farklılığa neden olmadığını tespit etmişlerdir.

Cihan (2018), Canan ve Ataoğlu (2010) takım sporcularının daha yüksek problem çözme becerisine sahip olduklarını tespit ettiği çalışmalarının yanı sıra Kat (2009) ve Işık ve ark. (2016) bireysel sporcularının daha yüksek problem çözme becerisine sahip olduklarını tespit ettiği çalışmaları literatürde bulgularımızla farklı sonuçlar ortaya koyan çalışmalara örnek olarak gösterilebilir.

Sporcu çocukların branşlarının yaşam becerilerinde farklılığa neden olmadığını tespit ettiğimiz araştırma sonuçlarımıza benzer olarak Uzundağ (2022) ve Kardağ (2019) araştırmalarında branşların yaşam becerilerinde farklılığa neden olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Cengiz (2023), Ribas ve ark. (2022), Özsarı ve ark. (2022), Yiğitsoy (2022), İslam (2022), Durhan (2021), Yılmaz (2020), Taşçı (2020) spor branşlarının bireylerin yaşam becerilerinde farklılaşmaya neden olduğunu belirtmektedir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre çocukların spor yaşlarının problem çözme becerilerinde farklılığa neden olmadığı tespit edilmiştir. Literatür incelendiğinde spor yaşının problem çözme becerisi üzerindeki etkisine ilişkin araştırma sonuçlarımıza benzer araştırmalara rastlamak mümkündür. Işık ve ark. (2016), Pulur ve ark. (2012), Kat (2009) sporcuların problem çözme becerilerinde spor yaşının farklılaşmaya neden olmadığını gösteren sonuçlara ulaşmışlardır. Yılmaz (2020) ise spor yaşının arttıkça problem çözme becerilerinin arttığını belirtirken spor yaşının problem çözme becerilerinde anlamlı farklılığa neden olduğunu belirtmiştir.

Sporcu çocukların spor yaşları, zaman yönetimi, takım çalışması ve yaşam becerileri puanlarında farklılaşmaya neden olmaktadır. Elde edilen sonuçlara göre spor yaşı 5 yıl ve daha fazla olan çocukların zaman yönetimi, takım çalışması ve yaşam becerileri spor yaşı 2 yıl ve daha az olan çocuklara göre daha yüksektir. Bu sonuca göre 11-13 yaş sporcu çocuklarda spor yaşının artması yaşam becerilerinde de artışa neden olduğu söylenebilir. Yiğitsoy (2022), İslam (2022) ve Yılmaz'da (2020) araştırmalarında spor yaşı arttıkça yaşam becerilerinde artış olduğunu tespit etmişlerdir. Özsarı ve ark. (2022) ise spor yaşının yaşam becerilerini etkilemediğini belirtmektedir.

Araştırma sonuçlarına göre 11-13 yaş sporcu çocukların haftalık antrenman gün sayıları problem çözme becerilerinden kaçınma boyutunda farklılaşmaya neden olmaktadır. Bu sonuca göre haftada 4-5 gün antrenman yapan çocukların diğer çocuklara göre bir problemle karşılaştıklarında, karşılaştıkları sorunu çözmek yerine sorunu erteleme yoluna gittikleri, karşılaştıkları problemleri yok saydıkları, sorunlarla yüzleşmekten kaçınma eğiliminde oldukları söylenebilir.

Araştırmadan elde edilen bulgulara benzer olarak Kat (2009) sporcularda haftalık antrenman sayısının problem çözme becerileri kaçınan yaklaşım alt boyu-

tunda anlamlı farklılığa neden olduğunu tespit etmiştir. Araştırma sonuçlarına göre Kat (2009), sporcularda antrenman gün sayısının artması karşılaşılan problemlerle yüzleşmekten kaçınma davranışının arttığını belirtmiştir.

Antrenman gün sayısı değişkeni 11-13 yaş sporcu çocukların yaşam becerilerinde anlamlı farklılığa neden olmaktadır. Elde edilen sonuçlara göre antrenman gün sayısı arttıkça çocukların yaşam beceri düzeylerinde de artışın gerçekleştiği söylenebilir. Durhan (2021) haftalık antrenman sayısının yaşam becerilerinde farklılığa neden olduğunu, antrenman sayısı arttıkça yaşam beceri seviyesinin düştüğünü belirtirken, Cengiz (2023) haftalık antrenman gün sayısının yaşam becerilerinde farklılığa neden olmadığını tespit etmiştir.

11-13 yaş sporcu çocukların problem çözme becerileri ile yaşam becerileri arasındaki ilişki incelendiğinde, beceriler arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçtan hareketle sporcu çocukların problem çözme becerileri arttıkça yaşam becerilerinin de arttığı söylenebilir. Son olarak sporcu çocukların yaşam becerileri problem çözme becerilerini anlamlı bir şekilde yordamakta ve yaşam becerileri, problem çözme becerileri varyansının yüzde 23'ünü açıklamaktadır.

SONUÇ

Araştırma bulguları incelendiğinde 11-13 yaş arası sporcu kız çocukların problemle karşılaştıklarında kendini yönetebilme ve bağımsız davranış ve düşünceler ortaya koyabilme ve öz denetim özelliklerinin erkek sporcu çocuklara göre baskın olduğu söylenebilir. 11-13 yaş erkek sporcu çocukların ise problem çözme becerilerinin genel anlamda kız öğrencilere göre daha yüksek olmasının yanı sıra karşılaştıkları problemlerin çözümü için kararlılıklarının ve özgüvenlerinin daha yüksek olduğu söylenebilir. Bunun yanı sıra erkek sporcu çocukların kız çocuklara göre daha yüksek zaman yönetimi ve duygusal becerilere sahip oldukları söylenebilir.

Sporcu çocukların problem çözme ve yaşam becerileri yaş değişkenine göre ele incelendiğinde, araştırma bulgularına göre 11 yaş sporcu çocukların 12, 13 yaş sporcu çocuklara göre problemler karşısında daha bağımsız ve özerk davranışlar geliştirebildiği ayrıca özdenetim özelliklerinin baskın olduğu söylenebilir.

Takım sporları ile ilgilenen sporcu çocuklarda iletişim, liderlik, takım çalışması ve sosyal becerilerinin bireysel sporla ilgilenen sporcu çocuklara oranla yüksek çıkması beklenirken, araştırma sonucuna göre çocukların spor branşı problem çözme ve yaşam becerilerinde farklılaşmaya neden olmamaktadır.

Araştırmada çocukların spor yaşlarının problem çözme becerilerinde bir farklılık oluşturmadığı ancak yaşam becerilerini etkilediği görülmüştür. Özellikle genel

yaşam beceri düzeyleri ile zaman yönetim ve takım çalışması becerilerinde spor yaşı arttıkça beceri düzeyi artmaktadır. Dolayısıyla sporcu çocuklarda spor yaşının artması; zamanın daha tasarruflu kullanılması ve yönetilebilmesi ayrıca bir toplulukla beraber, o topluluğun dinamiklerini bilerek beraber hareket etmeyi ve iş birliği içerisinde sonuca ulaşma becerilerinin gelişimini olumlu yönde etkilediği söylenebilir.

Elde edilen bulgulara göre sporcu çocukların haftalık antrenman sayısı karşılaştıkları problemlerden kaçınma davranışı ile ilişkidir. Haftalık programları içerisinde antrenman sayısı yüksek olan çocukların karşılaştıkları problemlerde, problemi çözmek yerine, problemi yok sayma, öteleme/erteleme davranışlarının yanı sıra problemden uzaklaşma eğiliminde oldukları belirlenmiştir. Haftalık antrenman sayısının artması problemlerden kaçma davranışının ortaya çıkmasına neden olurken; zaman yönetimi, iletişim, takım çalışması, duygusal ve amaç belirleme becerileri ile genel yaşam becerilerini de olumlu yönde etkilemektedir.

Sporcu çocuklarda problem çözme becerileri ile yaşam becerileri pozitif yönlü bir korelasyon ortaya koymaktadır. Literatürde çocukluk döneminde yaşam becerileri ile birlikte kazanılması istenen problem çözme becerileri araştırma sonuçlarına göre yaşam becerilerini yordamaktadır. Problem çözme becerilerinin kazanılması yaşam becerileri kazanımlarını da olumlu etkilemektedir.

Bu durum, çocukluk döneminde kazanılması hedeflenen yaşam becerilerinin, etkili problem çözme becerileriyle birlikte geliştiğini göstermektedir. Literatürde de sıklıkla vurgulandığı üzere, problem çözme becerileri bireylerin günlük yaşamlarında karşılaştıkları zorluklara etkin şekilde yanıt verebilmelerini sağlar; bu becerilerin erken yaşta edinilmesi, çocukların öz yönetim, iletişim, empati ve karar verme gibi temel yaşam becerilerini daha sağlıklı biçimde geliştirmelerine katkı sunar. Araştırma sonuçları, problem çözme becerilerinin yalnızca akademik başarı değil, aynı zamanda sosyal ve duygusal gelişim üzerinde de belirleyici bir etkiye sahip olduğunu desteklemektedir. Sporcu çocuklarda problem çözme becerilerinin geliştirilmesi, yaşam becerilerinin kazanımını da olumlu yönde etkileyerek çocukların bütüncül gelişimine önemli katkılar sağlamaktadır.

Sporcu çocuklarda problem çözme becerileri ile yaşam becerileri arasındaki pozitif ilişkinin temelinde, sporun çocuklara sunduğu çok yönlü gelişim ortamı bulunmaktadır. Spor, çocukların karşılaştıkları çeşitli durumlara çözüm üretmelerini gerektiren dinamik bir yapıya sahip olduğundan problem çözme becerilerini doğal yolla desteklerken; takım çalışması, iletişim ve iş birliği gibi sosyal etkileşimler yoluyla da yaşam becerilerini geliştirir. Ayrıca düzenli antrenman ve hedef odaklı çalışma disiplini, çocukların öz denetim ve sorumluluk duygularını pekiştirir. Sporun başarı ve başarısızlık gibi duygusal deneyimler aracılığıyla çocuklara esneklik ve duygusal dayanıklılık kazandırması da hem problem çözme hem de yaşam becerilerinin gelişimine katkı sağlar. Tüm bu faktörler bir araya geldiğinde, spor yapan

çocukların hem bireysel hem de sosyal açıdan daha donanımlı bireyler olarak geliştiği ve bu iki beceri alanının birbirini karşılıklı olarak desteklediği görülmektedir.

Sonuç olarak literatürde; bireylerde sahip olunmasının önemi vurgulanan ve küçük yaşlarda kazanılmasının gerekliliği ifade edilen problem çözme ve yaşam becerilerinin, spor yoluyla çocuklara kazandırılabilceği ve sporun ve buna bağlı değişkenlerin bu beceriler üzerindeki olumlu etkileri bu araştırma ile de desteklenmektedir.

ÖNERİLER

Araştırmadan elde edilen sonuçlar doğrultusunda;

1. Ebeveynlerin; çocukların problem çözme ve yaşam becerilerini kazanabilmeleri için erken yaşta düzenli spor etkinliklerine yönlendirmeleri, farklı (takım-bireysel) spor branşları ile tanıştırmaları ve etkinliklerine dahil etmeleri,
2. Öğretmenlerin; öğrencileri onların ilgi ve ihtiyaçlarını karşılayacak spor branşlarını tanıtmaları ve okullarda sportif etkinliklerine önem vermeleri,
3. Yöneticilerin, çocukların sportif etkinliklere katılımlarını sağlamak ve arttırmak için gerekli fiziki alt yapıyı hazırlamaları,
4. Spor kulüplerinin küçük yaş kategorilerinde altyapı organizasyonlarını iyileştirerek daha fazla çocuğu dahil etmeleri ve organizasyonlar düzenlemeleri,

Bilim insanlarının; sporun daha küçük yaş gruplarında problem çözme ve yaşam becerilerine olan etkilerini farklı araştırma yöntemleri ile incelemeleri önerilmektedir.

Çıkar Çatışması Beyanı

Makalenin yazarları arasında, araştırma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Yazar Katkı Oranı

Çalışma Dizaynı: SH (%50), KÖ (%50)

Veri Toplama: HK, SH (%50), KÖ (%50)

İstatistiksel Analiz: SH (%50), KÖ (%50)

Makalenin Hazırlanması: SH (%50), KÖ (%50)

KAYNAKLAR

- Açak, M., ve Düz, S. (2018). Sporun yaşam becerilerine etkisi ölçeğinin Türk kültürüne uyarlanması. *İnönü Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 5(9), 74-86.
- Ağılönü, Ö. (2014). *Farklı spor branşlarıyla uğraşan sporcuların hayal etme ve problem çözme becerilerinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi], Muğla.
- Altun, M., Savaş, S., & Büyükcşelebi, H. (2021). Investigating life skills of students who are engaged in sports (İstanbul Bakırköy district example). *Kastamonu Education Journal*, 29(1), 52-62.
- Botvin, G. J., & Griffin K. W., (2004). Life skills training: Empirical findings and future directions. *The Journal of Primary Prevention*, 25(2), 211-232.
- Brackett, M. A., & Mayer, J. D. (2003). Convergent, discriminant, and incremental validity of competing measures of emotional intelligence. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(9), 1147-1158.
- Brigitte, J. C., Claessens, B. J., VanEerde, W., Rutte, C. G., & Roe, R. A. (2007). A review of time management literature. *Personnel Review*, 36(2), 255-276.
- Britton, B. K., & Tesser, A. (1991). Effects of time-management practices on college grades. *Journal of Educational Psychology*, 83(3), 405-410.
- Burton, D., Naylor, S., & Holliday, B. (2001). Goal setting in sport: Investigating the goal effectiveness paradox. *Handbook of Sport Psychology*, 2, 497-528.
- Büyükcşelebi, H., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (14. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınevi.
- Canan, F., & Ataoğlu, A. (2010). The influence of sports on anxiety, depression, and perceived problem solving ability. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 11(38), 38-48.
- Cashmore, E. (2008). *Sport and exercise psychology: The key concepts* (2nd ed.). London, UK: Routledge.
- Cengiz, F. (2023). *Farklı branşlarda görev yapan öğretmenlerde sporun yaşam becerilerine etkisi* [Yüksek lisans tezi, Iğdır Üniversitesi], Iğdır.
- Cesim, Ö. B., Abaoğlu, H., Çelik, Z., & Demirok, T. (2019). Çocuk ve ergenlerde yaşam becerileri ve ergoterapi. *Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 6(3), 264-275.
- Cihan, B. B. (2018). The analysis of problem-solving skills and related factors for some students studying at different schools of physical education and sports. *Asian Journal of Education and Training*, 4(4), 295-301.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioural sciences*. (2nd ed.). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Cronin, L. D., & Allen, J. (2017). Development and initial validation of the Life Skills Scale for Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 105-119.
- Çakır, F., Akinci, A., Pepe, K., & Türkay, İ. (2020). Lisanslı olarak spor yapan ve yapmayan ortaokul öğrencilerinin bazı değişkenlere göre problem çözme becerilerinin incelenmesi. *Yalvaç Akademi Dergisi*, 5(1), 64-72.
- Çolak, S., Ay, M., & Baş, B. (2022, June 10-12). *Kocaeli Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sporun yaşam becerilerine olan etkisinin incelenmesi*. 11th International Conference on Social Research and Behavioral Sciences, Antalya, Türkiye.
- Danish, S. J., Forneris, T., & Wallace, I. (2005). Sport-based life skills programming in the schools. *Journal of Applied School Psychology*, 21(2), 41-62.
- Danish, S. J., Forneris, T., Hodge, K., & Heke, I. (2004). Enhancing youth development through sport. *World Leisure*, 46(3), 38-49.
- Dawson, B., & Trapp, R. G. (2001). *Basic & clinical biostatistics* (3rd ed.). Lange Medical Books/McGraw-Hill Medical Publishing Division.
- Durhan, T. A. (2021). Ortaokul öğrencilerinde sporun yaşam becerilerine etkisi ile öğrencilerin ders dışı etkinliklere yönelik tutumları arasındaki ilişki. *International Journal of Eurasian Education and Culture*, 6(12), 332-337.
- Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 10(1), 19-40.
- Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: Current status and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1(1), 58-78.
- Hansen, D. M., & Larson, R. W. (2007). Amplifiers of developmental and negative experiences in organized activities: Dosage, motivation, lead roles, and adult-youth ratios. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 28(4), 360-374.
- Hellison, D., Martinek, T., Walsh, D., & Holt, N. (2008). Sport and responsible leadership among youth. In M. Holt (Ed.), *Positive youth development through sport*. Routledge.
- Hodge, K., & Danish, S. (1999). Promoting life skills for adolescent males through sport. In A. M. Horne & M. S. Kiselica (Eds.), *Handbook of counseling boys and adolescent males: A practitioner's guide* (pp. 55-72).

- Humphrey, N., Kalambouka, A., Wigelsworth, M., Lendrum, A., Deighton, J., & Wolpert, M. (2011). Measures of social and emotional skills for children and young people: A systematic review. *Educational and Psychological Measurement*, 71(4), 617-637.
- Işık, M., Kılıç, İ., & Kaplan, O. (2016). Lise öğrencilerinin problem çözme becerileri üzerinde sporun rolü: Afyonkarahisar'da bir uygulama. *Journal of Human Sciences*, 13(3), 5449-5459.
- Islam, A. (2022). Ordu ilinde spor yapan bireylerin yaşam beceri düzeyleri. 11th International Conference on Social Research and Behavioral Sciences, June 10-12, 2022, Antalya, Turkey, 202-2011.
- Judge, T. A., Bono, J. E., Erez, A., & Locke, E. A. (2005). Core self-evaluations and job and life satisfaction: The role of self-concordance and goal attainment. *Journal of Applied Psychology*, 90(2), 257-268.
- Kabadayı, M., Selmani, A., Yılmaz, A. K., Bostancı, Ö., & Şebin, K. (2020). Elit sporcular ile sedanterlerin problem çözme becerileri ve karar verme düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 325-337.
- Kahraman, Y. (2019). *Spor eğitim modeli ile voleybol öğretiminin 11-13 yaş kız voleybolcuların motor performansı ve problem çözme becerileri üzerine etkisi* [Yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi], Antalya.
- Karabulut, E. O. (2009). *Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin problem çözme becerileri ile kişilik özelliklerinin bazı değişkenler bakımından belirlenmesi ve karşılaştırılması: Ahi Evran Üniversitesi ve Gazi Üniversitesi örneği*. [Doktora tezi, Gazi Üniversitesi], Ankara.
- Karabulut, E. O., & Ulucan, H. (2011). Yetiştirme yurdunda kalan öğrencilerin problem çözme becerilerinin çeşitli değişkenler bakımından incelenmesi: Kırşehir ili örneği. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(1), 227-238.
- Karademir, T. (2020). Sports in gaining life skills: A study on 10-14 years old students. *Asian Journal of Education and Training*, 6(3), 485-492.
- Kardaş, A. (2019). *Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinde yaşam becerileri ve sosyal bütünleşme ilişkisinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Celal Bayar Üniversitesi], Manisa.
- Kat, H. (2009). *Bireysel sporcularla takım sporcularının stres düzeyleri ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılması* [Yüksek lisans tezi, Erciyes Üniversitesi], Kayseri.
- Kuru, E., & Karabulut, E. O. (2009). Ritim eğitimi ve dans dersi alan ve almayan beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin problem çözme becerilerinin çeşitli değişkenler bakımından incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 29(2), 441-458.
- Larson, R. W. (2000). Toward a psychology of positive youth development. *American Psychologist*, 55(1), 170-183.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (1979). Goal setting: A motivational technique that works. *Organizational Dynamics*, 8(2), 68-80.
- Marsh, H. W. (1992). Extracurricular activities: Beneficial extension of the traditional curriculum or subversion of academic goals? *Journal of Educational Psychology*, 84(4), 553.
- Özdenk, S., & Kaya, O. (2017). Düzenli egzersizin beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin problem çözme becerileri üzerine etkisi. *Sport Sciences (NWSASPS)*, 12(1), 1-13.
- Özsarı, A., Kara, N. Ş., & Kara, M. (2022, Ocak, 24-26). *Çeşitli spor branşlarının yaşam becerilerine etkisinin incelenmesi*. 7. Uluslararası Akademik Araştırmalar Kongresi (ICAR), Türkiye.
- Öztürk, F. (2019). *Kocaeli bölgesindeki lise öğrencilerinin spor yapma durumuna göre yaşam doyumu ve problem çözme becerilerinin incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Kocaeli Üniversitesi], Kocaeli.
- Platon. (2019). *Devlet* (S. Eyüboğlu ve M. Ali Cimcoz, Çev., 7. baskı). Remzi Kitabevi.
- Pulur, A., Karabulut, E. O., & Hüzmüz, K. (2012). Farklı branşlardaki üst düzey üniversiteli sporcuların problem çözme becerilerinin incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(1), 1-6.
- Ribas, M. L., Freire, G. L., Contreira, A. R., da Silva Xavier, S. E., do Nascimento Junior, J. R. A., & Fiorese, L. (2022). Association between age, practice time and the development of life skills in Brazilian adapted sport participants: A study by type of sport. *Revista da Associação Brasileira de Atividade Motora Adaptada*, 23(1), 21-34.
- Rubin, R. B., & Morreale, S. P. (1996). Setting expectations for speech communication and listening. *New Directions for Higher Education*, 96, 19-29.
- Sarı, H. G. (2021). *Lise öğrencilerinin çoklu zeka alanları ve sporda yaşam becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* [Yüksek lisans tezi, Yozgat Bozok Üniversitesi], Yozgat.
- Serin, O., Serin, N. B., & Saygılı, G. (2010). İlköğretim düzeyindeki çocuklar için problem çözme envanterinin (ÇPÇE) geliştirilmesi. *İlköğretim Online*, 9(2), 446-458.
- Sözen, H., Doğan, E., ve Erdoğan, E. (2012). Farklı branşlardaki sporcuların stres düzeyleri ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılması. *Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(9), 97-110.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics* (6th ed.). Pearson.

- Taşçı, M. (2020). *Ortaöğretimde sportif faaliyetlere katılımın bireyin yaşam becerileri üzerindeki etkisinin incelenmesi*. [Doktora tezi, İnönü Üniversitesi], Malatya.
- Theokas, C., Danish, S., Hodge, K., & Heke, I. (2007). Enhancing life skills through sport for children and youth. In M. Holt (Ed.), *Positive youth development through sport* (pp. 85–96). Routledge.
- Türkçapar, Ü. (2009). Beden eğitimi spor yüksekokulu öğrencilerinin farklı değişkenler açısından problem çözme becerileri. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 10(1), 129–139.
- Uzundağ, H. İ. (2022). *Spor lisesi öğrencilerinde sosyal destek algılarının yaşam becerilerine etkisi*. [Yüksek lisans tezi, Cumhuriyet Üniversitesi], Sivas.
- Veziroğlu, A. (2019). *Ortaöğretim düzeyi spor yapan ve yapmayan öğrencilerin problem çözme ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişki: Şırnak İli örneği* [Yüksek lisans tezi, Ondokuzmayıs Üniversitesi], Samsun.
- World Health Organization. (1996). *Life skills education: Planning for research as an integral part of life skills education development, implementation and maintenance*. World Health Organization.
- Yılmaz, A. (2020). The effect of sport on life skills of athlete-students in different education levels: Mixed research approach. *Kastamonu Education Journal*, 28(3), 1233–1243. <https://doi.org/10.24106/kefdergi.3766>
- Yılmaz, M. (2020). *Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin problem çözme becerilerinin incelenmesi*. [Yüksek lisans tezi, Gaziantep Üniversitesi], Gaziantep.
- Yığıtsoy, M. (2022). *Bireysel sporlar ile takım sporları yapan bireylerin yaşam beceri düzeylerinin karşılaştırılması* [Yüksek lisans tezi, Cumhuriyet Üniversitesi], Sivas.
- Zeze, B., & Erel, S. (2021). Badminton ve yaşam becerileri üzerine etkisi. *Anatolia Sport Research*, 2(1), 16–29.