

Farklı Kulüplerde Oynayan Sporcuların Duygusal Zekâ Durumlarının Araştırılması

İsa Çiftçi^a

Geliş Tarihi: 11 Eylül 2025 Kabul Tarihi: 26 Aralık 2025 Yayın Tarihi: 31 Aralık 2025

Özet

Bu araştırmanın amacı, farklı kulüplerde oynayan sporcuların duygusal zekâ düzeylerini incelemektir. Araştırma, Elazığ ve Bingöl illerinde faaliyet gösteren spor kulüplerinde lisanslı olarak aktif spor yapan 386 sporcu üzerinde yürütülmüştür. Betimsel tarama yöntemi kullanılmış, veriler Kişisel Bilgi Formu ve Schutte ve ark. (1998) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından yapılan Sporda Duygusal Zekâ Envanteri ile toplanmıştır. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) 0,806 olarak bulunmuş ve güvenilirliği doğrulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 26.0 paket programı kullanılmış; normal dağılım gösteren veriler için bağımsız örneklem t-testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Bulgulara göre, spor branşı açısından yalnızca Başkalarının Duygularını Değerlendirme alt boyutunda anlamlı farklılık bulunmuş, takım sporcularının bireysel sporculara kıyasla daha yüksek ortalamalara sahip olduğu görülmüştür ($p<0,05$). Yaş ve kulüpte oynama süresi değişkenleri açısından ise duygusal zekâ alt boyutlarında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>0,05$). Ayrıca, alt boyutlar arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler olduğu belirlenmiştir; en güçlü ilişki Duyguları Düzenleme ile Duyguların Kullanımı arasında bulunmuştur ($r=0,496$; $p<0,01$). Sonuç olarak, farklı kulüplerde oynayan sporcuların duygusal zekâ düzeyleri arasında branşa bağlı kısmi farklılıklar tespit edilmiş, yaş ve kulüpte oynama süresinin ise anlamlı bir etkisi olmadığı ortaya konmuştur. Araştırma bulguları, sporcuların duygusal zekâ gelişiminde kulüp ortamlarının önemini vurgulamakta ve spor psikolojisi literatürüne katkı sağlamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Duygusal Zekâ, Kulüp, Spor

Investigation of Emotional Intelligence Levels of Athletes Playing in Different Clubs

Abstract

The aim of this study is to examine the emotional intelligence levels of athletes playing in different clubs. The research was conducted on 386 licensed athletes actively participating in sports in clubs operating in Elazığ and Bingöl provinces. The descriptive survey method was employed, and data were collected using the Personal Information Form and the Emotional Intelligence Inventory in Sports developed by Schutte et al. (1998) and adapted into Turkish by Adiloğulları and Görgülü (2015). The internal consistency coefficient (Cronbach's Alpha) of the scale was found to be 0.806, confirming its reliability. Data analysis was performed using the SPSS 26.0 package program; an independent samples t-test and one-way analysis of variance (ANOVA) were applied for normally distributed data. According to the findings, a significant difference was found only in the "Evaluation of Others' Emotions" sub-dimension in terms of sports branch, with team athletes scoring higher compared to individual athletes ($p<0.05$). No significant differences were detected in emotional intelligence sub-dimensions with respect to age and duration of playing in a club ($p>0.05$). In addition, positive and significant correlations were observed among the sub-dimensions; the strongest relationship was identified between "Emotion Regulation" and "Use of Emotions" ($r=0.496$; $p<0.01$). In conclusion, partial differences were found in the emotional intelligence levels of athletes depending on the type of sport, whereas age and duration of playing in

^a Ünvan, kurum, e-posta ve ORCID (Sorumlu Yazar); Doçent Doktor, Bingöl Üniversitesi, iciftci@bingol.edu.tr, ORCID; 0000-0002-7056-3146

a club had no significant effect. The findings highlight the importance of club environments in the development of athletes' emotional intelligence and contribute to the literature on sports psychology.

Key Words: Emotional Intelligence, Club, Sport

Giriş

Spor, bireylerin yalnızca fiziksel gelişimlerini değil; aynı zamanda sosyal, bilişsel ve duygusal yönlerini de etkileyen çok boyutlu bir olgudur. Modern spor anlayışında başarı yalnızca fizyolojik kapasiteyle açıklanamamakta, psikolojik ve sosyal faktörlerin de sportif performans üzerinde belirleyici olduğu vurgulanmaktadır (Weinberg & Gould, 2019). Özellikle psikolojik boyutta sporcuların spora başlama ve rekabet ortamına ilk girdikleri dönemlerde sakatlanma, başarısız olma ve sosyal görünürlikle ilişkili kaygılar yaşadıklarını; bu kaygıların zamanla deneyim ve sosyal destek yoluyla yönetilebilir hale geldiğini göstermektedir (Hebeş & İnce, 2025). Bu kapsamda özellikle duygusal zekâ kavramı, hem bireysel hem de takım performansını etkileyen temel psikolojik bir unsur olarak öne çıkmaktadır.

Duygusal zekâ, bireyin kendi duygularını doğru bir şekilde algılaması, kontrol etmesi, başkalarının duygularını anlaması ve bu süreçleri sosyal ilişkilerde etkili bir biçimde kullanabilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır (Mayer & Salovey, 1997; Selman vd., 2018). Salovey ve Mayer'in ortaya koyduğu bu kavram, Goleman'ın popülerleştirmesiyle birlikte özellikle eğitim, iş hayatı ve spor alanlarında sıklıkla incelenmeye başlanmıştır (Goleman, 1995). Spor psikolojisi perspektifinden bakıldığında ise duygusal zekâ, sporcuların stresle başa çıkma, motivasyonlarını sürdürme, takım içi uyum geliştirme ve liderlik becerilerini güçlendirme gibi alanlarda kritik rol oynamaktadır (Laborde et al., 2016).

Duygusal Zekâ ve Spor İlişkisi

Takım sporlarında başarı, teknik-taktik beceriler kadar takım arkadaşlarıyla etkili iletişim kurabilme, duyguları yönetebilme ve sosyal uyum sağlayabilme gibi becerilere bağlıdır. Nitekim araştırmalar, duygusal zekâ düzeyi yüksek sporcuların, kaygı düzeylerini daha iyi kontrol ettikleri, daha az tükenmişlik yaşadıkları ve performans baskısıyla daha kolay baş edebildiklerini ortaya koymaktadır (Campo et al., 2016). Ayrıca, duygusal zekâ unsurlarından empati ve sosyal farkındalık, takım uyumunu artırmakta ve sporcular arası iş birliğini güçlendirmektedir (Zizzi et al., 2003; Laborde et al., 2016; Castro-Sánchez et al., 2019; Mercader-Rubio et al., 2020; Kopp & Jekauc, 2018).

Liderlik özellikleri ve antrenör–sporcu ilişkileri açısından da duygusal zekâ kritik öneme sahiptir. Crombie ve arkadaşlarının (2009) araştırmasına göre, yüksek duygusal zekâyı sahip sporcuların takım içinde liderlik rollerini daha etkin üstlenebildikleri ve antrenörleriyle daha güçlü bir iletişim geliştirdikleri belirlenmiştir. Bu durum, hem bireysel gelişim hem de takım başarısı açısından stratejik bir avantaj sağlamaktadır.

Kulüp Yapıları ve Duygusal Zekâ

Sporcular farklı kulüplerde antrenman yapmakta ve çeşitli sosyal, kültürel ve yönetsel yapılar içerisinde bulunabilmektedir. Kulüp ortamlarının farklılıkları; yönetim tarzları, antrenörlerin iletişim yaklaşımları, takım arkadaşlarının sosyal destek düzeyi ve kulübün genel kültürü gibi etkenler aracılığıyla sporcuların duygusal zekâ gelişimini etkileyebilmektedir (Laborde et al., 2016). Örneğin, iletişim kanallarının açık olduğu ve psikolojik destek hizmetlerinin bulunduğu kulüplerde sporcuların duygusal zekâ düzeylerinin daha yüksek olduğu görülmektedir (Crombie et al., 2009). Buna karşın, rekabetin aşırı yoğun olduğu veya destek mekanizmalarının yetersiz olduğu kulüplerde sporcuların duygusal açıdan zorlandıkları ve stres yönetiminde daha fazla problem yaşadıkları rapor edilmiştir (Lane et al., 2009).

Türkiye’de de farklı kulüplerde oynayan sporcuların psikolojik özelliklerini konu alan çalışmalar yapılmış, ancak duygusal zekânın kulüp farklılıklarına göre sistematik bir şekilde incelenmesi sınırlı kalmıştır (Karabulut & Atar, 2021). Özellikle futbol, basketbol ve voleybol gibi takım sporlarında sporcuların farklı kulüp yapıları içinde geliştirdikleri duygusal zekâ becerilerinin performanslarına, sosyal ilişkilerine ve motivasyonlarına etkisinin araştırılması, literatürdeki bu boşluğun giderilmesine katkı sağlayacaktır.

Duygusal zekâ düzeylerinin sporcuların psikolojik dayanıklılıkları, iletişim becerileri ve stresle başa çıkma kapasiteleri üzerinde etkili olduğu düşünüldüğünde, farklı kulüplerin sunduğu sosyal ve kültürel ortamların bu değişken üzerindeki rolünün anlaşılması önemli hale gelmektedir. Bu araştırmanın sonuçları, kulüplerin sporculara yönelik psikososyal destek programları geliştirmelerine ve antrenörlerin sporcularıyla daha sağlıklı iletişim kurmalarına yönelik öneriler sunabilir. Ayrıca, elde edilen bulgular spor psikolojisi literatürüne katkıda bulunarak, sporcuların duygusal zekâlarının gelişimine yönelik yeni stratejilerin oluşturulmasına zemin hazırlayacaktır.

Alan yazın incelendiğinde, duygusal zekânın sportif performans, kaygı yönetimi ve liderlik üzerindeki etkilerine dair pek çok çalışma olduğu görülmektedir. Ancak, sporcuların duygusal zekâ gelişimini sadece branş odaklı değil, aynı zamanda kulüp ve bölgesel dinamikler çerçevesinde ele alan araştırmalar oldukça sınırlıdır. Özellikle Doğu Anadolu Bölgesi’ndeki (Elazığ ve Bingöl) spor kulüplerinde faaliyet gösteren lisanslı sporcuların duygusal zekâ profillerinin incelenmesi, hem yerel spor politikalarına veri sağlaması hem de kulüp kültürünün psikososyal etkilerini anlamlandırması bakımından kritik bir öneme sahiptir.

Bu çalışma, literatürdeki mevcut boşluğu şu üç temel noktada doldurmayı hedeflemektedir:

1. **Kurumsal Perspektif:** Duygusal zekâyı sadece bireysel bir yetkinlik olarak değil, kulüp yapısı ve kulüpteki deneyim süresi (oynama süresi) ile ilişkilendirerek kurumsal bir çerçeve sunmaktadır.

2. **Branş Spesifik Analiz:** Takım ve bireysel spor branşları arasındaki farkı, duygusal zekânın hangi spesifik alt boyutlarında (başkalarının duygularını değerlendirme vb.) yoğunlaştığını somut verilerle ortaya koymaktadır.
3. **Uygulamalı Katkı:** Elde edilen bulgular, antrenörlerin sporcu yönetim stratejileri ve kulüplerin psikososyal destek programları için bilimsel bir dayanak oluşturmaktadır.

Bu bağlamda araştırma, spor kulüplerinin sadece fiziksel beceri geliştirme merkezleri değil, aynı zamanda sporcuların sosyal ve duygusal kapasitelerini inşa eden yapılar olduğunu vurgulayarak spor psikolojisi literatürüne özgün bir katkı sunmaktadır.

Bu doğrultuda araştırmanın amacı, farklı kulüplerde oynayan sporcuların duygusal zekâ düzeylerini incelemektir.

Araştırmanın Hipotezleri

H₁: Sporcuların duygusal zekâ düzeyleri ve alt boyutları cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.

H₂: Sporcuların duygusal zekâ düzeyleri ve alt boyutları yaptıkları spor branşına göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.

H₃: Sporcuların duygusal zekâ düzeyleri ve alt boyutları yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.

H₄: Sporcuların kulüpte oynama süreleri arttıkça duygusal zekâ düzeyleri ve alt boyutları anlamlı bir farklılık göstermektedir.

H₅: Sporda duygusal zekânın alt boyutları (Kendi duygularını değerlendirme, başkalarının duygularını değerlendirme, duyguları düzenleme, sosyal beceriler ve duyguların kullanımı) arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki vardır.

Yöntem

Araştırma Modeli

Bu araştırmada betimsel tarama yöntemi kullanılmıştır. Tarama modeli, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez (Karasar, 2005).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Elazığ ve Bingöl illerinde faaliyet gösteren farklı spor kulüplerinde lisanslı olarak aktif şekilde spor yapan sporcular oluşturmaktadır. Araştırma,

uygun örnekleme (convenience sampling) yöntemiyle belirlenen toplam 386 sporcunun katılımıyla gerçekleştirilmiştir. Bu yöntemin seçilme gerekçesi, Elazığ ve Bingöl illerindeki spor kulüplerine erişimin hızı, gönüllü katılımın yüksek tutulması ve bölgedeki sporcu profilinin homojen bir yapı sergilemesidir. Örneklem büyüklüğü, G*Power 3.1.9.2 yazılımı (Cohen, 1988) kullanılarak a priori güç analizi yöntemiyle hesaplanmıştır. Yapılan analizde; 0,15 etki büyüklüğü, 0,05 anlamlılık düzeyi (α) ve 0,80 istatistiksel güç ($1 - \beta$) parametreleri temel alındığında, çalışmanın minimum 364 sporcu ile yürütülmesi gerektiği belirlenmiştir. Ancak araştırmanın temsil gücünü ve verilerin güvenilirliğini artırmak amacıyla daha geniş bir kitleye ulaşılmış ve çalışma toplam 386 lisanslı sporcu üzerinden tamamlanmıştır.

Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırmada veri toplama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu ve Sporda Duygusal Zekâ Envanteri kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu

Sporcuların cinsiyet, branş, yaş ve kulüpte oynama sürelerini belirlemeye yönelik sorulardan oluşmaktadır.

Duygusal Zekâ Envanteri

Schutte ve ark. (1998) tarafından geliştirilen, Türkçeye uyarlaması Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından yapılan 'Sporda Duygusal Zeka Envanteri' kullanılmıştır. Ölçek 5' li likert, 5 alt boyut ve toplam 18 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte başkalarının duygularını değerlendirme 1,2,3,4. maddeler, kendi duygularını değerlendirme 5,6,7. maddeler, duyguları düzenleme 8,9. maddeler, sosyal beceriler 10,11,12. maddeler ve duyguların kullanımı 13,14,15,16,17,18. maddelerden oluşmaktadır. Ölçek alt boyutlarının Cronbach alfa değerlerinin 0,61 ile 0,85 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin genel iç tutarlılık katsayısının ise 0,91 olarak yüksek olduğu görülmektedir.

Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin istatistiksel analizi SPSS 26.0 paket programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Analiz sürecinde öncelikle verilerin normal dağılım varsayımları ve ölçeğin bu çalışma grubundaki güvenilirlik düzeyi test edilmiştir. Yapılan analizler sonucunda, Sporda Duygusal Zekâ Ölçeği'nin bu araştırma verilerine ait iç tutarlılık katsayısı (Cronbach Alfa) $\alpha = 0,806$ olarak hesaplanmış ve ölçeğin mevcut örneklem üzerinde yüksek düzeyde güvenilir olduğu doğrulanmıştır (Nunnally & Bernstein, 1994; Tavşancıl, 2006). Verilerin normal dağılım durumunu belirlemek amacıyla hesaplanan çarpıklık (skewness) değeri -0,265, basıklık (kurtosis) değeri ise 0,707 olarak bulunmuştur. Bu değerlerin ± 1 aralığında yer alması, verilerin normal dağılım varsayımını karşıladığını göstermektedir (George & Mallery, 2010). Bu doğrultuda; iki bağımsız grubun karşılaştırılmasında Independent-Samples t-Test, ikiden fazla grubun karşılaştırılmasında ise Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) uygulanmıştır. Gruplar arası

farkların istatistiksel anlamlılığının yanı sıra etkinin pratik değerini saptamak için Etki Büyüklüğü (Eta-kare, η^2) değerleri hesaplanmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkileri incelemek amacıyla ise Pearson Korelasyon Katsayısı analizi yapılmıştır. Tüm istatistiksel değerlendirmelerde anlamlılık düzeyi $p < 0,05$ olarak kabul edilmiştir.

Bulgular

Tablo 1

Sporda Duygusal Zeka Ölçeği Puanlarının Cinsiyete Göre T-testi Sonuçları

Değişkenler	Cinsiyet	N	$\bar{X}$	S.s.	t	p	Eta kare(η^2)
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	Erkek	264	4,00	,640	-1,700	,091	0,016
	Kadın	122	4,20	,523			
Kendi Duygularını Değerlendirme	Erkek	64	4,10	,694	-2,730	,007*	0,040
	Kadın	122	4,44	,522			
Duyguları Düzenleme	Erkek	264	4,05	,858	1,269	,211	0,009
	Kadın	122	3,80	1,084			
Sosyal Beceriler	Erkek	264	3,85	,703	,317	,753	0,001
	Kadın	122	3,80	,944			
Duyguların Kullanımı	Erkek	264	4,00	,622	,240	,811	0,003
	Kadın	122	3,97	,742			

* $p < 0,05$

Tablo 1 incelendiğinde, cinsiyet değişkenine göre yalnızca “*Kendi Duygularını Değerlendirme*” boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Kadın sporcuların ortalamaları erkek sporculara kıyasla daha yüksektir. Bu farklılığın etki büyüklüğü Cohen’in (1988) sınıflamasına göre küçük etki büyüklüğü düzeyindedir.

Tablo 2

Sporda Duygusal Zeka Ölçeği Puanlarının Branşa Göre T-testi Sonuçları

Değişkenler	Branş	N	$\bar{X}$	S.s.	t	p	Eta kare(η^2)
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	Bireysel sporlar	176	3,95	,668	-2,064	,040*	0,023
	Takım Sporları	210	4,14	,558			
Kendi Duygularını Değerlendirme	Bireysel sporlar	176	4,08	,737	-1,889	,061	0,020
	Takım Sporları	210	4,26	,596			
Duyguları Düzenleme	Bireysel sporlar	176	3,90	,996	-1,438	,152	0,014
	Takım Sporları	210	4,10	,805			
Sosyal Beceriler	Bireysel sporlar	176	3,78	,774	-1,222	,223	0,011
	Takım Sporları	210	3,91	,732			
Duyguların Kullanımı	Bireysel sporlar	176	3,94	,671	-1,232	,220	0,011
	Takım Sporları	210	4,05	,617			

* $p < 0,05$

Tablo 2 incelendiğinde, duygusal zekâ alt boyutları açısından bireysel ve takım sporcuları arasında yalnızca “*Başkalarının Duygularını Değerlendirme*” boyutunda anlamlı bir farklılık olduğu görülmektedir ($p < 0,05$). Takım sporcularının ortalamalarının bireysel

sporculara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer alt boyutlarda ise takım sporcuları lehine daha yüksek ortalamalar olmasına rağmen bu farkların istatistiksel açıdan anlamlı olmadığı tespit edilmiştir ($p>0,05$). Bu fark küçük etki büyüklüğü düzeyindedir.

Tablo 3

Sporda Duygusal Zeka Ölçeği Puanlarının Yaşa Göre Anova Sonuçları

Değişkenler	Yaş	N	$\bar{X}$	S.s.	F	p
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	15	140	4,00	,573	,942	,392
	16	126	4,13	,544		
	17	120	3,98	,774		
Kendi Duygularını Değerlendirme	15	140	4,09	,678	,920	,401
	16	126	4,25	,641		
	17	120	4,18	,718		
Duyguları Düzenleme	15	140	4,12	,837	1,319	,270
	16	126	3,87	1,043		
	17	120	3,98	,810		
Sosyal Beceriler	15	140	3,84	,723	,001	,999
	16	126	3,84	,805		
	17	120	3,85	,747		
Duyguların Kullanımı	15	140	4,03	,598	,551	,578
	16	126	4,02	,649		
	17	120	3,91	,713		

* $p<0,05$

Tablo 3 incelendiğinde, duygusal zekâ alt boyut puanları ile yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0,05$).

Tablo 4

Sporda Duygusal Zeka Ölçeği Puanlarının Kulüpte Oynama Süresine Göre Anova Sonuçları

Değişkenler	Oynama Süresi	N	$\bar{X}$	S.s.	F	p
Başkalarının Duygularını Değerlendirme	1 yıl ve daha az	76	3,96	,452	1,498	,217
	2 yıl	70	4,07	,589		
	3 yıl	62	3,88	,808		
	4 yıl ve daha fazla	178	4,13	,618		
Kendi Duygularını Değerlendirme	1 yıl ve daha az	76	4,04	,606	,787	,503
	2 yıl	70	4,15	,606		
	3 yıl	62	4,27	,750		
	4 yıl ve daha fazla	178	4,20	,709		
Duyguları Düzenleme	1 yıl ve daha az	76	3,92	1,003	,783	,505
	2 yıl	70	3,90	,968		
	3 yıl	62	4,20	,750		
	4 yıl ve daha fazla	178	4,00	,896		
Sosyal Beceriler	1 yıl ve daha az	76	3,74	,791	2,322	,077
	2 yıl	70	3,74	,524		
	3 yıl	62	4,16	,671		
	4 yıl ve daha fazla	178	3,82	,833		

	1 yıl ve daha az	76	3,84	,660		
	2 yıl	70	3,97	,492		
Duyguların Kullanımı	3 yıl	62	4,15	,668	1,340	,263
	4 yıl ve daha fazla	178	4,02	,686		

*p<0,05

Tablo 4 incelendiğinde, duygusal zekâ alt boyut puanlarının oynama süresine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir (p>0,05).

Tablo 5

Sporla Duygusal Zeka Ölçeği Puanlarının Alt Boyutları Arasındaki İlişki

n=386	1	2	3	4	5
1. Başkalarının Duygularını Değerlendirme	-	451**	,213**	,304**	,417**
2. Kendi Duygularını Değerlendirme		-	,249**	,307**	,319**
3. Duyguları Düzenleme			-	,318**	,496**
4. Sosyal Beceriler				-	,425**
5. Duyguların Kullanımı					-

Tablo 5 incelendiğinde, duygusal zekâ alt boyutları arasında pozitif ve anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir (p<0,01). *Başkalarının Duygularını Değerlendirme* ile *Kendi Duygularını Değerlendirme* arasında orta düzeyde pozitif bir ilişki vardır (r=0,451), yine *Başkalarının Duygularını Değerlendirme* ile *Duyguların Kullanımı* arasında da benzer şekilde anlamlı bir ilişki bulunmuştur (r=0,417). En güçlü ilişki ise *Duyguları Düzenleme* ile *Duyguların Kullanımı* arasında tespit edilmiştir (r=0,496).

Tartışma ve Sonuç

Araştırma bulguları, sporcuların genel olarak benzer duygusal zekâ düzeylerine sahip olduklarını, ancak branş farklılıklarının özellikle bazı alt boyutlarda etkili olabildiğini ortaya koymaktadır. Bu durum literatürdeki benzer çalışmalarla paralellik göstermektedir. Örneğin, Laborde ve arkadaşları (2016), takım sporlarıyla uğraşan sporcuların sosyal etkileşim ve empati becerilerinin bireysel sporculara göre daha yüksek olduğunu belirtmektedir. Benzer şekilde Arslan ve Kılıç (2021) de farklı spor branşlarındaki sporcuların duygusal zekâ düzeylerinde anlamlı farklılıklar bulunduğunu vurgulamıştır. Araştırmamızda da takım sporcularının başkalarının duygularını değerlendirme boyutunda daha yüksek puan alması, takım sporlarının doğası gereği işbirliği, iletişim ve sosyal etkileşime daha fazla ihtiyaç duymasından kaynaklanıyor olabilir.

Cinsiyet açısından elde edilen bulgular, kadın sporcuların kendi duygularını değerlendirme boyutunda erkek sporculara göre daha yüksek düzeyde olduklarını ortaya koymuştur. Bu sonuç, kadınların duygusal farkındalıklarının erkeklere kıyasla daha güçlü olduğunu vurgulayan araştırmalarla örtüşmektedir (Crombie et al., 2009; Eranıl ve Özcan,

2019; İyibaş ve Akın, 2021; Durmuşçelebi ve Karayağız, 2018). Benzer şekilde Somoğlu ve Zengin (2023) tarafından spor bilimleri öğrencileri üzerinde yapılan çalışmada da cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunmuş ve bu farklılık kadın öğrencilerin lehine gerçekleşmiştir. Bu durum, kadınların sosyal roller, iletişim biçimleri ve empati becerilerine yönelik toplumsal beklentiler nedeniyle duygusal farkındalıklarını daha fazla geliştirebilmelerinden kaynaklanıyor olabilir. Öte yandan, diğer alt boyutlarda anlamlı bir farklılığın bulunmaması, duygusal zekânın cinsiyetler arasında genel olarak benzer bir dağılım gösterdiğine işaret etmektedir.

Yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık bulunmaması, duygusal zekânın belirli yaş dilimlerinde kayda değer bir değişim göstermediğini ortaya koymaktadır. Bu durum, yaşı tek başına duygusal zekâ üzerinde belirleyici bir unsur olmadığını düşündürmektedir. Nitekim Sezgin ve Yıldızhan (2023) beden eğitimi ve spor öğretmenleri üzerinde yaptıkları araştırmada yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık tespit etmemiştir. Benzer şekilde, Soylu ve Serin (2017) de beden eğitimi öğretmenleri üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmada yaşı duygusal zekâ düzeylerinde anlamlı bir farklılığa yol açmadığını ortaya koymuştur.

Kulüpte oynama süresi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık bulunmaması, sporculuk süresi ilerledikçe duygusal zekâ düzeylerinde belirgin bir değişim meydana gelmediğini göstermektedir. Bu bulgu, duygusal zekânın yalnızca sporda geçirilen süreyle değil; sosyal çevre, kulüp kültürü ve antrenör-sporcu etkileşimleri gibi dışsal faktörlerle daha çok şekillendiğini düşündürmektedir (Lane et al., 2009).

Sonuç olarak, alt boyutlar arasında gözlenen güçlü korelasyonlar, duygusal zekânın bileşenlerinin birbirini tamamlayan ve bütüncül bir yapıda işlediğini ortaya koymaktadır. Özellikle duyguları düzenleme ile duyguların kullanımı arasındaki belirgin ilişki, sporcuların performans süreçlerinde duygularını daha işlevsel biçimde yönlendirebildiklerini göstermektedir (Mayer & Salovey, 1997).

Sonuç olarak, farklı kulüplerde oynayan sporcuların duygusal zekâ düzeyleri incelenmiştir. Araştırmadan elde edilen bulgulara göre, spor branşı değişkeni açısından yalnızca Başkalarının Duygularını Değerlendirme alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Takım sporcularının bireysel sporculara kıyasla daha yüksek ortalamalara sahip olması, takım sporlarının doğasında bulunan iletişim, iş birliği ve sosyal etkileşim unsurlarının bu beceriyi geliştirdiğini göstermektedir. Buna karşın, yaş ve kulüpte oynama süresi değişkenleri açısından duygusal zekâ alt boyutlarında anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Ayrıca, duygusal zekâ alt boyutlarının birbirleriyle anlamlı ve pozitif ilişkiler göstermesi, duygusal zekânın çok boyutlu ancak bütünleşik bir yapı sergilediğini ortaya koymaktadır.

Öneriler

Sporcuların duygusal zekâ gelişimini desteklemek amacıyla kulüplerin psikososyal destek programları geliştirmesi, iletişim ve empati becerilerini artırmaya yönelik atölye ve eğitimler

düzenlemesi önerilmektedir.

Antrenörlerin, sporcuların duygusal farkındalıklarını ve duygularını yönetme becerilerini geliştirecek liderlik ve iletişim tarzlarını benimsemeleri faydalı olacaktır.

Sporcuların, bireysel veya grup çalışmalarıyla duygusal zekâlarını geliştirmelerine imkân sağlayacak etkinliklere katılımı teşvik edilmelidir.

Gelecek çalışmalarda farklı spor branşlarının yanı sıra farklı yaş grupları, performans düzeyleri (amatör–profesyonel) ve kültürel bağlamlar dikkate alınarak daha geniş örneklemeler üzerinde araştırmalar yapılabilir.

Spor federasyonları ve ilgili kurumların, kulüplerin duygusal zekâ gelişimini destekleyen sosyal ortamlar yaratmasını teşvik eden politikalar geliştirmesi yararlı olacaktır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırma, sadece Elazığ ve Bingöl illerinde faaliyet gösteren spor kulüpleri ile sınırlıdır.

Çalışmada veriler, sadece sporcuların duygusal zeka düzeylerini belirleyen ölçekle toplanmıştır.

Araştırma, kesitsel (cross-sectional) bir tarama modelidir. Bu nedenle duygusal zekâ düzeylerindeki uzun süreli değişimler ve neden-sonuç ilişkileri boylamsal bir perspektifle değerlendirilememiştir.

Her ne kadar takım ve bireysel spor ayrımı yapılmış olsa da, branşların (futbol, voleybol, tenis vb.) kendi içindeki spesifik dinamikleri ve antrenör yaklaşımları bu çalışmanın kapsamı dışında tutulmuştur.

Araştırma Etik Kurul İzin Bilgileri

Etik değerlendirmeyi yapan kurul adı: Bingöl Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu

Etik kurul kararının tarihi: 21.08.2025

Etik kurul belgesinin sayı numarası: 08/17

Çıkar Çatışması Beyanı

Bu çalışmanın veri toplanması, sonuçların yorumlanması ve makalenin yorumlanması aşamasında herhangi bir çıkar çatışması yaşanmadığını yazarlar taahhüt etmiştir.

Kaynakça

- Adiloğulları, İ., & Görgülü, R. (2015). Sporda Duygusal Zekâ Envanteri'nin uyarlama çalışması. *Uluslararası Spor Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 1(2), 83–94.
- Arslan, A., & Kılıç, M. (2021). Farklı spor branşlarındaki sporcuların duygusal zekâ ve liderlik davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Modern Leisure Studies*, 3(1), 12-34.
- Campo, M., Sánchez, X., Ferrand, C., Rosnet, E., Friesen, A., & Lane, A. M. (2016). Interpersonal emotion regulation in team sport: Mechanisms and reasons to regulate teammates' emotions examined. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(4), 379–394. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2015.1114501>
- Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Chacón-Cuberos, R., López-Gutiérrez, C. J., & Zafra-Santos, E. (2019). Emotional intelligence, anxiety and emotional problems in adolescent athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(16), 2975.
- Cohen, J. (1988). Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nd ed.). Erlbaum.
- Crombie, D., Lombard, C., & Noakes, T. (2009). Emotional intelligence scores predict team sports performance in a national cricket competition. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(2), 209–224. <https://doi.org/10.1260/174795409788549544>
- Durmuşçelebi, M., ve Karayağız, Ş. (2018). Psikoloji eğitimi alan öğrencilerin duygusal zekâ ve psikolojik danışma özyeterliklerinin incelenmesi. *OPUS International Journal of Society Researches*, 9(16), 79-108. DOI:10.26466/opus.460750.
- Eranıl, A. K., ve Özcan, M. (2019). Eğitim fakültesi öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyinin incelenmesi, *Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 100-118.
- George, D., & Mallery, P. (2010). SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference (10th ed.). Pearson Higher Education.
- Goleman, D. (1995). Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ. Bantam Books.
- Hebeş, A., & İnce, U. (2025). An Examination of the Football-Related Anxieties Experienced by Amputee Athletes and Their Coping Strategies. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 8(3), 613-631. <https://doi.org/10.38021/asbid.1741132>
- İyibaş, M. A., ve Akin, M. A. (2021). Öğrencilerin duygusal zekâ düzeyleriyle akademik başarıları arasındaki ilişkinin analizi. Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, (57), 188-218. Retrieved from <https://dergipark.org.tr/tr/pub/maeuefd/issue/60050/590280>.
- Karabulut, E. O., & Atar, A. (2021). Sporcularda duygusal zekâ ile stresle başa çıkma becerileri arasındaki ilişki. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 112–123.
- Karasar, N. (2005). Bilimsel araştırma yöntemi. Nobel Yayın Dağıtım.
- Kopp, A., & Jekauc, D. (2018). The influence of emotional intelligence on performance in competitive sports: A meta-analytical investigation. *Sports*, 6(4), 175.

- Laborde, S., Dosseville, F., & Allen, M. S. (2016). Emotional intelligence in sport and exercise: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 26(8), 862–874. <https://doi.org/10.1111/sms.12510>
- Laborde, S., Dosseville, F., & Allen, M. S. (2016). Emotional intelligence in sport and exercise: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 26(8), 862-874.
- Lane, A. M., Thelwell, R. C., Lowther, J., & Devonport, T. J. (2009). Emotional intelligence and psychological skills use among athletes. *Social Behavior and Personality*, 37(2), 195–201. <https://doi.org/10.2224/sbp.2009.37.2.195>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications* (pp. 3–31). Basic Books.
- Mercader-Rubio, I., Angel-Alvarado, R., Castro-Sánchez, M., & Morales-Rodríguez, F. M. (2020). Emotional intelligence as a predictor of collective efficacy in team sports. *Sustainability*, 12(18), 7701.
- Nunnally, J. C., & Bernstein, I. H. (1994). *Psychometric theory* (3rd ed.). McGraw-Hill.
- Salman, M. N., Toros, T., & Soylu, Y. (2018). Elit sporcuların duygusal zekâ yönünden karşılaştırılması: takım ve bireysel sporlar. *Social Sciences*, 13(26), 1021-1036.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Hall, L. E., Haggerty, D. J., Cooper, J. T., Golden, C. J., & Dornheim, L. (1998). Development and validation of a measure of emotional intelligence. *Personality and Individual Differences*, 25(2), 167–177. [https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(98\)00001-4](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(98)00001-4)
- Sezgin, Y., & Yıldızhan, Y. Ç. (2023). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin öznel iyi oluş ve duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 21(2), 1-18.
- Somoğlu, M. B., & Zengin, S. (2023). Spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin duygusal zekâ düzeylerinin belirlenmesi. *Mediterranean Journal of Sport Science*, 6(3), 817-834.
- Soylu, Y., & Serin, E. (2017). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin duygusal zekâ düzeylerinin incelenmesi (Aksaray İli Örneği). *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, Special Issue 1, 1-9.
- Tavşancıl, E. (2006). *Tutumların ölçülmesi ve SPSS ile veri analizi*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Human Kinetics.
- Zizzi, S., Deaner, H., & Hirschhorn, D. (2003). The relationship between emotional intelligence and performance among college baseball players. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(3), 262–269. <https://doi.org/10.1080/10413200305390>