

## **Aktif Spor Yapan Çocukların (8-17 Yaş) Kişilerarası İlişkilerde Sergiledikleri Bilişsel Çarpıtmaların Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi**

**Özer MERDAN**

Akdeniz Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Antalya-TÜRKİYE

### **Özet**

Bu araştırma aktif spor yapan çocukların (8-17 yaş) kişilerarası ilişkilerde sergiledikleri çarpıtmaların çeşitli değişkenler açısından inceleyerek, bunun spor olgusuna yansımaları ortaya koymayı amaçlamaktadır. Yöntem: Araştırma betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın örneklemini Antalya ilinde aktif olarak spor kulüplerine devam eden 132 çocuk oluşturmaktadır. Araştırma grubuna Hamamcı & Büyüköztürk (2003) tarafından geliştirilen “İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçekten elde edilen minimum puan 19, maksimum puan 95’dir. Araştırmada ölçekten elde edilen puanların kişisel özellikler açısından karşılaştırılmasında yüzdellik, T ve F testi kullanılmıştır. Bulgular: Bu araştırmada ölçekten alınan toplam puan  $53,01 \pm 9,79$ ; alt boyutlardan yakınma-kaçınma  $17,92 \pm 5,13$ ; gerçekçi olmayan ilişki beklentisi  $26,48 \pm 6,44$ ; zihin okuma  $8,61 \pm 2,86$ ’dır. Cinsiyete göre ölçekten alınan toplam puan ve yakınma-kaçınma; yaş grupları açısından gerçekçi olmayan ilişki beklentisinde ve zihin okumada; ilgilendiği spor dalına göre zihin okuma alt boyutunda anlamlı bir farklılık bulunmuştur ( $p < 0,05$ ). Sonuç: Takım sporu ile ilgilenen, anne-babası üniversite mezunu olan, ekonomik durumu iyi olan 10-11 yaş grubu erkek çocukları başta olmak üzere bilişsel çarpıtmaları, insan ilişkilerinde kısmen sergiledikleri görülmüştür.

**Anahtar Sözcükler:** bilişsel çarpıtmalar, spor, çocuk

## **Children Engaged in Active Sports ( 8-17 Years ) Who Interpersonal Cognitive Distortions That Exhibitions Investigation by Several Variables**

**Özer MERDAN**

Akdeniz University School of Physical Education and Sports - TURKEY

### **Abstract**

This research in the interpersonal relationships of children (8 -17 years) engaged in active sports exhibitions examining the distortions in terms of several variables, it aims to reveal the reflection of sport. It is a descriptive study. The research sample was active in the province of Antalya 132 children who attend sports clubs constitute. Research for the group 'Hamamcı' and 'Büyüköztürk' developed by "Interpersonal Cognitive Distortions Scale" is used. The minimum point obtained from the scale 19, the maximum score is 95. In the study, the scores obtained from the scale in terms of personal characteristics in comparison percentage, T and F test was used. In this study, obtained from the scale total score  $53.01 \pm 9.79$ ; complaints-avoidance subscale of  $17.92 \pm 5.13$ ; unrealistic expectations of relationships  $26.48 \pm 6.44$ ; mind reading  $\pm 2.86$  8.61. By sex and total scores obtained from the scale-avoidance symptoms; In terms of age groups and mind-reading unrealistic expectations in relationships; According to the sub-dimensions of mind-reading is interested in sports, a significant difference was found ( $p<0,05$ ). Interested in team sports, parents who are university graduates, the economic situation is good, especially the boys 10 -11 age group; cognitive distortions in human relations partly been shown to exhibit.

**Key Words:** cognitive distortions, children, sport

## Giriş

Çocukluk döneminde, çocuğun bilişsel gelişimi Somut İşlemler evresine ulaşır. Yine bu evrede çocuk çalışma becerilerini kazanır, nispeten özgür bir biçimde aile dışındaki çevreye açılır. Olgunlaşma sürecinde meydana gelen değişimler çocuğun sosyal gelişimini önemli ölçüde oluşturur (Eripek, 1998). Çocukların akran ilişkilerinin doğasına yönelik bilimsel çalışmalar 1930'larda başlamış olup ikinci dünya savaşının patlak vermesi ile on yıl boyunca nispeten bir duraklama dönemine girmiştir. Bu alandaki çalışmaların başlaması ile çocukların akran ilişkilerine dair teoriler sosyal bilimlere güdümlü olmuştur. George H Mead, Sigmund Freud, Erik Erickson, ve Jean Piaget gibi önde gelen yazarlar sosyal grupların bireyin gelişimi üzerinde önemli bir etkiye sahip olduğunu savunmuştur (Garry,1999). Bu yazarlar insan gelişimini bilişsel ya da davranışsal olarak ele almış ve özellikle karakter gelişimi etrafında, bir anlamda insanın doğasal gelişimine dikkat çekmişlerdir. Bu bağlamda dikkat çekici bir varsayım Sigmund Freud'un; insanın gelişimsel doğasını oluşturduğunu ileri sürdüğü cinsellik ve saldırganlık özellikleridir (Malamuth, Neil., Feshbach, & Jaffe, 1977). Albert Bandura'nın sosyal bilişsel kuramı dikkate alındığında, bilişsel ve sosyal gelişimin bir bütün olarak ele alınabileceği ve doğuştan gelen genetiksel özelliklerimiz ile içinde bulunduğumuz sosyal çevrenin bir tür etkileşim içinde olduğu ve bu etkileşimin bilişsel gelişimimizin bir ürünü olarak düşünülebilecek değerler ve yargılama sürecimiz ile doğrudan ilişkili olduğu düşünülebilir (Avanozoğlu 2007). Sosyal Öğrenme kuramı davranışsal ve bilişsel kavramları birleştirir ve birbiriyle tamamlar. Bunun yanında bilişsel, davranışsal ve çevresel faktörlerin birbirini etkileyici yapısını vurgular (akt.: Pinar Tınaz,2000).

Özellikle çocukluk ve ergenlik döneminde bilişsel gelişimimizin aşamalı ve hızlı ilerleyişi dikkate alındığında değerler ve yargılama sürecinin de ilerlemeli ve değişen bir yapısının olduğu, bu bağlamda değerler ve yargılama süreçlerimizin bilişsel ve sosyal çevremizin gelişimi ve değişimine doğru orantılı olarak farklılaşabileceği söz konusu olmaktadır.

Bilişsel çarpıtma, kişinin kendisini ve dış dünyasını algılamasındaki gerçekçi olmayan değerlendirmeleri, otomatik düşünceleri ve bunlarla birlikte yaşadığı duygusal, düşünsel ve davranışsal sorunları açıklamaktadır (Fair, 1986). Otomatik düşünceler her zaman yanlış olmasa da, çoğunun gerçek olma ihtimali düşüktür. Bu durumun sebebi genellikle tutarlı bir biçimde varlık gösteren ve bilişsel çarpıtmalar olarak adlandırılan algıdaki sistematik mantık hatalarıdır (Freeman, Dattilo, 1992). Safran ve Segal (1990) tarafından geliştirilen bilişsel kişilerarası kuram, kişilerarası kuram ile bilişsel kuramı bütünleştirmekte; biliş, duygu ve davranış, kişilerarası bağlamda gelişen ve kişilerarası bağlamda var olan yapılar olarak ele almakta, böylece insan psikolojisini ve psikopatolojiyi daha genişletilmiş bir bilişsel model üzerinden açıklamaktadır. Safran'ın (1990a), bilişsel kişilerarası kurama dair sayıtları şunlardır: 1. Biliş ve eylem arasında ilişki vardır. 2. İnsan çevreye uyum sağlayan biyolojik bir canlıdır. 3. Kişilerarası ilişkiyi sürdürmeye eğilim vardır (akt. Alkan, 2008). Kişilerarası ilişkilerle ilgili davranışsal esnekliği azaltan ve duygusal güçlükler yol açan abartılı, akılcı olmayan ve mükemmeliyetçi (meli- malı, asla, kesinlikle vb.) düşünceler bireyin ilişkilerinde nasıl davranacağını etkilemekte ve bu tür düşünceler kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmalar ya da ilişkilerle ilgili akılcı olmayan inançlar olarak tanımlanmaktadır (DiGiuseppe & Zee, 1986).

Bu araştırmanın amacı aktif spor yapan çocukların (8 -17 yaş) kişilerarası ilişkilerde sergiledikleri bilişsel çarpıtmaları çeşitli değişkenler açısından inceleyerek, bunun spor olgusuna yansımalarını ortaya koymaktır.

## Yöntem

Araştırma betimsel bir çalışmadır. Araştırmanın örneklemini Antalya ilinde aktif olarak spor kulüplerine devam eden 132 çocuk oluşturmaktadır. Araştırma grubuna Hamamcı&Büyüköztürk (2003) tarafından geliştirilen “İlişkilerle İlgili Bilişsel Çarpıtmalar Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçekten elde edilen minimum puan 19, maksimum puan 95’dir. Araştırmada ölçekten elde edilen puanların kişisel özellikler açısından karşılaştırılmasında yüzdellik, T ve F testi kullanılmıştır.

### KİŞİLER ARASI İLİŞKİLERLE İLGİLİ BİLİŞSEL ÇARPITMALAR ÖLÇEĞİ

		Hiç katılmıyorum	Çok az katılıyorum	Kısmen Katılıyorum	Oldukça Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1	Bu ölçek insanların kişilerarası ilişkilerle ilgili olarak benimsedikleri bazı düşünceleri içermektedir. Lütfen her cümleyi dikkatle okuyup, bu düşüncelere ne derece katıldığınızı aşağıdaki şıkları dikkate alarak belirtiniz. Her düşünce katılma derecenizi hemen yanındaki cevap formu üzerine (X) işaretle koyarak belirtiniz. Okuduğunuz her bir ifade için tek bir işaretleme yapmaya özen gösteriniz. Her insanın kendine özgü bir kişisel görüşü bulunduğundan bu ifadelerin doğru ya da yanlış cevapları yoktur. İşaretlemelerinizi sizin genel olarak düşündüğünüzü dikkate alarak cevaplayınız.					
2	İnsanlar beni hiç anlamıyor.					
3	Çevremdeki insanlara gerçek duygu ve düşüncelerimi ifade edersem onlar tarafından reddedileceğime inanıyorum.					
4	Bu hayatta gerçek dost yoktur.					
5	İlişki kurduğum herkesin tüm duygu ve düşüncelerimi benimle paylaşmasını isterim.					
6	Bir insanın gözünden nasıl bir insan olduğumu anlarım.					
7	Karşımdaki kişiler ifade etmeseler de onların ne düşündüğünü anlarım.					
8	Karşımdaki kişi ben ifade etmesem de benim ne düşündüğümü anlayabilmelidir.					
9	Kendimi iyi hissedebilmem için başkalarının benim hakkımdaki duygu ve düşünceleri olumlu olmalıdır.					
10	İnsanlar verdiği sözleri yerine getirmezler.					
11	Her zaman sosyal bir grupta yer almalıyım.					
12	Sosyal ortamlarda insanların beni olduğum gibi kabul etmeyeceğini düşünüyorum.					
13	Çevremizdeki insanlara karşı sürekli tetikte olmakta yarar var.					
14	Çevremdeki insanları üzmemek için hep kendimden ödün vermeliyim.					
15	İlişkilerimde insanları hoşnut kılmak için onların istediği gibi davranmalıyım.					
16	Her zaman çevremde birilerinin olmasını isterim.					
17	İnsanların bana daima anlayışlı davranmasını isterim.					
18	İlişkilerde insanlar birbirlerinin tüm beklentilerini karşılamalıdır.					
19	İnsanlarla ilişkileri yüzeysel tutmakta her zaman yarar vardır.					

## Bulgular

**Tablo 1** Araştırmaya Katılan Sporcuların Cinsiyete Göre Dağılımı

cinsiyet		f	%
Valid	Kadın	17	12,9
	Erkek	115	87,1
	Total	132	100,0

**Tablo 2** Araştırmaya Katılan Sporcuların Yaş Gruplarına Göre Dağılımı

yaşgrup		f	%
Valid	8-9 yaş	30	22,7
	10-11 yaş	38	28,8
	12-13 yaş	22	16,7
	14-ve üzeri	42	31,8
	Total	132	100,0

**Tablo 3** Araştırmaya Katılan Sporcuların İlgilendiği Spor Türüne Göre Dağılımı

ilgilendigispor		f	%
Valid	Bireysel Sporlar	47	35,6
	Takım Sporları	85	64,4
	Total	132	100,0

**Tablo 4** Araştırmaya Katılan Sporcuların Babanın Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı

		f	%
Valid	Okuryazar değil	2	1,5
	İlkokul	15	11,4
	Ortaokul	21	15,9
	Lise	35	26,5
	Üniversite	59	44,7
	Total	132	100,0

**Tablo 5** Araştırmaya Katılan Sporcuların Annenin Eğitim Düzeyine Göre Dağılımı

		f	%
Valid	Okuryazar değil	4	3,0
	İlkokul	13	9,8
	Ortaokul	13	9,8
	Lise	43	32,6
	Üniversite	59	44,7
	Total	132	100,0

**Tablo 6** Araştırmaya Katılan Sporcuların Ekonomik Duruma Göre Dağılımı

	f	%
Valid Çok Kötü	1	,8
Kötü	4	3,0
Orta	33	25,0
İyi	73	55,3
Çok iyi	21	15,9
Total	132	100,0

**Tablo 7** Araştırmaya Katılan Sporcuların Ölçek ve Ölçeğin Alt Boyutlarından Aldıkları Puanların Ortalaması

Statistics

	Genel_Toplam	yakınma_kacınma	gerçekci_olmayan_iliski_beklentisi	zihin_okuma
Mean	53,01	17,92	26,48	8,61
Std. Deviation	9,79	5,13	6,44	2,86
Minimum	23	8	9	2
Maximum	74	29	39	15

**Tablo 8** Araştırmaya Katılan Sporcuların Cinsiyete Göre Ölçekten Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

	t-test for Equality of Means		
	t	df	p
Genel_Toplam	-2,044	130	,043
yakınma_kacınma	-2,344	130	,021
gerçekci_olmayan_iliski_beklentisi	-1,881	130	,062
zihin_okuma	1,429	130	,155

**Tablo 9** Araştırmaya Katılan Sporcuların Yaşa Göre Ölçekten Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

ANOVA

		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Genel_Toplam	Between Groups	66,382	3	22,127	,227	,878
	Within Groups	12504,610	128	97,692		
	Total	12570,992	131			
yakınma_kacınma	Between Groups	92,887	3	30,962	1,177	,321
	Within Groups	3367,197	128	26,306		
	Total	3460,083	131			
gerçekci_olmayan_iliski_be klentisi	Between Groups	336,921	3	112,307	2,812	,042
	Within Groups	5112,049	128	39,938		
	Total	5448,970	131			
zihin_okuma	Between Groups	97,970	3	32,657	4,276	,007
	Within Groups	977,545	128	7,637		
	Total	1075,515	131			

**Tablo 10** Araştırmaya Katılan Sporcuların İlgilendiği Spor Dalına Göre Ölçekten Aldıkları Puanların Karşılaştırılması

Group Statistics

	ilgilendiğispor	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Genel_Toplam	Bireysel Sporlar	47	53,85	9,544	1,392
	Takım Sporları	85	52,54	9,958	1,080
yakınma_kacınma	Bireysel Sporlar	47	17,70	4,903	,715
	Takım Sporları	85	18,04	5,290	,574
gerçekci_olmayan_iliski_bekle ntisi	Bireysel Sporlar	47	26,74	6,333	,924
	Takım Sporları	85	26,34	6,546	,710
zihin_okuma	Bireysel Sporlar	47	9,40	2,976	,434
	Takım Sporları	85	8,16	2,721	,295

### Tartışma ve Sonuç

Takım sporu ile ilgilenen, anne-babası üniversite mezunu olan, ekonomik durumu iyi olan 10-11 yaş grubu erkek çocukları başta olmak üzere, bilişsel çarpıtmaları, insan ilişkilerinde kısmen sergiledikleri görülmüştür.

Çalışmaya katılan sporcuların yaş ortalaması dikkate alındığında insan ilişkilerinde sergiledikleri bilişsel çarpıtmaların normal olarak düşünülmesi muhtemeldir. Yine yaş ortalaması dikkate alındığında katılımcıların ergenlik dönemine nispeten girmemiş olmaları, genelinen ekonomik düzeyinin iyi oluşu ve sosyal bir aktivite olarak sporla uğraşmaları gibi faktörler insan ilişkilerinde sergiledikleri bilişsel çarpıtmaları kısmen düşürmüştür denilebilir. Ayrıca katılımcıların anne ve babalarının eğitim düzeyi ortalamalarının yüksek oluşu bir tür

ön yargı ve bilişsel hataların ürünü olarak kabul edilebilecek bilişsel çarpıtmaların katılımcılarda aşırı düzeyde görülmemesinin nedenleri arasında sayılabilir.

Öğrenme ve davranış sergileme eksenindeki ortak özellikleri, niteleyici yapısı ile aydınlatmaya çalışan psikoloji bilimi, koşullanma ve bu koşullanmaların ürünlerinden yola çıkarak insan davranışlarının öncesi ve sonrası arasındaki nicel ve nitel örüntüleri keşfetmeyi amaçlamış ve her bilim dalında olduğu gibi ortaya koyduğu bilimsel bulguları ortak parametreler yani değerlere göre şekillendirme eğilimine girmiştir. Bu çalışmaya konu olan kişilerarası ilişkilerdeki bilişsel çarpıtmalar buna örnek olarak gösterilebilir. Çalışmaya konu olan ölçekte bilişsel çarpıtma olarak nitelendirilen faktörler, kişinin organizmasındaki bilişsel işlevlerinin bir ürünü olarak, toplumla etkileşimli bir şekilde şekillendirdiği öğrenme veya davranış örüntüleridir. Ölçeğe konu olan eylemlerin ne derecede bilişsel çarpıtma (bilişsel hata) olarak nitelendirildiği evrensel ve toplumsal normlara ne oranda uydukları ile doğru orantılıdır. Bu anlamıyla bilişsel alan; birey ve toplum ile bilimsel bir çatı altında bütünlük içindedir.

Bilişsel anlamda, bireyi; toplumu oluşturan unsur olarak ele aldığımızda bireyin öğrenme ve davranış sergileme şekillerini araştırma yanında gelecekteki çalışmalar; temelinde algı, dikkat, koşullanma seviyelerinin etkisi olması muhtemel toplumun öğrenme ve davranış sergileme şekillerini araştırmaya yönelik olabilirler. Bu bağlamda Türkiye’de çok fazla irdelenmemiş bir konu olan ‘toplumsal koşullanma’ olgusu incelenmeye açıktır.

## KAYNAKLAR

- Eripek S (1998). İlköğretim Çağı Çocuklarının Bilişsel, Bedensel Ve Kişilik Özellikleri. Eğitim Bilimlerinde Yenilikler. Anadolu Üni. Yayınları, (1016).
- Garry WL (1999). Peer Relationships And Social Competence During Early And Middle Childhood. *Ann. Rev. Psychol*,50:333–59.
- Malamuth Neil M, Seymour Feshbach, and Yoram Jaffe (1977). "Sexual arousal and aggression: Recent experiments and theoretical issues. *Journal of Social Issues*, 33(2): 110-133.
- Avanozoğlu Kızıltepe Z (2007). Öğretişim ve Eğitim Psikolojisine Çağdaş Bir Yaklaşım. İstanbul: Epsilon.
- Luthans F (1989). a.g.e.; s 297, akt.; Pınar Tınaz, Organizasyonlarda Etkili Öğrenme stratejileri, 2000, s24,25.
- Fair SE (1986). Cognitive content and distortion associated with mood-induced depressive and anxious states. Arizona State University, Arizona.
- Freeman A & Dattilio FM (1992). Comprehensive casebook of cognitive therapy. New York: Plenum Press.
- Alkan E (2008). Cinsel işlev bozuklukları ve kişilerarası tarz, öfke, kendilik algısı. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Di Guiseppe R ve Zee C (1986). A Rational Emotive Theory Of Marital Dysfunctional Marital Therapy. *Journal of Rational Emotive Therapy*.