

T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı
Sporda Psikososyal Alanlar Bilim Dalı

LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BİREYSEL REKABET
DAVRANIŞLARI İLE DUYGUSAL ZEKÂ DÜZEYLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ

Yüksek Lisans Tezi

Şebnem AYDIN

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Aydın PEKEL

İstanbul – 2022

TEZ TANITIM FORMU

- Yazar Adı Soyadı** : Şebnem AYDIN
- Tezin Dili** : Türkçe
- Tezin Adı** : Lise Öğrencilerinin Bireysel Rekabet Davranışları ile Duygusal Zekâ Düzeyleri Arasındaki İlişki
- Enstitü** : İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
- Anabilim Dalı** : Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı
- Tezin Türü** : Yüksek Lisans
- Tezin Tarihi** : 01.07.2022
- Sayfa Sayısı** : 67
- Tez Danışmanı** : Dr. Öğr. Üyesi Aydın PEKEL
- Dizin Terimleri** : Rekabet, Öğrenci, Duygusal Zekâ
- Türkçe Özet** : Bu çalışmanın amacı lise öğrencilerinin bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Ayrıca bazı demografik özellikleri ile bireysel rekabet davranışları ve duygusal zekâ düzeyleri arasındaki farklılıkların değerlendirilmesidir.
- Dağıtım Listesi** : 1. İstanbul Gelişim Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsüne
2. YÖK Ulusal Tez Merkezine

İmzası

Şebnem AYDIN

**T. C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı
Sporda Psikososyal Alanlar Bilim Dalı

**LİSE ÖĞRENCİLERİNİN BİREYSEL REKABET
DAVRANIŞLARI İLE DUYGUSAL ZEKÂ DÜZEYLERİ
ARASINDAKİ İLİŞKİ**

Yüksek Lisans Tezi

Şebnem AYDIN

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Aydın PEKEL

İstanbul – 2022

BEYAN

Bu çalışmanın hazırlık sürecinde bilimsel etik kurallarına uygun hareket ettiğimi, diğer araştırmacıların esenlerinden faydalanırken atıf yaptığımı ve uygun davrandığımı, kullanılan verilerde herhangi bir şekilde tahribat ve oynama yapılmadığını, bu tezin bir kısmının veya tamamının herhangi bir üniversitede sunulmadığını ve tamamının şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Şebnem AYDIN

.../.../2022



İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜ'NE

Şebnem AYDIN'ın "Lise Öğrencilerinin Bireysel Rekabet Davranışları ile Duygusal Zekâ Düzeyleri Arasındaki İlişki" adlı tez çalışması, jürimiz tarafından Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Sporda Psikososyal Alanlar Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

Başkan *Doç. Dr. Mustafa Can KOÇ*

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Aydın PEKEL*
(Danışman)

Üye *Dr. Öğr. Üyesi Taner ATASOY*

ONAY

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

/ / 2022

İmzası

Prof. Dr. İzzet GÜMÜŞ

Lisansüstü Eğitim Enstitü Müdürü

ÖZET

Bu çalışmanın amacı lise öğrencilerinin bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Ayrıca bazı demografik özellikleri ile bireysel rekabet davranışları ve duygusal zekâ düzeyleri arasındaki farklılıkların değerlendirilmesidir. Araştırma amacı doğrultusunda nicel araştırma; ilişkisel tarama ve nedensel karşılaştırma modelinde tasarlanmıştır. Veri toplama yöntemi olarak anket tekniği tercih edilmiştir. Araştırmanın evrenini 2021-2022 Eğitim Öğretim yılı döneminde İstanbul İli Büyükçekmece İlçesinde bulunan Spor Lisesi, Anadolu Lisesi ve Meslek Lisesinde öğrenim gören öğrenciler, örnekleme ise 491 gönüllü öğrenci oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak katılımcılara cinsiyet, sınıf seviyesi, okul türü, spor yapma durumu, lisanslı sporcu olma durumu, kardeş sayısı ve bilgisayarda günlük oyun oynama süresini içeren sosyo demografik sorular, bireysel rekabet ölçeği ve duygusal zekâ ölçeği uygulanmıştır. Elde edilen veriler IBM SPSS 24 paket programına aktararak, Bağımsız örneklem T testi ve Oneway ANOVA analizi uygulanmıştır. Gruplararası farkın belirlenmesi için ise Post-hoc analizi olarak, LSD testinden yararlanılmıştır. İstatistiksel olarak $p < 0,05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

Sonuç olarak, cinsiyetin bireysel rekabet ve duygusal zekâ düzeyinde belirleyici bir değişken olduğu belirlenmiştir. Lise öğrencilerinin kardeş sayılarının bireysel rekabet ve duygusal zekâ düzeylerini farklılaştırmadığı tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin bireysel rekabetçilik ve duygusal zekâ düzeylerinin daha iyi olduğu ve okul türüne göre bireysel rekabetçilik ve duygusal zekâ düzeylerinin farklılaştığı belirlenmiştir. Duygusal düzenleme boyutunda ise farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Öğrencilerinin sınıf düzeyinin duygusal zekâ, duygusal tanıma/anlama boyutunda farklılığa neden olduğu, bireysel rekabetçilik düzeyinin ise benzer özellik gösterdiği saptanmıştır. Spor yapan lise öğrencilerinin bireysel rekabetçilik düzeyinin farklılık gösterdiği, spor yapma değişkeninin bireysel rekabetçilik düzeyinde önemli bir rol üstlendiği görülmüştür. Duygusal zekâ, duygusal kolaylaştırma ve duygusal düzenleme boyutlarının spor yapma durumuna göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Öğrencilerin lisanslı sporcu olmalarının bireysel rekabetçilik düzeyini farklılaştırdığı, lisanslı sporcuların rekabetten hoşlanma ve yarışmadan kaçınma

düzeylerinin daha iyi olduğu belirlenmiştir. Duygusal zekâ düzeyinde ise duygusal düzenleme ve duygusal kolaylaştırma boyutlarında spor yapan öğrenciler yönünde anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin günlük bilgisayar oynama sürelerinin duygusal zekâ; duygusal anlama ve tanıma boyutundan farklılığa neden olduğu anlaşılmıştır. Öğrencilerin bireysel rekabetçilik düzeyi ile duygusal zekâ düzeyi arasında olumlu yönde doğrusal bir ilişki olduğu duygusal zekânın bireysel rekabetçilik düzeyinden etkilendiği anlaşılmaktadır. Dolayısıyla sadece sportif alanda değil tüm alanlarda gerekli olan rekabetçiliğin duygusal zekâyı da olumlu yönde etkileyeceği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Rekabet, Öğrenci, Duygusal Zekâ



SUMMARY

The present study aims to show the relationship between individual competitiveness behaviors and emotional intelligence levels of high school students. It also aims to evaluate the differences between their certain demographic characteristics, individual competitive behaviors and emotional intelligence levels. The quantitative research was designed with relational screening (correlational survey) model and causal comparison model in line with the aim of the research. Questionnaire technique was preferred for data collection method. The population of the research consisted of students studying at Sports High School, Anatolian High School and Vocational High School in Buyukcekmece, Istanbul in the academic year of 2021-2022, and sampling included 491 volunteer students. As a data collection tool, the participants were asked socio-demographic questions, which included gender, grade level, type of school, whether they do any sports activities or they are a licensed athlete, and number of siblings and time spent on computer games per day, and individual competitiveness scale and emotional intelligence scale were applied. The data obtained were exported to the IBM SPSS 24 software, and Independent sample T test and Oneway ANOVA analysis were applied. For Post-hoc analysis, LSD test was used to determine the difference between groups. $P < 0.05$ was considered statistically significant.

In conclusion, gender was found to be a determining variable for the level of individual competitiveness and emotional intelligence. It was found that the number of siblings of high school students did not cause any difference in their individual competitiveness and emotional intelligence levels. Individual competitiveness and emotional intelligence levels of the sports high school students were found to be better, and the individual competitiveness and emotional intelligence levels were found to differ depending on the school type. No difference was found in emotional regulation level. It was determined that the grade level of the students caused a difference in the emotional intelligence level and emotional recognition/understanding, while individual competitiveness level was found to be similar. It was seen that individual competitiveness level of high school students, who do sports activities, differed, and the variable of doing sports activities was found to play an important role in individual

competitiveness level. It was found that emotional intelligence level, emotional facilitation and emotional regulation differed depending on whether doing any sports activities. It was determined that being licensed athletes differed individual competitiveness levels of the students, and that the level of enjoying and avoiding competition was better in licensed athletes. Regarding the emotional intelligence level, a significant difference was found in emotional regulation and emotional facilitation levels in the students, who do sports activities. It was understood that time spent on computer games per day caused a difference in emotional intelligence, emotional understanding and recognition levels of students. It is understood that a positive linear relationship exists between individual competitiveness and emotional intelligence levels of the students, and that individual competitiveness level has an impact on emotional intelligence. Therefore, it can be said that competitiveness, which is required not only in sports but also in all other fields, may have positive impact on emotional intelligence.

Keywords: Competition, Student, Emotional Intelligence

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	i
SUMMARY	iii
İÇİNDEKİLER	v
KISALTMALAR	vi
TABLOLAR LİSTESİ.....	vii
ÖNSÖZ.....	viii
GİRİŞ	1

BİRİNCİ BÖLÜM GENEL BİLGİLER

1.1. Rekabet Kavramı ve Bireysel Rekabet	4
1.2. Eğitim ve Rekabet.....	7
1.3. Sporda Rekabet	11
1.4. Duygusal Zekâ Kavramı ve Duygusal Zekâ ile İlgili Kuramsal Çerçeve	13
1.4.1. Duygu Kavramı	14
1.4.2. Zekâ Kavramı	15
1.4.3. Duygusal Zekânın Tanımı	17
1.4.4. Duygusal Zekâ Modelleri	18
1.4.5. Duygusal Zekâ Alanıyla İlgili Yapılan Çalışmalar:	25

İKİNCİ BÖLÜM MATERYAL VE YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli.....	27
2.2. Evren ve Örneklem	27
2.3. Veri Toplama Araçları	27
2.3.1. Kişisel Bilgi Formu	27
2.3.2. Bireysel Rekabetçilik Ölçeği	28
2.3.3. Duygusal Zekâ Ölçeği	28
2.4. Verilerin Analizi	28

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM BULGULAR

SONUÇ VE ÖNERİLER.....	38
KAYNAKÇA	43
EKLER.....	48
ÖZGEÇMİŞ.....	53

KISALTMALAR

N	:	Katılımcı sayısı
p	:	Anlamlılık değeri
SD	:	Standart sapma
SPSS	:	Statistical Package For The Social Sciences



TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri.....	29
Tablo 2. Katılımcıların ölçek alt boyutlarından aldığı puanlarının çarpıklık-basıklık ve kolmogrov smirnov testi anlamlılık düzeyi sonuçları	29
Tablo 3. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların betimsel istatistiği	31
Tablo 4. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların cinsiyete göre karşılaştırılması.....	31
Tablo 5. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların kardeş sayısına göre karşılaştırılması	32
Tablo 6. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların okul türüne göre karşılaştırılması	33
Tablo 7. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların sınıflarına göre karşılaştırılması.....	34
Tablo 8. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların spor yapma durumlarına göre karşılaştırılması.....	35
Tablo 9. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların spor lisansı olma durumlarına göre karşılaştırılması.....	35
Tablo 10. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların günlük bilgisayar oynama sürelerine göre karşılaştırılması	36
Tablo 11. Katılımcıların bireysel rekabet ile duygusal zekâ düzeyi arasındaki ilişki	37

ÖNSÖZ

Tez çalışma sürecimde bilgi ve tecrübeleriyle bana yol gösteren ve desteğini hiç esirgemeyen çok değerli danışmanım Dr. Öğr. Üyesi Aydın PEKEL'e, Arş. Gör. Ali KAYA ve Sinan DEMİRCİ'ye, Sudi Özkan Mesleki Teknik ve Anadolu Lisesi, Büyükçekmece Atatürk Anadolu Lisesi ve Ruhi Sarıalp Spor Lisesi idareci ve öğretmenlerine, spor salonunda birlikte çalıştığım mesai arkadaşlarım Sedat ÖZTÜRK ve Ahmet GÜL'e, sevgili aileme ve sabırla yanımda olan Buket YILDIZ'a teşekkürlerimi sunarım.



GİRİŞ

Kuramsal / Kavramsal Çerçevesi

Bir ya da birden fazla rakiple yarışmayı ifade eden ve kişisel çıkarı içeren rekabet insanlar için önemli bir hazdır. Bireyselleşen toplumla birlikte günümüzde rekabet kavramının önemi daha da artmıştır. Türk Dil Kurumu (TDK) rekabeti, “aynı amacı güden kimseler arasındaki çekişme, yarışma, yarış” olarak tanımlarken, rekabetçilik kavramını ise, “rekabet halinde olma durumu” olarak açıklamıştır (Türk Dil Kurumu., Erişim Tarihi:2021). Rekabet her türün varoluş sürecini belirleyen önemli bir etkidir. Aynı tür veya aynı grup üyeleri hayatta kalma ve bireysel ihtiyaçları için hem rekabet ederler hem de rakiplerinden korunmak için birlik olurlar. İnsanların davranışlarını belirleyen unsurlardan biri olan rekabet kavramının, psikososyal ve biyolojik kökenini de incelemek gerekir. *Astatotilapia burtoni* balık türünün rekabet davranışı üzerine yapılan bir araştırmada güçlü balık parlak renkli olarak tanımlanmıştır. Erkek balık kendinden iri bir balık gördüğünde saldırgan davranışı azalır ve parlaklığını kaybederken, dişi balık gördüğünde saldırgan davranışlar gösterdiği ve parlaklığının daha çok arttığı gözlemlenmişti (Fernald, 2015).Yapılan bu çalışmalarda, insanlarla hayvanların rekabet konusunda benzer davranışlar sergilediği görülmektedir. Lise dönemi ergenlik dönemi olarak değerlendirilmektedir. Ergenlik dönemi duygusal, davranışsal ve fizyolojik değişimlerin başladığı bireyin kimliğine, bağımsızlığına, sosyal bakımdan üretkenliğine kavuşmasıyla sona eren bir süreçtir (Dennis ve Vander, 2010). Bireyin kendi ve başkalarının davranışlarının farkında olması duygularını kontrol etmesi ve motivasyonunu sağlaması için gerekli yetenekte olması duygusal zekâ (Goleman,2000) olarak açıklanmaktadır. Lise dönemi çocukların karmaşık duygu ve davranışlar sergilediği, yetişkinliğe hazırlanma dönemimin sıkıntılarını yaşadığı dönemdir. Bu dönem öğrencilerinin rekabet kavramı kargaşası yaşadığı, düşük duygusal zekâ, düzeyine sahip olduğu süreç olarak söylenebilir.

Problem Durumu

Öğrencilerin içsel olarak sahip olduğu rekabetçilik bir kişilik özelliği olarak söylenebilir. Bazı öğrenciler rekabet etmekten hoşlanırken, bazıları yarışmadan

kaçınmaktadır. Duygular da öğrencilerin rekabet ortamlarında mücadele edebilmeleri ve başarılı olabilmeleri için gereklidir. Fiziksel ve psikolojik açıdan karmaşık bir dönem geçiren lise öğrencilerinin daha iyiye ulaşması için gösterdikleri çaba ile rekabet içinde bulunduğu toplumu ve çevreyi anlama, başa çıkabilme düzeyi arasındaki ilişki merak edilmektedir. Araştırmanın problem durumuna yönelik alt problemler aşağıda sunulmuştur.

Alt Problemler

- Lise öğrencilerinin cinsiyet farklılıklarına göre bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
- Lise öğrencilerinin sahip olunan kardeş sayısına göre bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
- Lise öğrencilerinin öğrenim gördüğü okul türüne göre bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
- Lise öğrencilerinin sınıf düzeyine göre bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
- Lise öğrencilerinin aktif olarak spor yapma durumuna göre bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
- Lise öğrencilerinin lisanslı sporcu olup olmama durumuna göre bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
- Lise öğrencilerinin lisanslı olma sürelerine göre bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasında farklılık var mıdır?
- Lise öğrencilerinin bilgisayarda günlük oyun oynama süresine göre bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasında farklılık var mıdır?

Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı lise öğrencilerinin bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır. Ayrıca bazı demografik özellikleri ile bireysel rekabet davranışları ve duygusal zekâ düzeyleri arasındaki farklılıkların değerlendirilmesidir.

Araştırmanın Önemi

Yapılan literatür taramasında, bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ arasındaki ilişkisinin incelendiği herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu çalışma, spor lisesi, meslek lisesi ve anadolu lisesi öğrencileri arasında yapıldığından, farklı okul türlerinde öğrenim gören öğrencilerin bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri değerlendirilerek spor bilimine katkı sağlaması açısından önem arz etmektedir.

Araştırmanın Sınırlılıkları

- Araştırmanın örneklem grubu İstanbul ili Büyükçekmece ilçesi Sudi Özkan Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Büyükçekmece Atatürk Anadolu Lisesi ve Ruhi Sarıalp Spor Lisesi öğrencileri ile sınırlıdır.
- Houston vd. (2002) tarafından geliştirilen ve Günay ve Çelik (2020) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan “Bireysel Rekabetçilik Ölçeği”, Hyuneung Lee ve Yungjung (2012) tarafından geliştirilen Kayıhan ve Arslan (2016) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Duygusal Zekâ Ölçeği” ve araştırmacı tarafından hazırlanan demografik bilgi formu ile sınırlıdır.

Araştırmanın Sayıtları

- Araştırmacı tarafından kullanılan ölçeklerin ve demografik bilgi formunun özellikleri araştırmanın amacına ve örneklem grubuna uygundur.
- Araştırmaya gönüllü olarak katkı sağlayan öğrenciler ölçekleri ve demografik bilgi formunu dürüst ve içtenlikle cevapladıkları düşünülmektedir.

BİRİNCİ BÖLÜM

GENEL BİLGİLER

1.1. Rekabet Kavramı ve Bireysel Rekabet

İnsanlık tarihinde yaşam mücadelesi olarak varlığını sürdüren rekabet kavramı, teknolojinin gelişmesiyle birlikte sosyal ve psikolojik açıdan da önem kazanmıştır.

Kişiler, rekabet ettikleri unsurların gerisinde kaldıkları zaman, geçmişte yaşadıkları travmatik durumların da etkisiyle olumsuz duygular hissedebilirler. Hissedilen olumsuz duyguların kaynağı için aile ilişkilerini ve daha da önemlisi kardeş ilişkilerini incelemek gerekir. Çocukluk döneminde kişiler, ailede yeterli derecede kabul ve sevgi görebilirse, ilerleyen dönemlerde kazandıkları özgüven ile daha rahat rekabet edebilir. Eğer rekabet sonucu başarısız oldukları durumlarla karşılaşılırsa, eksiklerini tamamlayarak tekrar rekabet etmeye başlayabilir hatta bu durumdan keyif bile alabilir. Ancak ebeveynler sevgi ve ilgilerini bir başarıya karşılık olarak verirlerse çocuk, rekabette geriye düştüğü zaman, kendisini başarısız hisseder. Bu durum yetersizlik ve değersizlik duygusu oluşturup psikolojik bir soruna kaynak olabilir. Ailede ilgi ve sevgiyi başarı sonucu görmeye alışan bir çocuk, ilerleyen yaşamında da rekabet sonucu bir başarısızlık yaşarsa ilgi ve sevgiyi kaybedeceği yanılmasına düşebilir. Kardeş rekabeti, kardeşler arasındaki çekişme, yarış ve mücadeledir. Buna neden olan en önemli sebep ebeveynlerin çocukları arasında kıyaslama yapmasıdır. Kardeş rekabetini artıran nedenlerden biri kardeşlerden birinin başarıları ile öne çıkması olabilirken kaza, hastalık gibi nedenlerle ebeveynlerin çocuk kaybı yaşama korkusu da olabilir (Köse Karaca, 2016, s. 28-29).

Adler, kardeşler arasındaki bireysel rekabetin önlenemez olduğunu ve çocukları arasında adaletli davranma konusunda aşırı kaygı yaşayan ya da ihmal eden annenin rekabeti körüklediğini belirtiyor. Kardeşler arasındaki rekabeti, babanın da desteğini alan rahat ve özenli anneler azaltabilir (Bakırcıoğlu, 2015, s. 177). Kardeş rekabetinin olumlu tarafları da vardır. Kardeşler arasında yaşanan sert rekabetle yıpranan çocuklar; dayanıklılık, dinamiklik, kendini koruma, kendini ifade etme, uzlaşma yollarını öğrenme gibi olumlu kazanımlara ulaşırken, kardeşler arasında yaşanan kıskançlık daha hırsla çalışmaya ve başarılı olmaya sürüklemektedir (Faber

& Mazlish, 2015, s. 16). Kardeş rekabeti, ilgisiz ebeveynler, ailenin gelir düzeyinin çok düşük olması gibi nedenler çocukların benlik saygısını düşürebilir. Ailevi sorunları olan çocukların arasında yüksek benlik saygısı oluşan çocuklar da görülmektedir. Ancak bu çocukların; anne babaları, akranları ve çevreleri tarafından beğeni kazanma ihtiyacı fazladır. Çocukların akranlarıyla iletişim kurabilmesi, sosyal çevreye ve okula uyum sağlayabilmesi için yüksek benlik saygısına gereksinimi vardır. Yüksek benlik saygısına sahip çocuklar kapasiteleri ölçüsünde gerçek hedefler belirler ve başarmak için rekabet ederler. Bireysel rekabet için yüksek benlik saygısı önemlidir (Yavuzer, 2016, s. 16-17).

Yaşamımızın her alanında (ekonomi, ikili ilişkiler, toplumsal ilişkiler, eğitim, spor) bulunan rekabet kavramı, bazen bir problem olarak karşımıza çıkar. Bireylerin nevrotik kişiliğe sahip olması normal olmayan rekabet durumlarını ortaya çıkarabilir. Nevrotik davranış gösteren birey ortak bir amaç olmasa bile rekabet eder. Başarılı ve eşsiz olma isteği ile rekabet ederken aşırı hırs ile düşmanca davranabilir. Rekabet, bu bireyler için kaygı kaynağıdır. Yoğun kaygı başarısızlık korkusunu beraberinde getirirken rekabetten çekilmeye neden olabilir. Herkes tarafından beğenilme ve sevilme arzusu içinde olan nevrotik birey, hırsı ve duygusal talepleri arasında sıkışır. Hem rakiplerini yenmek hem de onlar tarafından sevilme ister. Kazandığı zaman diğerleri tarafından sevilmeyeceğini düşündüğünden başarısını önemsemeyip küçük görür ya da kazanmaya çok yakınken yarıştan çekilebilir. En büyük korkuları yenilme durumunda rakipleri tarafından aşağılanmaktır. Yaşanan çatışma durumu, hırsla kazanma isteği ve bir o kadar da kendini engelleme isteğidir (Horney, 2017, s. 128-154).

Değişen dünya koşulları insanların tüm yaşamını etkilerken çocuk yetiştirme tarzını da değiştirmiştir. Teknolojik gelişmeler, kentleşme, çocuk oyun parklarının azalması gibi nedenlerle çocuklar, artık evlerde bireysel olarak bilgisayar oyunlarını oynamayı tercih ediyorlar. Bilgisayar oyunlarının olmadığı eski dönemlerde, çocuklar, sokak oyunları oynarlardı. Bu oyunları birbirlerine öğretip oynarlarken, tatlı bir rekabet içinde yenmeyi ve yenilmeyi öğrenirlerdi (Sullivan, 2002, s. 9-49). Son zamanlarda ebeveynlerin desteği ile planlı spor etkinliklerine katılan çocukların oyun oynama ihtiyacı devam etmektedir. Bunun farkındalığı içinde olan antrenörler, planlı

antrenman programlarına yaş grubuna uygun eğitsel oyunları dahil etmektedirler (Begel & Burton, 2017, s. 50).

1970'li yılların başlarında icat edilen ve her yıl yeni oyunlarla çocukları, gençleri ve hatta yetişkinleri bile etkisi altına alan, bireyin rekabetinin psikolojik etkilerine dayanan bilgisayar oyunları, büyük bir sektör haline gelmiştir. İnsanların sahip olduğu kuvvetli dürtülerden biri becerilerde ustalaşmadır. Kendini gerçekleştirme adı verilen bu dürtü ile bilgisayar oyunları oynayan insanlarda, oyun içerisinde tur atlama ve başarılı olmanın verdiği haz, psikolojik tatmin sağlar. Bilgisayar oyunlarının çok talep görmesinin başlıca nedeni budur. Birçok çeşidi bulunan bu oyunların aksiyon/macera türünde amaç kötü adamların yenilip hazinenin bulunması, simülasyon oyun türlerinde bir kurgu ile şehir oluşturma ya da uzay aracı inşa etme, strateji oyun türlerinde savaş oyunlarını oynama, arcade oyunlarında eğlence amaçlı puan kazanma, kişisel gelişim oyunlarında bulmaca ve dil geliştirici etkinlikler ve spor oyunlarında golf ve tenis gibi branşlar fazlaca oynanırken en çok oynanan sürüş ve uçuş becerisi sağlayan oyunlardır. Bilgisayar oyunları tasarlayanlar, becerilerde ustalaşırken özgüveni sağlama, oyunun devamlılığı için düzeyi ayarlanmış heyecan ve kaygı yaratma, ödüller ve teşvikler, grup oyunları ile iş birliğinin öğrenilmesine dikkat ederler. Ebeveynler, çocuklarının fazla sürelerde bilgisayar oyunları oynamasından rahatsızlık duymakta ve bazı oyunların içerdiği şiddetten endişelenmektedirler. Araştırmalarda yeterli bulgulara ulaşılamamakla birlikte, çocukların çizgi filmlerdeki ve gerçek hayattaki şiddeti ayırabildiği için bilgisayar oyunları ile gerçeklik arasındaki ayrımı görebileceği ve zarar verici etkinin düşünülenden daha az olduğu belirtilmiştir. Oyunların içeriğinin azim, doğruluk gibi değerler ile donatılmasının çocukların öğrenme deneyimlerine fayda getireceği de genel bakış açısidir. Oyun sürelerinin uzunluğunun neden olduğu hareketsizlik sebebiyle oluşabilecek sağlık sorunlarını önlemek için çocuğun faaliyet zamanları dengelenmeli, spor ve fiziksel aktivitelerle desteklenmelidir (Hayes, 2018, s. 301-307).

Toplumun bir bireyi olan çocuğun iki ile dört yaş aralığında saldırgan davranışları artar. Okul öncesi dönemle saldırganlık ve bireysel faaliyetleri azalır, arkadaşlarıyla ortak oyunlar oynamaya başlar. Okul çağında ise okul kurallarını öğrenir, uyum sağlamaya çalışır ve cinsiyet farklılıklarını daha fazla hisseder. Okula

ve akranlarına uyum süreci çocuğun aynı zamanda bireysel rekabetini de artırır. Okul aynı zamanda doğal olarak oluşan bir rekabet ortamı yaratır. Bazı çocuklar aşırı rekabet içine girerken bazıları rekabetten kaçınır. Bu iki tutum da benlik saygısını korumaya yönelik tutumlardır. Bireyin fazla rekabetçi tutumu ya da kaçınması bulunduğu toplulukta eleştirilirse birey topluluk kurallarını anlayıp öğrenebilir ve uyumlanmaya çalışır. Uyum çabası, davranışlarını düzenlemesine sebep olur ve özgeci davranışları destekler (Yavuzer, 2016, s. 25-27). Bir grup içinde özgeci davranışa sahip birey sayısının fazlalığı, o grubun iş birlikçi ve güçlü rekabet edebilen bir grup olduğunu gösterir. Grupların birbirleriyle rekabetinde ,grup içinde iş birliği fazla olan grubun kazanma şansı daha fazladır (Çetin, 2020, s. 113-114).

Çatışma, bireylerin ve grupların arasındaki anlaşamama diye tanımlanırken olumsuz duyguları içinde barındıran bir durum olup rekabet kavramıyla ilintilidir. Çatışma stres ve gerginliğe neden olurken grup içindeki dengeleri bozar. Çatışmanın ortaya çıkmasında bireysel özellikler çok önemli bir yer teşkil eder. Düşük özsaygıya, dogmatik ve olaylara esnek bir açıdan bakamayan bireylere sahip olan grupların grup içi çatışmaları kaçınılmazdır. Bu tarz gruplarda bireyler, ortak olan hedef doğrultusunda verimli bir çalışma gerçekleştiremezler. Çatışmanın çözümlenmesi için birçok teknik bulunurken en etkili ve ilk kullanılan yöntem çatışan tarafları rekabete sokarak kazanan ve kaybedeni belirlemektir (Kutunis, 2012, s. 188-203).

1.2. Eğitim ve Rekabet

Geleneksel eğitim uygulamalarında öğrencilere akademik başarılar kazandırılmak istenirken spor, müzik ve resim gibi öğrencinin duygusal niteliklerini ortaya çıkarabilecek derslere daha az önem verilmektedir. Bir plan dahilinde, çeşitli yöntemler kullanılarak, öğretmen odaklı öğretilen dersler öğrencinin konuşmasını, soru sormasını, üretmesini ve yaratıcı düşünmesini engeller, öğrenciye ezber yaptırır. Yaratılan rekabet ortamlarında başarılı olan birkaç öğrenci ödüllendirilirken başarısız olan öğrenciler başarılı olan öğrencileri kıskanmakta ve sevmemektedir. Sonuç olarak amaç, öğrenmeden ziyade rekabette “kazanma” olmaktadır. Çağdaş eğitimde ise öğrencinin etkin olmasını sağlayan, sorgulayan, yeteneklerini ortaya çıkarmaya çalışan, yaratıcılığını artıran, girişimci, üretken ve en önemlisi iş birliği ortamını yaratan, başka öğrencilerle değil kendisiyle rekabet etmesini amaçlayan yöntemler

benimsenmektedir. Öğrenme olumlu duygularla desteklenerek yapıldığında, öğrenciler daha başarılı olurken olumsuz duygular öğrenme sürecini güçleştirdiği gibi öğrenilen eski bilgilerin hatırlanmasını da zorlaştırmaktadır (Bakırcıoğlu, 2015, s. 188-193).

Eğitim sistemlerinin faydaları ile ilgili dünya çapında birçok araştırma yapılmıştır. Minnesota Üniversitesi profesörlerinden; David W. Johnson ve Roger T Johnson'un "sosyal dayanışma" teorisinde pozitif ve negatif sosyal bağımlılık olarak iki tür tanımlanmıştır. Bir hedefe ulaşırken pozitif bağımlı bireyler dayanışmayla ulaşacaklarını, negatif bağımlı bireyler ise sadece rekabet ederek ulaşabileceklerini düşünürler. Araştırmacılar eğitimde iş birliği halinde olan ve bireysel rekabet içinde olan öğrencileri kıyasladıklarında, iş birliği içinde rekabet eden bireylerin ve grubun daha başarılı olduğu sonucuna ulaşmışlardır. İş birliği; motivasyonu, başarıya yönelik umutları ve yaratıcılığı yükselterek fayda sağlamaktadır (Laitman, 2014, s. 175-177). Rekabeti sadece diğerlerinden üstün olma ve kavga etmek olarak algılayan bireyler daima mutsuz ve tedirgin olurlar (Güzel, 2013, s. 82).

Öğrencinin bireysel özellikleri, çevre ve ebeveynlerinin tutumu öğrenme ve davranış geliştirmeyi etkiler. Öğrenme faaliyeti ailede önemsenirse çocuk üzerinde gerginlik ve huzursuzluk olmaz. Övgü ise tüm öğrenim boyunca ihtiyaç hissedilirken çocuğun başarı için kararlılıkla ilerlemesine yardımcı olur (Yavuzer, 2016, s. 58).

Her bireyin kendine özgü birtakım özellikleri vardır. Bu bireysel özellikler zekâ, yetenekler, kişilik özellikleri ve davranış durumları olup kalıtım, ana-baba davranış biçimleri, çevresindeki diğer kişiler, sosyo-ekonomik düzey ve kültür gibi etmenlerle şekillenir. Öğrencilerin bireysel farklılıklarının özellikle okul ortamında rekabet durumlarına da etkisi kaçınılmazdır (Bacanlı, 2013, s. 155-159).

Sağlıklı ve mutlu öğrenme ortamının oluşturulması için öncelikle ana-babanın çocuğu iyi analiz edebilmesi ve çocuğun özelliklerine uygun gerçekçi hedefler belirlemesi gerekir. Çocuğu başkalarıyla kıyaslayarak rekabete sokmak yerine kendi gelişim düzeyleriyle ölçümleri yapılmalıdır. Olumlu öğrenme için verilecek cezalar bedensel olmamalı, fazla eleştiri yapılmamalı ve akranlarıyla kıyastan kaçınılmalıdır.

Aksi halde çocuğun özgüveni sarsılıp psiko-sosyal gelişimi olumsuz etkilenir (Yavuzer, 2016, s. 76-77).

Ebeveynler, çocukları için yaptıkları fedakarlıkların karşılığını başarı olarak istemekte ve bu durum çocukları hırsla ve rekabete sürüklemektedir. Dolayısıyla çocukların eğitim sürecinde olumsuz duygular oluşmaktadır. Ebeveynlerin mükemmeliyetçi tutumu ise çocukların kendi öz değerleriyle ilgili şüphe duymalarına ve sürekli çevrelere kendini kanıtama ihtiyacı hissetmelerine sebep olur. Çocukların okul dışı aktiviteleri (spor, jimnastik, müzik) onların rahatlamasını ve keyif almasını sağlaması gerekirken ebeveynlerin bu alana da müdahale etmesi çocukları ayrıca strese sokmaktadır (Sullivan, 2002, s. 266-268).

Sınavlarda fazla heyecanlanan çocuklar, kaygı seviyesi yüksek çocuklardır. Bu çocuklar kurallara uyar, öğretmenleri tarafından beğeni görür. Eleştiriyi hazmedemez, huzursuz ve endişelidir. Eğitim seviyesi ve gelir seviyesi yüksek ailelerin çocuklarında kaygı daha fazla görülür (Yörükoğlu, 2018, s. 308-309).

Ülkemizin eğitimle ilgili yasal düzenlemelerinde de rekabetçi anlayışı destekleyen bir dil kullanıldığı görülmektedir. 2018 yılında yayımlanan 1 sayılı “Cumhurbaşkanlığı Teşkilatı Hakkında Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi” nin 301. Maddesinin A bendinde milli eğitim bakanlığının görevleri şu şekilde belirtilmiştir (Cumhurbaşkanlığı Teşkilatı Hakkında Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi, 2018):

“Okul öncesi, ilk ve orta öğretim çağındaki öğrencileri bedenî, zihnî, ahlaki, manevî, sosyal ve kültürel nitelikler yönünden geliştiren ve insan haklarına dayalı toplum yapısının ve küresel düzeyde rekabet gücüne sahip ekonomik sistemin gerektirdiği bilgi ve becerilerle donatarak geleceğe hazırlayan eğitim ve öğretim programlarını tasarlamak, uygulamak, güncellemek; öğretmen ve öğrencilerin eğitim ve öğretim hizmetlerini bu çerçevede yürütmek ve denetlemek.”

Sınav sistemi, öğrencileri farkında olmadan rekabet içine sokmaktadır. Ülkemizde lise giriş sınavına 2021 yılında 1 milyon 38 bin 492 öğrenci katılmıştır (Milli Eğitim Bakanlığı, 2021). Ayrıca 2021 yılında üniversiteli olmak isteyen lise mezunu 2 milyon 592 bin 390 TYT oturumuna ve 1 milyon 781 bin 678 kişi de AYT

oturumuna başvuru yapmıştır (TRT Haber, 2021). Bu süreçte sınavda başarısız olma kaygısı birçok psikolojik ve fizyolojik rahatsızlıklara neden olmaktadır. Sınav stresinden kaynaklı intihar vakaları basında yer almaktadır. İzmir'in Buca ilçesinde yaşayan 14 yaşındaki öğrenci, 2010 yılında girdiği lise giriş sınavında başarısız olduğu için kendini kapı koluna asarak intihar etmiştir (Habertürk, 2010). Rekabet konusunda çevre tarafından baskı gören, rekabeti hırsa çeviren ergenler girdikleri sınavları hayatlarından daha önemli gördükleri için oldukça üzücü sonuçlar ortaya çıkmaktadır. Başarısızlık ve yenilme korkusu düşünme hatalarından meydana gelebilecek bir durumdur. Performans esnasında, başaramama düşünülürse kaybedilecek inancı doğabilir ve uygulamadan vazgeçmeye neden olabilir. Üstelik herhangi bir başarısızlık yaşandığında bu durumu genelleyip her şey de başarısız olunacağı duygusuna kapılabilir. Harcanan çaba bu noktada önemlidir. Bireysel çabayı değerlendirmeden sadece sonuç odaklı yapılan değerlendirmeler, başarısızlık ve yenilgi korkusuna neden olabilir (Burns, 2018, s. 110-111).

Sınavlar, rekabet içeriği nedeniyle gerginliğe sebep olurlar. Bu gerginlik, çaresizlik hissettirirse stres yaratır (Hayes, 2018, s. 132). Akademik seviyede kullanılan üst düzey düşünce sistemleri, ileri yaşlarda değil doğumdan itibaren oluşmaya başlar. Bu düşünce sistemleri ile birlikte aynı zamanda stresle baş edebilme yeteneği de gelişir. Bu bağlamda sınavda yaşanan stresi sadece sınava odaklamak doğru olmaz. Sınavların hedefi edinilen bilgiyi ölçmektir. Sınav sonucunun geri bildirilmesinin amacı öğrencileri kıyaslamak değildir. Eksik kalan, öğrenilemeyen bilgiler varsa fark edilmesi içindir. Sonuçtan ziyade daha iyi olmak adına yapılan rekabet sürecinin önemi vurgulanmalıdır. Rekabet isteği yok ise ceza verilmeyip öğrencinin olumlu davranışlarından bahsedilmelidir. Sadece aileler değil toplumda aynı pozitif yaklaşımla sürece dahil olursa sınavlarda yetersiz kalanların uyum süreci sancısız olur (Paktuna Keskin, 2013, s. 51-71).

Öğretmen tutumu da rekabette önemlidir. Olumlu ruh durumunun eğitimdeki önemini bilen bir öğretmen, öğrencilerini şiddetli bir rekabet ortamına sokmaz ve geride kalan öğrencilerini olumlu yönde motive eder (Yörükoğlu, 2018, s. 81). Eğitimde kalitenin artması öğrencilerin benlik düzeylerinin yükselmesiyle orantılıdır. Başarılı olamayan öğrencilerin başarısızlıkları vurgulanırsa öğrenci kendini dirençsiz,

yetersiz ve güçsüz hissederek seviyelerinin daha altında performans gösterirler. Öğretmenin iletişimi, bu noktada önem kazanmaktadır. Öğretmen beden dili, göz kontağı ile de iletişimini destekleyerek olumlu yaklaşımlarda bulunarak her öğrencinin bireysel rekabetini destekler (Yavuzer, 2016, s. 121).

Kurumanoğlu ve Aksoy (2021) tarafından Ankara ili Yenimahalle ilçesinde görev yapan sınıf öğretmenlerinin rekabete ilişkin görüşlerini ortaya koymak amacıyla yapılan bir çalışmanın sonucuna göre; öğretmenlerin %85'i rekabetçi sınıf ortamının geride kalan öğrencilerin benlik saygısını düşürdüğü, stres yaşamalarına sebep olduğu ve kıskançlık duygusunu artırdığı görüşlerine katılmıştır. Ayrıca aynı çalışmada devlet okullarında ve özel okullarda görev yapan öğretmenlerin rekabete ilişkin görüşleri karşılaştırılmıştır. Devlet okulunda görev yapan öğretmenlerin rekabetin olumlu yönlerine daha fazla vurgu yaptığı, rekabete dayalı olmayan sınıf ortamında eğitimin kalitesinin düşeceği görüşünü savunurken, özel okullarda görev yapan öğretmenlerin, rekabetin öğrenci üzerindeki duygusal (yıkıcı) etkilerine odaklandıkları tespit edilmiştir.

1.3. Sporda Rekabet

İlk spor psikolojisi ve sosyal psikoloji deneyini 1897 yılında yapan Norman Triplett, grup içinde rekabet halinde yarışan bisikletçilerin bireysel yarışmalara göre daha hızlı bisiklet sürdüğünü fark etmiştir. Daha sonra çocuklarla uyguladığı bisiklet yarışı testinde rekabet halinde iken çocukların daha süratli ve dikkatli yarıştıklarını tespit etmiştir (Weinberg & Gould, 2019, s. 8-9). Spor, aktif sabrın en önemli örneklerinden olup sporda başarı ilk önce sporcunun bedeniyle rekabet edebilmesiyle başlar (Tarhan, 2020, s. 132). Sporcular ve stres içeren faaliyetlerde bulunan kişilerin uyarılma seviyeleri üst düzeydedir. Sporcular egzersiz esnasında fiziksel zorluklarla rekabet içinde olduğu için adrenalini olumlu şekilde kullanırlar. Aynı akademik özelliklere sahip spor yapan kişilerin spor yapmayanlara göre sınavlarda daha başarılı olmasının sebeplerinden birisi fiziksel strese girmeleridir (Hayes, 2018, s. 78).

Yetişkinler, çocuk oyunlarına yeterli önemi vermezler. Oyun, çocuğun öğrendiklerini uyguladığı, duygularını yansıttığı, rahatladığı ve keyif aldığı etkinliğidir. 3 yaşından itibaren yaşlıları ile oynadığı grup içi oyunlarından aldığı haz

arkadaşlık ilişkilerini güçlendirip iş birliğini öğretirken, bencillik ve saldırganlığını da törpüler (Yörükoğlu, 2018, s. 66-73). Saldırganlık, hayvanların ve insanların doğasında bulunan bir dürtüdür. Hayvanlar genellikle düşmana karşı yuvayı korumada ve avlanmada saldırgan davranışlar gösterirken insanda durum daha karmaşıktır. İnsanlar sadece davranışla değil sözlü saldırılarda da bulunabilirler. Akranları ve çevresiyle iyi ilişkiler kuramayan çocuklar huzursuz, gergin ve saldırgandır. Eğitim, saldırgan davranışları yok etmez ancak olumlu yönde davranışa çevirir. Saldırgan davranışların spor alanlarında yarışmaya yönlendirilmesi, spor eğitiminin yarattığı güzel değişimlerdir (Yörükoğlu, 2018, s. 343-344).

Çocukluk döneminin ortalarını geçince müsabakaya katılma ihtiyacı hisseden sporcular, kazanma hırsıyla mücadele eder, bu mücadeleden zevk alır ve yarışma sonucunu kabullenir. Ancak bu yaş döneminde spordan ayrı düşünilemeyen tutku duygusu eksiktir. Birçok çalışmada da gizil (latent) dönemde spor yapan çocukların sporu, rekabet etme amaçlı değil eğlenme amaçlı yaptığını göstermiştir. Ergenlik dönemiyle birçok güçlü duyguların etkisi altına giren sporcular, antrenörleri tarafından motivasyon konuşmalarına ihtiyaç duyar, ilgilendiği spor dalıyla ailelerin yardımı olmadan uzmanlaşmak ister ve kendini bu spor dalıyla özdeşleştirirken beğendiği profesyonel sporcuları kahraman ilan eder (Begel & Burton, 2017, s. 50-51). Sportif yetenekleri üst düzeyde olan sporcunun bu yeteneği avantaj gibi algılansa da ergenlik döneminde problem olarak karşımıza çıkabilir. Çünkü ergenin en önemli ihtiyacı akranları ile iletişimde olmaktır. Akranlarından ayrı durmak istemez (Semerci, 2007, s. 103).

Sporcular arasında ezici rekabete sebep olmamak için antrenörler, sporcularını sadece kazanmaya güdülememelidir. Acet'e (2006, s. 146-148) göre iyi bir antrenör, fiziksel antrenman dışında sporcusuna sosyal, kültürel ve toplumsal sorumlulukları kazandırmalıdır. Antrenörler, kaybedilen müsabakalar sonucunda sporcusunu yalnız bırakmayan bir kişiliğe sahip olmalıdır. Böylece sporcunun rekabetin sonucu oluşabilecek mental sıkıntılarını minimuma indirger. İyi bir antrenör rakibe, hakeme ve seyirciye sporcusunun nasıl davranması gerektiğini öğretmelidir. Antrenörler tarafından, elit sporcuların pozitif davranışları, sporcu adaylarına örnek gösterilmelidir. Bunun güzel örneklerinden bir tanesi tenis sporunda mücadele eden

Roger Federer ve Rafael Nadal arasında görülmektedir. Roger Federer, Rafael Nadal'ın 21. Grand Slam zaferini şu mesajıyla kutlamıştır (Sabah Gazetesi, 2022):

"Harika bir maçı! Dostum ve ezeli rakibim Nadal, 21 grand slam kazanan tek erkek tenisçi olmanı gönülden kutluyorum. Birkaç ay önce koltuk değnekleriyle birbirimizle şakalaşıyorduk. İnanılmazsın. Harika bir şampiyonu asla hafife almayın. Senin inanılmaz etik anlayışın, kendini adaman ve mücadele ruhun, bana ve birçok kişiye örnek oluyor. Teniste, seninle aynı dönemde mücadele etmekten gurur duyuyorum."

Dünyada en çok izlenen, talep gören ve rekabet analizlerinin uygulandığı spor dallarından biri olan futbol, kapitalist sistemle birlikte kâr edilebilecek bir sektör haline gelmiştir. Bu bağlamda futbol için iktisadi anlamda rekabeti düşünebiliriz. Futbol piyasasını meydana getiren futbol kulüplerinin kazandıkları puanlar, performansları olarak değerlendirilir. Doğru bir rekabet analizi yapabilmek için kazanılan puanların haftalık, aylık analizler değil sezonluk analizleri yapılarak değerlendirilmelidir. Çeşitli endekslerle bir ligin özellikleri incelenebilmektedir. Bir ligin rekabetinin üst seviyede olması ve o seviyede kalma tutarlılığı, ligin rekabet ortalamasını yüksek düzeyde tutar ve sezonluk yüksek rekabet seviyesini değiştirmez (Ongan & Demiröz, 2010).

Bireysel rekabeti pozitif yönde kullanan sporcularda rekabet, oyun seviyesini yukarı çeker. Sporcular birbirlerinden etkilenecek oyunlarını geliştirir ve zaman içerisinde oyun kalitesini yükseltir.

1.4. Duygusal Zekâ Kavramı ve Duygusal Zekâ ile İlgili Kuramsal Çerçeve

Duygusal zekâ kendini betimleyebilme, duyguları yönetebilme, bulunulan ortamı idrak edebilme, karşılaşılan kişilerin istek ve düşüncelerini sezip duygularını hissedebilme gibi kabiliyetler olarak tanımlanabilir. Duygusal zekâ kavramı ortaya çıkmadan önce başarılı olmanın ön koşulunun sadece yüksek IQ seviyesi ile gerçekleşebileceği zannedilirken yapılan araştırma sonuçlarında başarılı olmada duyguların yok sayılmayacağı gerçeği kanıtlanmıştır (Soyugüzel, 2018, s. 77-78). Duygusal zekâ kavramının geniş kitlelere ulaşmasını sağlayan Goleman'a göre duygusal zekâ, sezgisel olarak öğrenebilen birçok beceriyi barındırmaktadır (Merlevede, Vandamme, & Bridoux, 2006, s. 29). Yüksek duygusal zekâ seviyesine

sahip kişiler, insanları olduğu gibi kabullendiği ve iletişim yeteneklerini iyi kullanabildikleri için kolaylıkla usta bir yönetici olup başarılı organizasyonlar düzenleme yeteneğine sahiptirler (Soyugüzel, 2018, s. 77-78).

1.4.1. Duygu Kavramı:

Duygu sözcüğü İngilizce'de 'emotion' kelimesi ile ifade edilir. Emotion kelimesi, Latince köken ile incelendiğinde Türkçe karşılığı 'dışarı hareket' demektir (Tarhan, 2020, s. 46). Kısaca 'emotion' insanın içinde olanları dışarı aktarması olarak tanımlanabilirken duygular olmadan bu aktarımın gerçekleşmesi söz konusu olamaz. Duyguları temel duygular ve yüksek duygular olarak iki gruba ayırabiliriz. Temel duygular açlık, susuzluk, cinsellik, saldırganlık gibi dürtüsel hisler olup tüm canlılarda bulunur. Öğrenmede ödül-ceza yöntemi, bu duygulara yönelik olup amaç beynimizde zihinsel şartlanmalar oluşturarak sınır koymayı öğretmektir. Yüksek duygulara sevgi, güven ve korkuyu örnek gösterebiliriz. Sevgi duygusu, içinde iyilik, merhamet, şefkat hisleri barındırırken güven duygusunun içinde doğruluk, sadakat ve gayret bulunur. Nefret, düşmanlık ve öfke gibi hisleri de korku duygusu ile bütünleşik olarak bulabiliriz (Tarhan, 2020, s. 46-47).

Duygular hakkında düşünüldüğünde ilk akla gelen kaygı, korku, öfke gibi olumsuz duygulardır. Bunun sebebi, toplumumuzun olumsuz duyguları daha ön plana çıkarmasıdır. Dizilerde ve haberlerde olumsuz duyguların vurgulanması insanların olumlu duyguları görmezden gelmesine sebep olur (Hayes, 2018, s. 59).

Evrin sürecinde insanın hayatta kalması bedensel gücünden ziyade zekâ ve sezgisi ile ilişkilidir. Bedensel olarak kendine yakın olan türlerle karşılaştırıldığında güç ve çeviklik açısından fazla şansı olmayan insanın beyin kabuğunun gelişimi, verimlilik açısından diğer tüm canlıları geçerek hislerini algılayıp duygu olarak tanımlamasına neden oldu. Beynimiz altmıştan fazla ulak madde ve hislerimizi belirleyen moleküllerin dolaştığı nemli, jöle gibi olan ve akışkan bir sistemdir. Beynin içinden geçen nörotransmitter adı verilen dopamin, endorfin, serotonin gibi kimyasal maddelerin hislerimiz üzerindeki etkileri ile ruh halimizi bir anda değiştirme gücüne sahip olması ve davranışlarımızı etkilemesi ürkütücü gelse de bu sadece bütünün bir parçasıdır (Güzel, 2013, s. 14-20).

İnsanların konuşma, algılama gibi özelliklerini beynin korteks olarak isimlendirilen dış kısmı kontrol ederken, kortikal ağlarla da beynin diğer bölümleri ile bağlanır. Limbik sistem dediğimiz bu ağ yapısının temel parçaları hipotalamus, talamus, amigdala ve hipokampustur. Hipotalamus temel dürtülerimizi ve hormonlarımızı düzenler. Hipokampus, bellek ile ilgili işlevleri için önemli iken yanında bulunan badem şeklinde olan amigdala ise temel duyguların anlamlandırılması ve uyarıcıları değerlendirme olarak görev yapar (Glassman & Hadad, 2018, s. 47-48)

Nöro-fizyolojik bir kanıtı olmasa da iyi hissedilen duygulara önem verilip doyusuya yaşanırsa mantıklı davranışlar gelişir. Günümüzde nöro psikoloji hislerin bilinç dışından, duyguların ise bilinç ile algılandığını kabul eder. Hisler, çoğunlukla bedenin de katılımıyla oluşan otomatik bir süreç olup duygular ise bilinçli şekilde duyumsadığımız yaşanan bir süreçtir. Bazen hisler, duygular oluşmadan ortaya çıkar, utandığımızı anlayamadan yüzümüzün kızarması bu duruma örnek olarak gösterilebilir. Her duygunun öncesinde oluşan hisler, duyguları da belirler. Yaşamını akıl çerçevesinde yöneten, duygularını analiz edip yönetebilen kişilerin mutluluk duygusuna kavuşması tesadüf eseri olmayıp doğru eylemlerin sonucudur (Güzel, 2013, s. 7-12).

1.4.2. Zekâ Kavramı:

Türk Dil Kurumu (TDK) zekâyı “İnsanın düşünme, akıl yürütme, objektif gerçekleri algılama, yargılama ve sonuç çıkarma yeteneklerinin tamamı” olarak tanımlamıştır (Türk Dil Kurumu, Erişim Tarihi: 2022). Piaget, zekâyı çevreyle uyumlanabilme yeteneği olarak tanımlarken zeki olan kişilerin çevrelerine hızlı bir şekilde adapte olduklarını vurgulamıştır (Bacanlı, 2013, s. 83).

Zekâ bilgiyi alma, işleme, problem çözme ve çevreye uyum sağlamayı içeren farklı zihinsel kapasitelerin bütünü olarak tanımlanabilir. Zekâ kavramı ve kullanımı, farklı disiplinlere göre de değişiklik göstermektedir. Eğitim sektöründe akademik başarısı yüksek olan kişiler, “zeki” olarak tanımlanırken spor bilimlerinde ise performans sırasında hızlı karar veren ve problem çözme becerisini performansa yansıtan sporcular, “zeki” olarak kabul görmektedir (Özgüven, 2001, s. 11-20).

Zekâyı ölçmek adına günümüze kadar birçok bilimsel ve akademik çalışmalar yapılmıştır. Zekânın ölçülmesi ilk olarak Alfred Binet ile 1900'lü yılların başında başlamıştır. Binet-Simon zekâ testinin ardından Wechsler'in zekâ testi, Spearman, Thurstone, Catell, Jean Piaget, Bruner, Guilford gibi araştırmacılar da zekâ üzerine birçok çalışmalar yapmışlardır. Daha sonraları Nelson Goodman ve Psikolog Howard Gardner "çoklu zekâ" kavramı adı altında 7 çeşit zekâ türü tanımlamışlardır.

Bu zekâ türleri şunlardır;

- Sözel ve Dilsel Zekâ: Zihnimizdeki düşünceleri dil yoluyla ifade edebilme yeteneğidir. Dili iyi kullanabilme becerisidir. İletişim kurmamızı sağlar.
- Mantıksal Matematiksel Zekâ: Analitik düşünme, soyut ilişkiler arasında matematiksel ilişki kurma becerisidir.
- Görsel Mekânsal Zekâ: Görüneni hafızaya alma, zihinsel şablonlar oluşturma ve görsel tasarımlar oluşturma becerisidir.
- Bedensel-Kinestetik Zekâ: Beyin ve bedenin koordinasyonu ile bedenin hareket becerisini ortaya çıkaran zekâ türüdür. Dans, müzik, tiyatro alanı kinestetik zekâ türüne girmektedir. Özellikle spor, kinestetik zekanın ana unsurudur. Sporda yer alan denge, hız, güç ve koordinasyon gibi temel özellikler dahil olmak üzere tüm spor dalları kinestetik zekâyı içermektedir.
- Müzikal-Ritmik Zekâ: Sese duyarlı olma ve sesi anlamlandırma becerisidir.
- Kişilerarası-Sosyal Zekâ: Kişilerarası duyguları anlama ve iyi iletişim kurma becerisidir.
- İçsel-Benlik Zekâsı: Kişilerin kendilerini tanıma ve duyularını anlayıp ifade edebilme becerisidir. Düşünme ve akıl yürütme bu zekâ türünde oldukça yüksek seviyededir (Gardner, 2012, s.129-310; Özdemir Yaylacı, 2006, s. 17-19; Yazıcı, 2019, s. 2-19).

Gardner, yedi zekâ çeşidine 1995 yılında doğa zekâsını sekizinci zekâ türü olarak eklemiştir.

- Doğa Zekâsı: Kişilerin doğal dünyayı algılayabilme ve anlayabilme yeteneğidir. Doğadaki canlı türleri arasındaki ayrımı yapabilme ve sınıflayabilme özelliğidir (Soyugüzel, 2018, s. 47-48).

Gardner, bu sekiz tür zekâyı tanımlarken bu zekâ çeşitlerinin gözlenebilir ve ölçülebilir olduğunu söylemektedir (Soyugüzel, 2018, s. 48-49).

Terman, Hologworth, Thorndike gibi araştırmacıların yaptığı çalışmalarda zekâ düzeyi ölçülen bir çocuğun ileri yaşlarında da aynı düzeyi korudukları gözlemlenmiştir. İlk değerlendirmesinde zekâ seviyesi normal ve altında olan bireylerin ilerleyen zamanla aynı durumu sürdürdükleri, olağanüstü bir durum olmadıkça üstün zekalı bir kişinin de bu üstünlüğünü devam ettirdiği izlenmiştir (Enç, 2005, s. 139-140).

1.4.3. Duygusal Zekânın Tanımı

Tureng İngilizce sözlüğü (Erişim yılı;2022) EQ “Emotional Intelligence” kelimelerini Türkçeye duygusal zekâ olarak çevirip çevresine ve kendisine ait duyguların farkına varma ve bu duyguları yönetme yetisi olarak tanımlamıştır.

Goleman’a (Goleman D. ,2000, s. 393) göre duygusal zekâ; “Kendimizin ve başkasının hislerini tanıma, kendimizi motive etme içimizdeki ve ilişkilerimizdeki duyguları iyi yönetme yetisi” olarak tanımlamıştır. Zekâ mükemmel performansa ulaşmada birincil sebeplerden biridir. Bunun yanında detaylı ve geniş düşünebilme ile süreci tahmin edebilme gibi bilişsel yeteneklerin de önemi yadsınamaz. Üstün performans oluşumunda; teknik beceri, IQ düzeyi ve duygusal zekâ bileşenleriyle olurken özellikle yönetim kademesinde duygusal zekâ etmeninin oranı fazladır (Goleman D. , 2016, s. 12-14). İnsanların duyarlılıklarının arttırıldığı çeşitli eğitimlerle duygusal zekalarının yükseldiği izlenmiştir (Hayes, 2018, s. 218). IQ (zekâ katsayısı) için sayısal verilerle nicel bir ölçüm yapılırken EQ (duygusal katsayı) için yapılan ölçüm niteldir (Alder, 2004, s. 13).

Kadınların annelik özellikleri de dikkate alındığında duygu yoğunlukları genetik olarak erkeklerle aynı değildir. Bu sebeple duygusal zekâları, erkeklerden bir adım öndedir (Tarhan, 2008, s.212). Toplumumuz doğu gelenekleri ve batı eğitim sistemiyle harmanlandığı için çocuklar aile ortamında başladıkları ahlaki eğitimde farkına varmadan duygusal zekâ ile ilgili bilgilerle tanışır. Toplumsal ve insani

değerlere önem vererek duygular çözümlenip anlamlandırılırsa doğru duygusal kararlar verilme oranı artar ve dolayısıyla duygusal zekâ seviyesi yükselir (Tarhan, 2020, s. 214-215).

Değerler, toplumun her kesimi tarafından kabul gören ortak normlardır ve sosyal öğrenme metoduyla öğrenilen kavramlar olup insanın mutluluğunda baskın rol oynarlar. Her toplumun ve bireyin kendine göre değerleri vardır ve bu değerler genellikle evrensel doğrularla eşleşir. Bir kişi kendine uymayan bir değer kabul ederse kişide içsel çatışmaya neden olabilir. Bu sebeple değerleri benimserken duygularımızı da işin içine katmalıyız (Tarhan, 2019, s. 20-25).

Özgür iradesiyle seçme kabiliyeti olan, yönetme gücüyle donatılan ve üretebilen insanoğlunun bu yetileri kullanması sahip olduğu bilinç ile mümkündür. Bilincin etkin kullanımı irade gücünü ortaya çıkarır. İnsan bilincini istediği bir amaç doğrultusunda kullandığında tesadüflerin, çağrışımların, taklitlerin, reklamların etki ve yönlendirmelerinden kurtulur. Bu noktada insanın kendini tanıması çok önemlidir. Bilinç duygularla uyum içinde bütünleşirse “bütünleşmiş kişilik” oluşur ve hayatın amacı; idealler, değerler ve prensipler anlam kazanır. İnsanın inandığı değerleri ve yargıları, duygularının zihni takip etmesiyle gerçekleşir. Eğer kişilik bütünleşemiyorsa sadece duyguları hayatına yön verir ki bu da kendini yok saymak anlamına gelip derin bir mutsuzluğa neden olur (Kan, 2017, s. 70-75). Benlik bütünleşmediği zaman kişilik bölünmeleri meydana gelir (Lieberman, 2007, s. 123).

1.4.4. Duygusal Zekâ Modelleri

Literatürde farklı araştırmacıların geliştirdiği duygusal zekâ modelleri olsa da temel olarak duygusal zekâ modelleri dört ana başlık altında toplanmaktadır (Yazıcı, 2019, s. 2-17).

1.4.4.1. Mayer ve Salovey Yetenek Tabanlı Duygusal Zekâ Modeli:

Mayer ve Salovey, duygu ile akıl arasındaki ilişkiyi ortaya koyan ilk araştırmacılarıdır. Onlara göre duygusal zekâ, sosyal zekanın bir uzantısı olarak bireyin kendini tanıması, kendisinin ve başkasının duygularını fark edebilmesi ve duygularını yönetebilmesi olarak tanımlanır. Mayer ve Salovey, duygusal zekâyı üç bölüme ayırmıştır.

- Algısal Değerlendirme ve Duyguları İfade Etme: Kişinin kendisini ve çevresindeki bütün uyaranları beden dili, jest, mimik, ses ve davranışları yoluyla duygularını algılamasıdır. Duygusal okuryazarlık yapabilmektir. Kişi, başkalarının duygularını önemseydiğinde duyarlılığı artarken kendi duygularını önemseydiğinde de öz farkındalığı artmaktadır.
- Düşüncenin Duygusal Açıdan Kolaylaştırılması: Duygular düşünceleri önem sırasına göre düzenler. Kişinin duygularını problem çözme ve karar verme gibi bilişsel süreç içerisinde kullanma yeteneğidir.
- Duyguları analiz etme ve Anlama: Duyguların düşünceleri, düşüncelerin duyguları nasıl etkilediğini fark edebilmektir. Duygulardaki geçişleri ve duyguların birbiriyle ilişkisini anlamayı içerir.
- Dışa Yansıyan Duyguların Düzenlenmesi: Pozitif ve negatif bütün duygulara açık olabilme ve negatif durumları fırsatlara dönüştürebilme yeteneğidir (Özdemir Yaylacı, 2006, s. 51-55).

1.4.4.2. *Goleman Karma Duygusal Zekâ Modeli*

Goleman duygusal zekayı iş, liderlik ve başarı çerçevesinde ele almıştır. Ona göre lider olmak için iyi bir eğitim, analitik bir zihne sahip olmak yetmez. Etkin liderler, teknik becerilerin yanı sıra duygusal zekâyâ sahip kişilerdir. Goleman'ın liderlerle yaptığı araştırmaya göre mükemmel bir liderlik performansın IQ düzeyinden, bilişsel ve teknik özelliklerden daha çok duygusal zekânın önemli olduğu ortaya çıkmıştır. Goleman duygusal zekayı öz farkındalık, kendini ayarlama, motivasyon, empati ve sosyal beceri olmak üzere beş özelliikle açıklamıştır.

- Öz Farkındalık: Öz farkındalık, kişinin kendi hislerinin, isteklerinin iyi-kötü, güçlü- zayıf yönlerinin farkında olmasıdır. Öz farkındalığı güçlü kişiler, gerçekçi ve kendilerine karşı dürüstlerdir. Bu kişiler, duygularının kendisini ve çevresini nasıl etkilediğinin farkında olup en yüksek iş performansı için sorumluluklarını yerine getirirler. Olumsuz durumlarla karşılaştıklarında da bu durumu yapıcı bir şekilde

dönüştürmeye çalışırlar. Öz farkındalığı yüksek insanlar, kendi duygularının yaptıkları işe etkisinin farkındadırlar.

- Kendini Ayarlama: Kendini ayarlama, kişinin duygularının esiri olmasını engelleyen bir faktördür. Bu özelliğe sahip kişiler duygusal açıdan kötü halde olduğunda bu durumu kontrol altına alarak yararlı şekle çevirecek yollar bulurlar. Bu kişiler, başarısızlık durumunda ekibine kızgınlık duymak yerine olan kötü durumu kabul edecek ve başarısızlığın nedenlerini düşünecektir. Kendini ayarlama sayesinde liderler duygularını, dürtülerini kontrol edebilen, güven ortamı oluşturan kişilere dönüşecektir.
- Motivasyon: Başarmak liderler için çok önemli bir motivasyon kaynağıdır. Bir işin iyi yapılması, daha ileriye götürülmesi ve elde ettiği performansın her zaman üstüne çıkmak, liderler için önemlidir. Ekibinin başarı motivasyonunun yüksek olmasına ve ekip içindeki bağlılığa özen gösterir.
- Empati: Empati liderlerin karar alma sürecinde ekibinin duygularını da göz önüne almasıdır. Goleman liderlerin gerektiğinde grubun gergin ve başarısızlığını araştırmak için ekibiyle birebir görüşmeler yapması gerektiğini düşünmektedir. Özellikle yetenekli ve başarılı çalışanlarını kaybetmemek için empatiye daha çok ihtiyaç duyarlar. Ayrıca küreselleşmeyle farklı kültürlerin iş için bir araya gelmesi, empatinin önemini daha da arttırmıştır.
- Sosyal Beceri: Duygusal zekanın bir diğer boyutu olan sosyal beceri, diğer bileşenleri de içinde barındırır. Yüksek motivasyona sahip, duygularının farkında olan ve empati becerisi gelişmiş kişilerin sosyal yetenekleri de gelişmiştir. Ekip arasında ve liderle iyi bir iletişim ağı olması için sosyal becerinin yüksek olması gerekir. Sosyal becerileri fazla olan kişilerin ikna kabiliyeti yüksektir. Bu kişiler iletişime ve ortak amaç uğruna birlikte çalışmaya açıktır (Goleman D. , 2020, s. 19-49).

1.4.4.3. Bar-On Karma Duygusal Zekâ Modeli

Reuven Bar-On, beynin bilişsel yetisinden daha çok duygusal yönüne ağırlık vermiştir. Sosyal beceri ve duygular üzerinde çalışan Bar-On, kişilerin çevresiyle doğru bir ilişki kurması ve uyum sağlaması için duygusal zekânın baskın olması gerektiğini ifade etmiştir. Bar-On, duygusal zekâ modellerini; kişisel beceriler, kişilerarası beceriler, uyumluluk, stres yönetimi ve genel ruh hali olmak üzere beş başlık altında açıklamıştır (Avcı, 2017).

Kişisel Beceriler: Kişilerin kendisinin ve başkalarının hislerinin farkında olma ve duygularını ifade etme becerisidir. Kişisel becerilere sahip bireyler, kendilerine ait fikirlere sahiptirler ve bunları rahatlıkla ifade edebilirler. Bar-On, bu alanı beş alt boyutta açıklamıştır.

- Duygusal Benlik Bilinci: Duygusal benlik bilincine sahip kişiler, neyi neden hissettiklerinin farkındadırlar. Kendilerini anlarlar.
- Kendine Güven: Bu kişiler haklarını savunurken duygularını kontrol edebilirler. Ayrıca kendine güvenen kişiler, hissettiklerinin farkında olup bulunduğu ortama uyum sağlarlar.
- Kendine Saygı: Öz saygısı yüksek olan kişiler, kendileriyle ilgili olumlu duygular beslerler, olumsuz durumlar yaşadıklarında bu durumu kendi başarısızlığı olarak görmezler. Olumsuzlukların tekrarlanmaması için hataları analiz ederler.
- Kendini Gerçekleştirme: Bu alt boyutta sahip olduğu yeteneklerin farkına varan bireyler bu yetenekleri en üst düzeyde kullanmaya çalışırlar.
- Bağımsızlık: Bu kişilerin kendilerine ait fikirleri olur, başkaları tarafından yönlendirilmeye ihtiyaç duymazlar.

Kişilerarası Beceriler: Sosyal becerileri yüksek, sorumluluk sahibi ve kişilerarası iletişimi yüksek olan bireylerin sahip olduğu özelliklerdir. Bar-On, bu alanı üç alt boyuta indirmiştir.

- Empati: Empati özelliğine sahip kişiler, karşısındakinin duygularını doğru biçimde analiz eder ve karşısındakinin ne hissettiğini anlarlar.

- Kişilerarası İlişkiler: Diğer bireylerle iletişimi güçlü olan ve ilişkisini geliştirebilen kişilerin özelliğidir.
- Sosyal Sorumluluk: Gruplar arası ilişkileri yönetebilen ve grup içinde kendi sorumluluğunu yerine getiren kişilerin özelliğidir.

Uyumluluk: Bireyin yeni durumlara hızlı adapte olabilmesidir. Karşılaştığı sorunlara, farklı bakış açısıyla çözüm üretebilmesidir. Bar-On, bu alanı üç bölüme ayırmıştır.

- Problem çözme: Kişinin problemi tanımlayıp uygun çözümleri üretebilme yetisidir.
- Gerçekçilik: Kişinin içinde bulunduğu durumla gerçekte var olanı eşleştirebilme yeteneğidir. Bu kişiler, realist kararlar alabilen bireylerdir.
- Esneklik: Bu kişiler, değişen koşullara ve durumlara kolay adapte olabilirler. Ortamın uyumuna göre duygu ve düşüncelerini açıkça ifade edebilirler.

Stres Yönetimi: Bireyin kaygı ve stresli durumlarda duygu kontrolünü sağlayabilme yeteneğidir. Bar-On, stres yönetimini iki alt başlıkta incelemiştir.

- Stres Toleransı: Kriz durumlarında stres toleransına sahip kişiler olumsuz duygulara kapılmayıp stresini kontrol ederek sorunları çözüme kavuşturabilirler.
- Dürtü Kontrolü: Güdülerini ve ihtiyaçlarını sabırla erteleyebilen kişiler, dürtü kontrolünü başarıyla gerçekleştirebilen kişilerdir.

Genel Ruh Hali: Her koşulda iyimser düşünebilen, girdiği ortama olumlu duygular yansıtabilen kişi özelliğidir. Bar-On, genel ruh hali boyutunu mutluluk ve iyimserlik olarak iki şekilde ele almıştır.

- Mutluluk: Mutlu olan bireyler kendisiyle ve etkileşimde olduğu kişilerle doyumlu ilişkiler yaşayabilen, neşeli ve hayattan zevk alan kişilerdir.
- İyimserlik: Yaşamdaki olumsuzluklara rağmen olayların iyi yönüne odaklanabilen kötü düşüncelerden uzak kalabilen kişilik özelliğidir

(Avcı, 2017, s. 91-99;Yazıcı, 2019, s. 2-17;Doğan & Şahin, 2007, s. 231-251)

1.4.4.4. *Robert K Cooper-Ayman Sawaf Duygusal Zekâ Modeli:*

Cooper- Sawaf, duygusal zekâyı duyguların gücünü insan enerjisi, bilgisi, ilişkileri ve etkisinin bir kaynağı olarak anlama ve aktif bir şekilde kullanma yeteneği olarak tanımlamıştır. Duygusal zekânın meslek yaşamında karar verme, liderlik, stratejik ve teknik atılımlar, dürüst iletişim güvenilir ilişkiler ve ekip çalışması, müşteri sadakati ve yaratıcılık faktörleri üzerindeki etkisine değinmişlerdir. Duygusal zekâyı açıklayan “duyguları öğrenmek, duygusal zindelik, duygusal derinlik, duygusal simya” olmak üzere dört köşe taşı modeli tanımlanmıştır.

1.4.4.4.1. *Köşe Taşı: Duyguları Öğrenmek*

Okumak, yazmak, anladığımı dil aracılığıyla ifade etmek ve düşünceleri ses aracılığıyla ulaştırmaktır. Duyguların doğuştan gelen bilgeliğinin farkında olmaktır.

- Duygusal Dürüstlük: İnsanlar çevrelerine karşı nezaketen dürüst olabilirler ancak duygusal olarak dürüst olmak kişinin kendi içsel gerçekliğini dinlemesidir. Gerçeklikleri dürüst şekilde kendine açıklamaktır. Kişi kendisine karşı duygusal olarak dürüst olmadığına istemediği bir hayatı, işi yaşamaya devam eder, yeniliklere kapalı olur.
- Duygusal Enerji: Kişi, günlük enerjisinin, ruh halinin ve gerilim düzeyinin farkında olmalıdır. Eğer farkında olmazsa zorluklar karşısında bedenen ve psikolojik olarak yıpranır ve çevresiyle de ilişkileri zarar görebilir.
- Duygusal Geribildirim: Duyguları göz ardı edemeyiz, duygulara karşı geribildirim önemlidir. Duyguların insanları harekete geçiren, soru sorduran ve tavır aldırان özellikleri vardır. Ancak oluşan duyguya aşırı tepki verilirse yanlış kelimeler kullanılabilir veya yanlış davranışlar sergilenebilir.

- **Pratik Sezgi:** Gerçekleştirilen bir iş veya projedeki sorunları hissetmektir. Sezgi, yaratıcılığı güçlü kılar. Rekabette başarılı sonuç elde etmek isteyen bir yönetici sezgisini dinlemelidir.

1.4.4.4.2. Köşe Taşı: Duygusal Zindelik

Kişinin güçlü olması için fiziksel zindelik önemli olduğu gibi duygusal zindelik de önemlidir. Duygusal zindeliği güçlü kişiler, hata yaptığında zorluklar ve değişimler karşısında daha dayanıklı olur.

- **Öz Varlık:** Kişi özvarlığını anladığında ve geliştirdiğinde değişime, yaratıcılığa ve riske karşı güven ve açık bir ortam oluşturur. Özvarlığı yüksek kişiler, insanlarla diyalog içinde olur, kendisini ve başkalarını affetme cesaretine sahiptir.
- **Güven Çemberi:** İnsanlar, çevreleriyle güven köprüsü kurarlar. Kendisine ve çevresine kurduğu güven sayesinde daha başarılı daha yaratıcı kişiliğe sahip olurlar. Kişi, kendisine güvenerek çevreyle karşılıklı güven ilişkisi kurulduğunda ilişkileri de daha kuvvetlenir.
- **Yapıcı Hoşnutsuzluk:** Yaratıcı fikirlerin ortaya çıkması için hoşnutsuzluğun oluşması gerekir. Hoşnutsuzluğu olumsuz olarak görmek yerine onun değerini anlamak gerekir. Hoşnutsuzluk ve çatışma, yaratıcı fikirleri ortaya çıkarır.
- **Esneklik ve Yenilenme:** Kişi, başarı kadar başarısızlığa, engellere, yenilgilere de açık olmalıdır.

1.4.4.4.3. Köşe Taşı Duygusal Derinlik

Duygusal zekâ, duygusal derinlik olmadan gelişemez ve güçlenemez. Yaşamımızdaki hedeflere duygusal derinlik aracılığıyla ulaşabiliriz. Kim olduğumuzu ve ne olacağımızı kapsar.

- **Özgün Potansiyel ve Amaç:** İnsanlar gücünün ve kişisel becerilerinin neler olduğunun, hayattaki önemli ilişkilerinin ve amaçlarının farkında olmalıdır.
- **Adanmışlık:** Kişinin bir hedef için kendini güdülemesidir. Duygusal olarak kararlılık göstermektir.

- **Dürüstlüğü Yaşamak:** Dürüstlük, açık bir şekilde iletişim kurma, sözünü tutma ve tutarlı olarak kişinin kendine karşı dürüst olmasıdır. Duygusal samimiyeti gelişmiş kişiler, aynı zamanda dürüst kişilerdir.
- **Yetki Olmadan Etki:** Duygusal zekâ otoriteden bağımsız olarak etki alanımızla ilgilidir. Mantıksal ve teknik analizler yerine algılama, öğrenme ve yaratıcılık, duygusal potansiyeli artırır.

1.4.4.4.4. *Köşe Taşı Duygusal Simya*

Duygusal simya, basit bir şeyi daha değerli olarak anlamlandırmaktır. Kişilerin potansiyellerini ve olaylardaki olasılıkları duygusal simya aracılığıyla keşfetmektir.

- **Sezgisel Akış:** Kişinin farkında olmadan yeteneklerini kullanabilme yetisidir.
- **Düşünsel Zaman Değişimi:** Kişiler, benzer olay ve durumlara geçmiş, gelecek ve şu anki tecrübelerine dayanarak farklı yaratıcı fikirler ortaya koyabilir.
- **Fırsatı Sezinlemek:** Bütün olasılıkları değerlendirerek en iyi fırsatı yakalamaktır.
- **Geleceği Yaratmak:** Kişinin duygusal zekâsını kullanarak var olanla yetinmeyip istediği geleceği inşa etme çabasıdır (Cooper & Sawaf, 2003, s. 4-354).

1.4.5. **Duygusal Zekâ Alanıyla İlgili Yapılan Çalışmalar:**

Yaykırın (2021), Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören lisans öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ile kişisel ve sosyal sorumlulukları arasında demografik açıdan bir ilişki olup olmadığını amaçlamıştır. Araştırmanın sonucuna göre öğrencilerin kişisel ve sosyal sorumluluk ile duygusal zekâ boyutları karşılaştırıldığında, cinsiyete göre anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Ancak öz yönlendirme ve sosyallik değişkenlerinde ise erkek ve kadın katılımcılar arasında istatistiki yönden anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Ayrıca bölümler arası incelendiğinde; antrenörlük ve rekreasyon bölümleri arasında öz yönlendirme ve iyi oluş alt boyutlarında anlamlı düzeyde farklılık çıkmıştır. Yaykırın, bu farklılığın

nedeninin bölümler arası öğrencilerin üniversiteye kabul sürecinde farklı niteliklerin aranmasından kaynaklandığını belirtmiştir (Yaykiran, 2021). Yine bir başka çalışmanın sonucuna göre kadınların duygusal zekâları kendi duygularını anlama dışında erkeklere göre anlamlı derecede yüksek çıkmıştır (Erdoğan, 2008, s. 62-76).

Uşak Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitim gören 113 öğrenciyle yapılan bir çalışmanın sonucuna göre bireysel spor yapan öğrencilerin duygusal zekâ düzeyleri yükseldikçe akademik başarıları da yükselmektedir (Türkmen, Özer, Zekioglu, & Karabulut, 2020).

Türkekul ve Sarıkabak (2019) tarafından beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının duygusal zekâ düzeyleri ile akademik öz yeterlikleri arasındaki ilişkinin incelendiği araştırmanın sonucuna göre; duygusal zekâ puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılmasında kadın öğretmen adaylarının erkek öğretmen adaylarına göre duygusal zekâ puanlarının daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Çalışmanın sonucuna göre duygularını pozitif şekilde kullanan, duygusal açıdan kendisinin ve çevresinin farkında olan yani duygusal zekâsı yüksek adayların akademik öz-yeterlilikleri de yüksektir.

Öğrencilerin duygusal zekâ düzeyleri ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi inceleyen bir çalışmanın sonucuna göre öğrencilerin duygusal zekâ seviyesi arttıkça problem çözme becerilerinde de artış olduğu ortaya çıkmıştır (Yılmaz Karabulutlu, Yılmaz, & Yurttas, 2021, s. 75-79).

İKİNCİ BÖLÜM

MATERYAL VE YÖNTEM

2.1. Araştırma Modeli

Araştırmanın amacı doğrultusunda, iki veya daha fazla sayıdaki değişkenler arasında birlikte değişim varlığını veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modeli (Karasar, 2016), olan ilişkisel tarama yöntemi ve var olan/doğal olarak ortaya çıkmış bir durum ya da olayın nedenlerini ve bu nedenlere etki eden değişkenleri ya da bir etkinin sonuçlarını belirlemeyi amaçlayan tarama modeli nedensel karşılaştırma yönteminden (Büyüköztürk vd. 2008) yararlanılacaktır. Veri toplama yöntemi olarak anket (survey) tekniği uygulanarak gönüllülük esasına dayalı veri toplanacaktır. Katılımcılara tanımlayıcı bilgi formu, bireysel rekabetçilik ölçeği ve duygusal zekâ ölçeği formu hakkında bilgi verildikten sonra veriler toplanmıştır.

2.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini 2021-2022 Eğitim Öğretim yılı döneminde İstanbul İli Büyükçekmece İlçesinde bulunan Spor Lisesi, Anadolu Lisesi ve Meslek Lisesinde öğrenim gören (N=1540) öğrenciler oluşturmaktadır. Kullanılacak örnekleme yöntemi ise öğrencilerin örneğe girme şansının eşit ve tesadüfi olduğu, aynı zamanda araştırma sonuçlarının çabuk ve kolay bir şekilde ortaya konulmasını sağlayan basit tesadüfi örnekleme yöntemidir (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004). Araştırmanın örneklemini (N=491) gönüllü öğrenci oluşturmaktadır.

2.3. Veri Toplama Araçları

2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından oluşturulan tanımlayıcı form; cinsiyet, kardeş sayısı, okul türü, sınıf düzeyi, spor yapma durumu, lisanslı sporcu olma durumu ile lisans süresi ve bilgisayarda günlük oyun oynama süresini belirlemeye yönelik toplam 8 sorudan oluşmaktadır.

2.3.2. Bireysel Rekabetçilik Ölçeği

Houston vd. (2002) tarafından geliştirilen ve Günay ve Çelik (2020) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan “Bireysel Rekabetçilik Ölçeği”nin 11 maddelik formu kullanılmıştır. Ölçek 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Rekabetten Hoşlanma Boyutu Cronbach Alfa Katsayısının 0,936 ve Yarışmadan Kaçınma Boyutu Cronbach Alfa Katsayısının ise 0,807 ve ölçek toplam Cronbach katsayısının ise 0,805 olduğu tespit edilmiştir.

2.3.3. Duygusal Zekâ Ölçeği

Katılımcıların duygusal yeterlilikleriyle ilgili algılama düzeyini ölçmeyi amaçlayan, Güney Kore’de Hyuneung Lee ve Yungjung (2012) tarafından geliştirilen Kayıhan ve Arslan (2016) tarafından Türkçe’ye uyarlanan 20 madde ve 3 boyuttan oluşan Duygusal Zekâ Ölçeği kullanılmıştır. Güvenilirlik analizleri sonucunda ise ölçeğin tümü için Cronbach Alfa katsayısı 0,83 olarak bulunmuştur.

2.4. Verilerin Analizi

Kişisel Bilgi Formu, bireysel rekabetçilik ölçeği ve duygusal zekâ ölçeğinden elde edilen veriler SPSS 24.0 paket programına girilmiş ve analizler bu program aracılığı ile yapılmıştır. Araştırmada; dağılım analizi, tanımlayıcı analiz ve parametrik hipotez testlerinden Bağımsız örneklem T testi ve Oneway ANOVA analizi uygulanmıştır. Gruplararası farkın belirlenmesi için ise Post-hoc analizi olarak, varyansları homojen olan grupların ikili karşılaştırılmasında kullanılan ikili karşılaştırma testlerinden daha çok tutucu (küçük farkları önemli bulan ve varyansları homojen olup örneklem grubu farklı olan gruplara uygulanabilen bir teknik olması ve gruplardaki birey sayıları eşit olmadığında da kullanılabilmesi nedeniyle LSD testinden yararlanılmıştır. İstatistiksel olarak $p < 0,05$ istatistiksel olarak anlamlı kabul edilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların demografik özellikleri

Değişkenler	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Kız	219	44,6
	Erkek	272	55,4
	Toplam	491	100,0
Kardeş Sayısı	Yok	44	9,0
	1	175	35,6
	2	139	28,3
	3	81	16,5
	4 ve Üzeri	52	10,6
	Toplam	491	100,0
Okul Türü	Spor Lisesi	139	28,3
	Anadolu Lisesi	179	36,5
	Meslek Lisesi	173	35,2
	Toplam	491	100,0
Sınıf	9. Sınıf	146	29,7
	10. Sınıf	142	28,9
	11. Sınıf	116	23,6
	12. Sınıf	87	17,7
	Toplam	491	100,0
Spor Yapma Durumu	Evet	303	61,7
	Hayır	188	38,3
	Toplam	491	100,0
Spor Lisansı Var mı?	Evet	210	42,8
	Hayır	281	57,2
	Toplam	491	100,0
Günlük Bilgisayarla oyun oynama Süresi	Oynamıyorum	216	44,0
	1-2 Saat	129	26,3
	3-4 Saat	84	17,1
	5-6 Saat	40	8,1
	7 Saat ve Üzeri	22	4,5
Toplam	491	100,0	

Tablo 2. Katılımcıların ölçek alt boyutlarından aldığı puanlarının çarpıklık-basıklık ve kolmogrov smirnov testi anlamlılık düzeyi sonuçları

Ölçek	Alt Boyut	N	Çarpıklık	Basıklık	p
Bireysel	Rekabetten Hoşlanma	491	-,821	1-387	,000
Rekabet	Yarışmadan Kaçınma	491	-,047	,006	,000
Duygusal Zekâ	Duygusal Tanıma/Anlama	491	-,338	,207	,000
	Duygusal Kolaylaştırma	491	-,051	,083	,000
	Duygusal Düzenleme	491	-,187	,276	,000

Tablo 2.' de Kolmogrov Smirnov testi sonuçları incelendiğinde, bireysel rekabet ve duygusal zekâ ölçek alt boyut puanlarında normallikten sapmaların anlamlı düzeylerde olduğu gözlemlenmektedir. Fakat Kolmogrov Smirnov testinin uygulanması

normallik durumunun incelenmesi için kullanılan yöntemlerden sadece biridir. Normal dağılım eğrilerine bakıldığında normallikten aşırı sapmalar olduğu görülmüştür. Ayrıca çarpıklık ve basıklık katsayıları dikkate alındığında bütün puanların ± 1 , $\pm 1,5$ aralığında yer aldıkları tespit edilmiştir. Bu bilgiler doğrultusunda çalışmada parametrik istatistik analizler uygulanmıştır.



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Tablo 3. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların betimsel istatistiği

Ölçekler	Alt Boyutlar	N	Min.	Maks.	X±SS
Bireysel	Rekabetten Hoşlanma	491	1,00	4,38	3,11±0,45
Rekabet	Yarışmadan Kaçınma	491	1,00	5,00	3,00±0,75
Duygusal Zekâ	Duygusal Tanıma/Anlama	491	1,00	5,00	3,77±0,72
	Duygusal Kolaylaştırma	491	1,00	5,00	3,46±0,69
	Duygusal Düzenleme	491	1,00	5,00	3,43±0,71

Tablo 3. incelendiğinde katılımcıların rekabetten hoşlanma boyutu ortalaması 3,11±0,45, yarışmadan kaçınma boyutu ortalaması 3,00±0,75, duygusal zekâ ölçeği; duygusal tanıma/anlama boyutu ortalaması 3,77±0,72, duygusal kolaylaştırma boyutu ortalaması 3,46±0,69 ve duygusal düzenleme ortalaması 3,43±0,71 olarak tespit edilmiştir.

Tablo 4. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların cinsiyete göre karşılaştırılması

		Cinsiyet	N	X	Ss	t	p
Bireysel Rekabet	Rekabetten Hoşlanma	Kız	219	3,04	0,43	-3,234	,001*
		Erkek	272	3,17	0,45		
	Yarışmadan Kaçınma	Kız	219	2,89	0,73	-2,769	,006*
		Erkek	272	3,08	0,76		
Duygusal Zekâ	Duygusal Tanıma/Anlama	Kız	219	3,89	0,69	3,224	,001*
		Erkek	272	3,68	0,74		
	Duygusal Kolaylaştırma	Kız	219	3,40	0,63	-2,986	,014*
		Erkek	272	3,52	0,72		
	Duygusal Düzenleme	Kız	219	3,32	0,75	-3,044	,002*
		Erkek	272	3,52	0,68		

Tablo 4. incelendiğinde, katılımcıların cinsiyetlerine göre bireysel rekabet alt boyutlarında ve duygusal zekâ alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 5. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların kardeş sayısına göre karşılaştırılması

		Kardeş Sayısı	N	X	Ss	f	p	Fark(LSD)
Bireysel Rekabet	Rekabetten Hoşlanma	Yok ^a	44	3,13	0,39	,948	,436	-
		1 ^b	175	3,16	0,42			
		2 ^c	139	3,07	0,45			
		3 ^d	81	3,07	0,51			
		4 ve Üzeri ^e	52	3,13	0,44			
	Yarışmadan Kaçınma	Yok ^a	44	3,02	0,71	,427	,789	-
		1 ^b	175	2,95	0,72			
		2 ^c	139	3,00	0,75			
		3 ^d	81	3,07	0,77			
		4 ve Üzeri ^e	52	3,04	0,85			
Duygusal Zekâ	Duygusal Tanıma/Anlama	Yok ^a	44	3,93	0,61	1,079	,366	-
		1 ^b	175	3,76	0,77			
		2 ^c	139	3,81	0,72			
		3 ^d	81	3,68	0,73			
		4 ve Üzeri ^e	52	3,70	0,64			
	Duygusal Kolaylaştırma	Yok ^a	44	3,57	0,62	1,779	,132	-
		1 ^b	175	3,38	0,64			
		2 ^c	139	3,53	0,74			
		3 ^d	81	3,40	0,72			
		4 ve Üzeri ^e	52	3,58	0,66			
Duygusal Düzenleme	Yok ^a	44	3,46	0,67	,189	,944	-	
	1 ^b	175	3,40	0,70				
	2 ^c	139	3,45	0,72				
	3 ^d	81	3,46	0,79				
	4 ve Üzeri ^e	52	3,39	0,69				

* $p < ,050$; ** $p < ,001$

Tablo 5. incelendiğinde, kardeş sayısı değişkenine göre bireysel rekabet, rekabetten hoşlanma ($F_{4,486}=,948$; $p > ,050$), yarışmadan kaçınma ($F_{4,486}=,789$; $p > ,050$) alt boyutunda gruplararası istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Kardeş sayısına göre duygusal zekâ, duygusal tanıma/anlama boyutu ($F_{4,486}=1,079$; $p > ,050$), Duygusal Kolaylaştırma ($F_{4,486}=1,779$; $p > ,050$) ve duygusal düzenleme alt boyutlarında ($F_{4,486}=,1899$; $p > ,050$) anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 6. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların okul türüne göre karşılaştırılması

		Okul Türü	N	X	Ss	f	p	Fark (LSD)
Bireysel Rekabet	Rekabetten Hoşlanma	Spor Lisesi ^a	139	3,16	0,43	4,720	,009*	a>c
		Anadolu Lisesi ^b	179	3,14	0,35			b>c
		Meslek Lisesi ^c	173	3,03	0,53			
	Yarışmada n Kaçınma	Spor Lisesi ^a	139	3,15	0,75	4,332	,014*	a>b
		Anadolu Lisesi ^b	179	2,93	0,73			a>c
		Meslek Lisesi ^c	173	2,92	0,76			
Duygusal Zekâ	Duygusal Tanıma/Anlama	Spor Lisesi ^a	139	3,88	0,70	3,629	,027*	a>b
		Anadolu Lisesi ^b	179	3,72	0,64			
		Meslek Lisesi ^c	173	3,69	0,81			
	Duygusal Kolaylaştırma	Spor Lisesi ^a	139	3,62	0,65	8,633	,000**	a>b
		Anadolu Lisesi ^b	179	3,31	0,62			a>c
		Meslek Lisesi ^c	173	3,49	0,75			
Duygusal Düzenleme	Spor Lisesi ^a	139	3,53	0,65	2,320	,099	-	
	Anadolu Lisesi ^b	179	3,36	0,72				
		Meslek Lisesi ^c	173	3,42	0,75			

* $p < ,050$; ** $p < ,001$

Tablo 6. incelendiğinde, okul türü değişkenine göre rekabetten hoşlanma boyutunda ($F_{2,488}=4,720$; $p < ,050$) ve yarışmadan kaçınma boyutunda ($F_{2,488}=4,332$; $p < ,050$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Gruplararası farklılığının tespit edilmesi için yapılan post hoc analizinde spor lisesi okuyan öğrencilerin bireysel rekabet düzeylerinin daha iyi olduğu belirlenmiştir. Ortaya çıkan farklılığının rekabetten hoşlanma boyutunda spor lisesi ile meslek lisesi, Anadolu lisesi ile meslek lisesi, yarışmadan kaçınma boyutunda ise spor lisesi ile Anadolu lisesi, spor lisesi ile meslek lisesi arasındaki farklılıktan kaynaklandığı tespit edilmiştir. Okul türü değişkenine göre duygusal tanıma/anlama boyutunda ($F_{2,488}=3,629$; $p < ,050$) ve duygusal kolaylaştırma boyutunda ($F_{2,488}=8,633$; $p < ,050$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Gruplararası farklılığının tespit edilmesi için yapılan post hoc analizinde spor lisesi öğrencilerinin duygusal zekâ düzeylerinin daha iyi olduğu, ortaya çıkan farklılığın ise duygusal tanıma/anlama boyutunda spor lisesi ile Anadolu lisesi arasında, duygusal kolaylaştırma boyutunda ise spor lisesi ile Anadolu lisesi, spor lisesi ile meslek lisesi arasındaki farklılıktan kaynaklandığı belirlenmiştir. Okul türü değişkenine göre duygusal düzenleme boyutunda ($F_{2,488}=2,320$; $p > ,050$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 7. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların sınıflarına göre karşılaştırılması

	Sınıf	N	X	Ss	f	p	Fark (LSD)
Rekabetten Hoşlanma	9. Sınıf ^a	146	3,06	0,43	2,246	,082	-
	10. Sınıf ^b	142	3,18	0,43			
	11. Sınıf ^c	116	3,13	0,41			
	12. Sınıf ^d	87	3,06	0,52			
Yarışmadan Kaçınma	9. Sınıf ^a	146	2,93	0,69	1,110	,345	-
	10. Sınıf ^b	142	3,08	0,76			
	11. Sınıf ^c	116	3,01	0,79			
	12. Sınıf ^d	87	2,96	0,78			
Duygusal Tanıma/Anlama	9. Sınıf ^a	146	3,62	0,73	3,462	,016*	a<b
	10. Sınıf ^b	142	3,79	0,70			a<c
	11. Sınıf ^c	116	3,84	0,72			a<d
	12. Sınıf ^d	87	3,89	0,72			
Duygusal Kolaylaştırma	9. Sınıf ^a	146	3,41	0,64	,922	,430	-
	10. Sınıf ^b	142	3,45	0,75			
	11. Sınıf ^c	116	3,55	0,68			
	12. Sınıf ^d	87	3,46	0,67			
Duygusal Düzenleme	9. Sınıf ^a	146	3,30	0,68	2,328	,074	-
	10. Sınıf ^b	142	3,47	0,63			
	11. Sınıf ^c	116	3,52	0,74			
	12. Sınıf ^d	87	3,46	0,83			

* $p<,050$; ** $p<,001$

Tablo 7. incelendiğinde, sınıf değişkenine göre bireysel rekabet alt boyutlarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Duygusal zekâ, duygusal tanıma/anlama boyutunda ise ($F_{3,487}=3,462$; $p<,050$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Gruplararası farklılığının tespit edilmesi için yapılan post hoc analizinde 12. Sınıf öğrencilerinin daha iyi olduğu, farklılığın ise 9.sınıf ile 10.sınıf, 9.sınıf ile 11. Sınıf, 9.sınıf ile 12. sınıf arasındaki farklılıktan kaynaklandığı belirlenmiştir. Sınıf değişkenine göre duygusal kolaylaştırma, duygusal düzenleme boyutlarında farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 8. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların spor yapma durumlarına göre karşılaştırılması

		Spor Yapma		N	X	Ss	t	p
Bireysel Rekabet	Rekabetten Hoşlanma	Evet	303	3,15	0,44	2,134	,033*	
		Hayır	188	3,06	0,45			
	Yarışmadan Kaçınma	Evet	303	3,08	0,76	3,187	,002*	
		Hayır	188	2,86	0,71			
Duygusal Zekâ	Duygusal Tanıma/Anlama	Evet	303	3,78	0,74	,426	,670	
		Hayır	188	3,75	0,69			
	Duygusal Kolaylaştırma	Evet	303	3,56	0,66	4,130	,000**	
		Hayır	188	3,30	0,69			
	Duygusal Düzenleme	Evet	303	3,50	0,69	2,913	,004*	
		Hayır	188	3,31	0,73			

* $p < ,050$; ** $p < ,001$

Tablo 8. incelendiğinde katılımcıların spor yapma durumlarına göre bireysel rekabet, rekabetten hoşlanma, yarışmadan kaçınma boyutunda, duygusal zekâ; duygusal kolaylaştırma ve duygusal düzenleme boyutlarında anlamlı farklılık olduğu belirlenirken ($p < 0,05$), duygusal tanıma/anlama boyutunda farklılık olmadığı tespit edilmiştir ($p > 0,05$).

Tablo 9. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların spor lisansı olma durumlarına göre karşılaştırılması

		Spor Lisansı Olma Durumu		N	X	Ss	t	p
Bireysel Rekabet	Rekabetten Hoşlanma	Evet	210	3,17	0,43	2,449	,015*	
		Hayır	281	3,07	0,45			
	Yarışmadan Kaçınma	Evet	210	3,09	0,74	2,381	,018*	
		Hayır	281	2,93	0,75			
Duygusal Zekâ	Duygusal Tanıma/Anlama	Evet	210	3,75	0,71	-,425	,671	
		Hayır	281	3,78	0,73			
	Duygusal Kolaylaştırma	Evet	210	3,56	0,70	2,874	,004*	
		Hayır	281	3,39	0,67			
	Duygusal Düzenleme	Evet	210	3,52	0,70	2,507	,012*	
		Hayır	281	3,36	0,72			

* $p < ,050$; ** $p < ,001$

Tablo 9. incelendiğinde katılımcıların spor lisansı olma durumlarına göre bireysel rekabet, rekabetten hoşlanma, yarışmadan kaçınma boyutunda, duygusal zekâ; duygusal kolaylaştırma ve duygusal düzenleme boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilirken ($p < 0,05$), duygusal tanıma/anlamam boyutunda farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$).

Tablo 10. Katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanların günlük bilgisayar oynama sürelerine göre karşılaştırılması

		N	X	Ss	f	p	Fark (LSD)	
Bireysel Rekabet	Rekabetten Hoşlanma	Oynamıyorum ^a	216	3,08	0,44	1,201	,309	-
		1-2 Saat ^b	129	3,14	0,50			
		3-4 Saat ^c	84	3,18	0,40			
		5-6 Saat ^d	40	3,08	0,41			
		7 Saat ve Üzeri ^e	22	3,02	0,41			
	Yarışmadan Kaçınma	Oynamıyorum ^a	216	2,91	0,73	2,083	,082	-
		1-2 Saat ^b	129	3,04	0,73			
		3-4 Saat ^c	84	3,17	0,73			
		5-6 Saat ^d	40	3,04	0,83			
		7 Saat ve Üzeri ^e	22	2,91	0,90			
Duygusal Zekâ	Duygusal Tanıma/Anlama	Oynamıyorum ^a	216	3,80	0,72	3,103	,015*	b>e
		1-2 Saat ^b	129	3,86	0,72			
		3-4 Saat ^c	84	3,56	0,70			
		5-6 Saat ^d	40	3,63	0,70			
		7 Saat ve Üzeri ^e	22	3,33	0,72			
	Duygusal Kolaylaştırma	Oynamıyorum ^a	216	3,44	0,70	1,430	,223	-
		1-2 Saat ^b	129	3,51	0,67			
		3-4 Saat ^c	84	3,56	0,64			
		5-6 Saat ^d	40	3,33	0,59			
		7 Saat ve Üzeri ^e	22	3,27	0,86			
Duygusal Düzenleme	Oynamıyorum ^a	216	3,41	0,73	1,492	,203	-	
	1-2 Saat ^b	129	3,50	0,76				
	3-4 Saat ^c	84	3,51	0,59				
	5-6 Saat ^d	40	3,28	0,56				
	7 Saat ve Üzeri ^e	22	3,23	0,88				

* $p < ,050$; ** $p < ,001$

Tablo 10. incelendiğinde, günlük bilgisayarda oyun oynama değişkenine göre duygusal zekâ, duygusal tanıma/anlama boyutunda ($F_{4,486}=3,103$; $p < ,050$) istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Gruplararası farklılığının tespit edilmesi için yapılan post hoc analizinde 1-2 saat oynayanların duygusal tanıma/anlama boyutunun daha iyi olduğu, ortaya çıkan farklılığın 1-2 saat ile 7 saat ve üzeri arasındaki farklılıktan kaynaklandığı belirlenmiştir. Bilgisayarda oyun oynama değişkenine göre bireysel rekabet alt boyutlarında farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 11. Katılımcıların bireysel rekabet ile duygusal zekâ düzeyi arasındaki ilişki

Ölçek Alt Boyutları	1	2	3	4	5	
Rekabetten Hoşlanma	r	1				
	p	-				
	N	491				
Yarışmadan Kaçınma	r	,317	1			
	p	,000	-			
	N	491	491			
Duygusal Tanıma/Anlama	r	,356	,032	1		
	p	,000	,484	-		
	N	491	491	491		
Duygusal Kolaylaştırma	r	,231	,115	,297	1	
	p	,004	,010	,000	-	
	N	491	491	491	491	
Duygusal Düzenleme	r	,269	,309	,304	,482	1
	p	,000	,000	,000	,000	-
	N	491	491	491	491	491

Tablo 11. incelendiğinde, bireysel rekabet; rekabetten hoşlanma boyutu ile duygusal zekâ, duygusal tanıma/anlama boyutu arasında ($r=,356$; $p=,000$), duygusal kolaylaştırma boyutu arasında, ($r=,231$; $p=,004$) ve duygusal düzenleme boyutu arasında ($r=,269$; $p=,269$) arasında zayıf düzeyde pozitif yönde bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bireysel rekabet; yarışmadan kaçınma boyutu ile duygusal zekâ; duygusal kolaylaştırma arasında ($r=,115$; $p=,010$) ve duygusal düzenleme boyutu arasında ($r=,309$; $p=,000$) zayıf düzeyde pozitif yönde ilişki bulunduğu belirlenmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Katılımcıların cinsiyetlerine göre bireysel rekabet ve duygusal zekâ alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($p<0,05$; Tablo 4). Bireysel rekabet düzeyinde erkeklerin kızlara nazaran daha iyi olduğu, duygusal zekâ düzeyi duygusal tanıma/anlama boyutunda kızların, duygusal kolaylaştırma ve duygusal düzenleme boyutunda ise erkeklerin daha iyi olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet faktörünün bireysel rekabet ve duygusal zekâ düzeyinde belirleyici bir değişken olduğu görülmektedir. Duygusal zekâ düzeyine yönelik literatürde yer alan çalışmalar incelendiğinde, Çetin (2021) tarafından ortaöğretim öğrencilerine yönelik yapılan çalışmada, kız ve erkek ergenlerin duygusal zekâ puan ortalamalarında farklılık olmadığı ifade edilmiştir. Yeniad (2019) tarafından “farklı branşlarda spor yapan 10-14 yaş grubu bireylerin duygusal zekâ düzeylerine” yönelik yapılan araştırmada kızların ve erkeklerin karşısındakinin duygularını anlama ve duygularını yönetme alt boyutlarının benzer olduğunu ancak kendi duygularını anlama boyutunun kızların lehine olduğunu saptamıştır. Başka bir araştırmada ise Erdoğan (2008) cinsiyet değişkenine göre duygusal zekâ düzeyinin farklılaştığını belirlemiştir. Araştırma bulgularını destekleyen çalışmaların olduğu gibi benzerlik göstermeyen çalışmaların literatürde yer aldığı görülmektedir. Bu durum örneklem grubun yer alan erkek veya kız katılımcıların bazı kişisel özelliklerinin duygusal zekâyı belirlemede daha baskın bir rol oynamasıyla açıklanabilir. Literatürde cinsiyet değişkeni ile bireysel rekabetçiliğin değerlendirildiği bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Katılımcıların kardeşlerinin olması veya olmamasının bireysel rekabetçilik ve duygusal zekâ düzeyinde farklılık oluşturmadığı belirlenmiştir (Tablo 5). Dolayısıyla öğrencilerin kardeş sayısının bireysel rekabetçilik ve duygusal zekâ düzeyinde belirleyici bir değişken olmadığı anlaşılmaktadır. Aşan ve Özyer (2003) tarafından “Duygusal Zekâyı Etki Eden Demografik Faktörlerin Saptanmasına Yönelik Ampirik Bir Çalışma” başlıklı araştırmada, üniversite öğrencilerinin sahip olunan kardeş sayısı ile duygusal zekâ arasında olumlu bir ilişki bulunduğunu ifade etmiştir. Kavcar (2011) üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ ile akademik başarı ve bazı demografik değişkenlerin ilişkilerini incelediği araştırmada, duygusal zekâ düzeyinin kardeş sayısına göre farklılaşmadığı belirlenmiştir. Yine Mencik (2017) tarafından lise

öğrencileri üzerine yapılan çalışmada, duygusal zekâ ölçeği toplam puan ve alt boyut puanlarının kardeş sayısına göre farklılık göstermediği ifade edilmiştir. Başak bir çalışmada ise Kurumanoğlu ve Aksoy (2021) ergenlerin kardeş sayısı değişkenine göre duygusal zekâ toplam puanında anlamlı bir farklılık olmadı ancak öz kontrol, sosyallik ve duygusallık boyutlarının anlamlı şekilde farklılaştığını ifade etmiştir.

Okul türü değişkenine göre rekabetten hoşlanma boyutunda ve yarışmadan kaçınma boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (Tablo 6). Spor lisesi okuyan öğrencilerin bireysel rekabet düzeylerinin daha iyi olduğu belirlenmiştir. Bu durum spor lisesi okuyan öğrencilerin genelinin sporcu olmasıyla açıklanabilir. Ortaya çıkan farklılığının rekabetten hoşlanma boyutunda spor lisesi ile meslek lisesi, Anadolu lisesi ile Meslek Lisesi, yarışmadan kaçınma boyutunda ise Spor Lisesi ile Anadolu Lisesi, Spor Lisesi ile Meslek Lisesi arasındaki farklılıktan kaynaklandığı tespit edilmiştir. En fazla rekabetten hoşlanan ve yarışmadan kaçınan öğrenci grubunun spor lisesi öğrencileri olduğu tespit edilmiştir. Öğrenciler rekabetten hoşlansa bile çevresi ve ailesi tarafında başkalarıyla kıyaslanma korkusu yaşadıkları için yarışmaktan kaçındığı görülmüştür. Bu bağlamda lise öğrencilerin okudukları okullara göre bireysel rekabetçilik düzeyinde belirleyici bir değişken olduğu anlaşılmaktadır. Okul türü değişkenine göre duygusal tanıma/anlama boyutunda ve duygusal kolaylaştırma boyutunda anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir (Tablo 6). Spor lisesi öğrencilerinin duygusal zekâ düzeylerinin daha iyi olduğu, ortaya çıkan farklılığın ise duygusal tanıma/anlama boyutunda Spor Lisesi ile Anadolu lisesi arasında, duygusal kolaylaştırma boyutunda ise spor lisesi ile Anadolu lisesi, Spor Lisesi ile Meslek Lisesi arasındaki farklılıktan kaynaklandığı belirlenmiştir. Okul türü değişkenine göre duygusal düzenleme boyutunda anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 6). Çetin (2021) duygusal zekânın okul türü değişkenine göre farklılık göstermediği ifade edilmiştir. Pektaş (2013) farklı lise türlerini dâhil ederek duygusal zekâ puanlarını karşılaştırdığı çalışmasında duygusal zekânın okul türüne göre farklılaştığını belirtmiştir.

Sınıf değişkenine göre bireysel rekabet alt boyutlarında anlamlı farklılığın olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 7). Öğrencilerin sınıf düzeyinin bireysel rekabet düzeyinde belirleyici bir rol üstlenmediği anlaşılmaktadır. Duygusal zekâ, duygusal tanıma/anlama boyutunda ise sınıf değişkenine göre anlamlı farklılık olduğu tespit

edilmiştir (Tablo 7). 12. Sınıf öğrencilerinin duygusal tanıma/anlama düzeylerinin daha iyi olduğu, farklılığın ise 9.sınıf ile 10.sınıf, 9.sınıf ile 11. Sınıf, 9.sınıf ile 12. sınıf arasındaki farklılıktan kaynaklandığı belirlenmiştir. Sınıf değişkenine göre duygusal kolaylaştırma, duygusal düzenleme boyutlarında farklılık olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 7). Literatür incelendiğinde, Yılmaz (2019), lise öğrencilerinin duygusal zekâ alt boyutlarının sınıf düzeyine göre farklılaşmadığını, Ergün (2016) ise 11. sınıfa devam eden öğrencilerin 9. ve 10. sınıfa giden öğrencilere göre duygusal zekâlarının anlamlı olarak yüksek olduğunu ifade etmiştir. Çetin (2021) ise öğrencilerin sınıf düzeyine göre aldıkları duygusal zekâ puanlarında anlamlı fark göstermediğini belirlemiştir.

Katılımcıların spor yapma durumlarına göre bireysel rekabet, rekabetten hoşlanma, yarışmadan kaçınma boyutunda, duygusal zekâ; duygusal kolaylaştırma ve duygusal düzenleme boyutlarında anlamlı farklılık olduğu ($p<0,05$; Tablo 8), duygusal tanıma/anlamam boyutunda farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$, Tablo 8). Spor yapan lise öğrencilerinin bireysel rekabetçilik ve duygusal zekâ düzeylerinin spor yapmayan öğrencilerine göre daha iyi olduğu görülmektedir. Ayrıca sporun gerektirdiği rekabet nedeniyle spor yapan bireyleri rekabetten daha fazla hoşlandıkları görülmektedir. Literatür incelendiğinde spor yapma değişkeni ile bireysel rekabet ve duygusal zekâ düzeyinin değerlendirildiği herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır.

Katılımcıların spor lisansı olma durumlarına göre bireysel rekabet, rekabetten hoşlanma, yarışmadan kaçınma boyutunda, duygusal zekâ; duygusal kolaylaştırma ve duygusal düzenleme boyutlarında anlamlı farklılık olduğu tespit edilirken ($p<0,05$; Tablo 9), duygusal tanıma/anlamam boyutunda farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$; Tablo 9). Lisanslı sporcuların rekabetten daha fazla hoşlandıkları anlaşılmaktadır. Sporda rekabet farklı şekillerde ortaya çıkabilir. İnsanlar; içsel, dışsal, araçsal ve duygusal olmak üzere farklı sebeplerle sporda rekabete girebilirler (Harenberg vd., 2019). Nitekim sporcuların rekabet etme isteği rekabetten hoşlanma duygusu beklenen bir durum olarak görülmektedir. Mert (2020) tarafından yapılan çalışmada; U19 kategorisindeki futbolcuların lisans durumuna göre bireysel rekabet düzeyinde farklılık olmadığı ifade etmiştir.

Günlük bilgisayarda oyun oynama değişkenine göre duygusal zekâ, duygusal tanıma/anlama boyutunda anlamlı farklılık olduğu, 1-2 saat oynayanların duygusal tanıma/anlama boyutunun daha iyi olduğu, ortaya çıkan farklılığın 1-2 saat ile 7 saat ve üzeri arasındaki farklılıktan kaynaklandığı belirlenmiştir. Bilgisayarda oyun oynama değişkenine göre bireysel rekabet alt boyutlarında farklılık olmadığı tespit edilmiştir (Tablo 10).

Bireysel rekabet; rekabetten hoşlanma boyutu ile duygusal zekâ, duygusal tanıma/anlama, duygusal kolaylaştırma ve duygusal düzenleme boyutu arasında zayıf düzeyde pozitif yönde, bireysel rekabet; yarışmadan kaçınma boyutu ile duygusal zekâ, duygusal kolaylaştırma arasında ve duygusal düzenleme boyutu arasında zayıf düzeyde pozitif yönde ilişki bulunduğu belirlenmiştir (Tablo 11). Genel bir ifadeyle lise öğrencilerinin bireysel rekabete yönelik algıları arttıkça duygusal zekâ düzeyleri de aynı doğrultuda artış göstermektedir.

Sonuç olarak, cinsiyetin bireysel rekabet ve duygusal zekâ düzeyinde belirleyici bir değişken olduğu belirlenmiştir. Lise öğrencilerinin kardeş sayılarının bireysel rekabet ve duygusal zekâ düzeylerini farklılaştırmadığı tespit edilmiştir. Spor lisesi öğrencilerinin bireysel rekabetçilik ve duygusal zekâ düzeylerinin daha iyi olduğu ve okul türüne göre bireysel rekabetçilik ve duygusal zekâ düzeylerinin farklılaştığı belirlenmiştir. Duygusal düzenleme boyutunda ise farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Öğrencilerinin sınıf düzeyinin duygusal zekâ, duygusal tanıma/anlama boyutunda farklılığa neden olduğu, bireysel rekabetçilik düzeyinin ise benzer özellik gösterdiği saptanmıştır. Spor yapan lise öğrencilerinin bireysel rekabetçilik düzeyinin farklılık gösterdiği, spor yapma değişkeninin bireysel rekabetçilik düzeyinde önemli bir rol üstlendiği görülmüştür. Duygusal zekâ, duygusal kolaylaştırma ve duygusal düzenleme boyutlarının spor yapma durumuna göre farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Öğrencilerin lisanslı sporcu olmalarının bireysel rekabetçilik düzeyini farklılaştırdığı, lisanslı sporcuların rekabetten hoşlanma ve yarışmadan kaçınma düzeylerinin daha iyi olduğu belirlenmiştir. Duygusal zekâ düzeyinde ise duygusal düzenleme ve duygusal kolaylaştırma boyutlarında spor yapan öğrenciler yönünde anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin günlük bilgisayar oynama sürelerinin duygusal zekâ; duygusal anlama ve tanıma boyutundan farklılığa neden

olduğu anlaşılmıştır. Öğrencilerin bireysel rekabet düzeyi ile duygusal zekâ düzeyi arasında olumlu yönde doğrusal bir ilişki olduğu duygusal zekânın bireysel rekabetçilik düzeyinden etkilendiği anlaşılmaktadır. Dolayısıyla sadece sportif alanda değil tüm alanlarda gerekli olan rekabetçiliğin duygusal zekâyı da olumlu yönde etkileyeceği söylenebilir. Araştırma sonuçları doğrultusunda öneriler aşağıda sunulmuştur.

Öneriler: Yapılan bu çalışmanın sonucunda spor lisesinde eğitim gören öğrencilerin duygusal zekâ düzeyleri ile bireysel rekabet davranış düzeyleri diğer okul türlerine göre yüksek çıkmıştır ve öğrencilerin spor yapma durumu incelendiğinde de spor yapmayan öğrencilere göre yüksektir. Bu sebeple beden eğitimi müfredatları dışında da öğrencilerin spor etkinlikleriyle buluşturulması ve ailelerin bu konuda bilinçlendirilmesi gerekir. Gençlerin sporla yetişmesinde ailelerin, beden eğitimi öğretmenlerinin ve spor kulüplerinin iş birliğinin artması gerekmektedir.

Ülkemizde gelişmekte olan spor psikolojisi alanında daha fazla çalışma yapılması ve literatüre kazandırılması önerilir. Yapılan çalışmalar sonucunda elde edilen verilerin sadece spor kulüplerinde değil, spor kulüplerinin alt yapılarını sağlayan okullarda da bu bilgilerden faydalanılması gerekir.

Duygusal zekâ düzeyleri yüksek çıkan öğrencilerin başarısız olma, aile ve çevresi tarafından kıyaslanma korkuları nedeniyle yarışmadan kaçındığı görüldüğu için okul rehberlik servislerinin bu konuyla ilgili çalışmalar yapması önerilir.

Öğrencilerin bilgisayar oyunları ile günlük oyun oynama süreleri artıkça duygusal zekâ düzeylerinde gerileme görüldüğu için gençlerin bilgisayar oyunları ile günlük oyun oynama süresinin sınırlandırılması önerilir.

Literatürde daha önce bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkiyi ölçen bir çalışma yapılmamıştır. Konunun daha kapsamlı şekilde araştırılması için farklı tür ve kademeleri içeren daha geniş örneklem grubuyla çalışılması önerilir.

KAYNAKÇA

- Acet, M. (2006). *Sporda Saldırganlık ve Şiddet*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Alder, H. (2004). *Yaratıcı Zekâ*. (M. Zaman, & C. Avşar, Çev.) İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Aşan, Ö. ve Özyer, K. (2003). Duygusal Zekâya Etki Eden Demografik Faktörlerin Saptanmasına Yönelik Ampirik Bir Çalışma. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 21(1), 151-167.
- Avcı, Ö. (2017). *Duygusal Zekâ ve İletişim* (1.Baskı). İstanbul: Beta Yayıncılık.
- Bacanlı, H. (2013). *Eğitim Psikolojisi* (19. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Bakırcıoğlu, R. (2015). *Çocuk ve Ergende Ruh Sağlığı* (6. Baskı). Ankara: Anı Yayıncılık.
- Begel, D. ve Burton, R. (2017). *Spor Psikiyatrisi* (1. Baskı). (R. Üney, & R. Tan, Çev.) İstanbul: Edebi Şeyler Yayıncılık.
- Burns, D. (2018). *İyi Hissetmek*. (H. Karaosmanoğlu, Dü., E. Tuncer, Ö. Mestçioğlu, İ. Erdem Atak, & G. Acar, Çev.) İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri* (1. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Cooper, R. ve Sawaf, A. (2003). *Liderlikte Duygusal Zeka* (3. Baskı). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Cumhurbaşkanlığı Teşkilatı Hakkında Cumhurbaşkanlığı Kararnamesi. (2018, 07 10). (1 SK, 30474). Resmi Gazete. 2022 tarihinde <https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/19.5.1.pdf> adresinden alındı.
- Çetin, H. (2020). *Özgeciliği, Toplumsal İşbirliği ve Rekabet*. İstanbul: İktisadi Araştırmalar Vakfı İktisadi İşletmesi Yayınları.
- Çetin, Ş. (2021). Ortaöğretim Öğrencilerinde Farkındalık Düzeyi Ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişkide Duygusal Zekâ İle Sosyal Karşılaştırmanın Aracı Rolü (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı Eğitimde Psikolojik Hizmetler Bilim Dalı.
- Dennis, J.P. ve Vander Wal, J.S. (2010). The cognitive flexibility inventory: Instrument development and estimates of reliability and validity. *Congnitive Therapy and Research*, 34 (3), 241-253
- Doğan, S. ve Şahin, F. (2007). Duygusal Zekâ: Tarihsel Gelişimi ve Örgütler İçin Öneme Kavramsal Bir Bakış. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler*

- Enç, M. (2005). *Üstün Beyin Gücü*. Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- Erdoğan, Y. (2008). Duygusal zeka'nın bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(23), 62-76.
- Erdoğan, Y. (2008). Duygusal Zeka'nın Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 7(23), 62-76.
https://dergipark.org.tr/tr/download/articlefile/70012 adresinden alındı.
- Ergün, O. (2016). Ergenlerde duygusal zekâ özellikleri ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi (Yüksek Lisans Tezi). Yök Tez Merkezi Veri Tabanından erişildi. doi:Tez No: 424962
- Faber, A. ve Mazlish, E. (2015). *Kardeş rekabeti* (1. Baskı). (D. Dalgakıran, Çev.) İstanbul: Doğan Egmont Yayıncılık.
- Fernald, R.D. (2015). Social Behavior: Can it change the brain? *Animal Behavior* (103), 259-265. doi: 10.1016/j.anbehav.
- Gardner, H. (2012). *Zihin Çerçevesi* (3. Baskı). (E. Kılıç, & G. Tunçgenç , Çev.) İstanbul: Alfa Bilim Yayınları.
- Glassman, W. ve Hadad, M. (2018). *Psikolojide yaklaşımlar*. (Y. Kaynak, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Goleman, D. (2000). *İşbaşında duygusal zeka*. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Goleman, D. (2016). *Lideri lider yapan nedir? duygusal zekâ* (Ş. Ümit, Çev., s. 7-199). içinde İstanbul: Optimist Yayınları.
- Goleman, D. (2020). *Duygusal Zekâ ve Liderlik*. İstanbul: Optimist Yayıncılık.
- Günay, A., ve Çelik, R. (2020). Bireysel Rekabetçilik Ölçeği: Türkçe Uyarlama , geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Süleyman Demirel Üniversitesi Vizyoner Dergisi*, 42-49.
- Güzel, N. (2013). *Duygusal zekâ ve mutluluk*. İstanbul: Kum Saati Yayıncılık.
- Habertürk. (2010, 07 08). 02 10, 2022 tarihinde <https://www.haberturk.com/yasam/haber/530607-14-yasindaki-gencin-sbs-intihari> adresinden alındı.
- Harenberg, S., Riemer, H., Dorsch, K., Karreman, E. ve Paradis, K. (2019). Advancement of a conceptual framework for positional competition in sport: development and validation of the positional competition in team sports questionnaire. *Journal of Applied Sport Psychology*, 33(3), 321-342. doi:10.1080/10413200.2019.1631903.

- Hayes, N. (2018). *Psikolojiyi anlamak*. (F. Bolat, & A. Hekimoğlu, Çev.) İstanbul: Optimist Yayın.
- Horney, K. (2017). *Çağımızın nevrotik kişiliği* (3. Baskı). (B. Kıcıır, Çev.) İstanbul: Sel Yayıncılık.
- Houston, J. M., Harris, P. B., McIntire, S., ve Francis, D. (2002) *Revising the Competitiveness Index*. *Psychological Reports*, 90, 31-34.
- Hyuneung, L., & Yunjung, K. (2012, June). "Development and initial validation of a trait emotional intelligence scale for Korean Adults". *Asia Pacific Education Review*, 13(2).
- Kan, M. (2017). *Duygusa Zekâ ve Mutluluk*. İstanbul: Maviçatı Yayınları.
- Karasar, N. (2016). *Bilimsel araştırma yöntemi kavramlar ilkeler teknikler*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Kavcar, B. (2011). Duygusal zekâ ile akademik başarı ve bazı demografik değişkenlerin ilişkileri: bir devlet üniversitesi örneği. (Yayımlanmamış Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Kayıhan, Ş. N. ve Arslan, S. (2016). Emotional intelligence scale: a study of scale adaptation. *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, 7, 137-145.
- Köse Karaca, B. (2016). Rekabet mi dediniz? Kardeş ilişkilerine bir bakın. *Psikeart*(45), 28-29.
- Kurumanoğlu, M. ve Aksoy, N. (2021). Sınıf öğretmenlerinin öğrenciler arası rekabete ilişkin görüşleri. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 54(3), 721-746. doi:10.30964/auebfd.875732
- Kutunis, P. (2012). *Örgütlerde davranış bilimleri* (5. Baskı). Sakarya: Sakarya Yayıncılık.
- Laitman, M. (2014). *Kişisel çıkar özgeciliğe karşı*. Ankara: Alter Yayıncılık.
- Lieberman, D. (2007). *Aklındakini okuyabilirim*. (S. Yeniçeri, Çev.) İstanbul: Koridor Yayıncılık.
- Mencik, Y. (2017). Lise öğrencilerinin duygusal zekâ ile akademik başarılarının bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Nişantaşı Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Merlevede, P., Vandamme, R. ve Bridoux, D. (2006). *7 Adımda duygusal zekâ* (1. Baskı). (T. Kırca, Çev.) İstanbul: Omega Yayınları.
- Mert, E. (2020). U19 Kategorisindeki futbolcularda bireysel rekabetçiliğin kariyer uyum yeteneği üzerindeki etkisi. (Yüksek Lisans Tezi). Bahçeşehir

Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Spor Yönetimi Yüksek Lisans Programı. (Tez No:636038).

Milli Eğitim Bakanlığı. (2021, 07 26). 02 28, 2022 tarihinde MEB: [Ongan, T. ve Demiröz, D. \(2010\). *Akademik futbol* \(1.Baskı\). İstanbul: Hiperlink Yayınları.](https://www.meb.gov.tr/lgsde-ogrencilerin-yuzde-93u-tercih-ettigi-okullardan-birine-yerlesti/haber/23738/tr#:~:text=Raporlara%20g%C3%B6re%2C%20bu%20y%C4%B1%20merkez%C3%AE,si%20s%C4%B1navl%C4%B1%20okul%20tercihinde%20bulundu. adresinden alındı.</p></div><div data-bbox=)

Özdemir Yaylacı, G. (2006). *Kariyer yaşamında duygusal zeka ve iletişim yeteneği*. İstanbul, İstanbul: Hayat Yayıncılık.

Özgüven, İ. (2001). *Ailede iletişim ve yaşam*. Ankara: PDR Yayınları.

Paktuna Keskin, S. (2013). *Sınav Stresinin Stresi*. İstanbul: Boyut Yayıncılık.

Pektaş, S. (2013). Güzel sanatlar ve spor lisesi müzik bölümü öğrencileri ile diğer lise öğrencilerinin duygusal zekâ düzeylerinin karşılaştırılması. (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi. (Tez No: 333811).

Sabah Gazetesi. (2022, 01 31). 02 25, 2022 tarihinde [Semerci, Z. \(2007\). *Ergen ruh sağlığı* \(2. Baskı\). İstanbul: Alfa Basım Yayım.](https://www.sabah.com.tr/spor/futbol/2022/01/30/federer-ve-djokovicten-sampiyon-nadala-tebrik-mesaji adresinden alındı.</p></div><div data-bbox=)

Soyugüzel, M. (2018). *Duygusal Zekâ*. İstanbul: Yediveren Yayınları.

Sullivan, K. (2002). *Baskı altındaki çocuklar* (1.Baskı). (S. Can, Çev.) İstanbul: Kariyer Yayınları.

T.C Milli Eğitim Bakanlığı. (2021, 07 26). 02 25, 2022 tarihinde [Tarhan, N. \(2019\). *Değerler Psikolojisi ve İnsan*. İstanbul: Timaş Yayınları.](https://www.meb.gov.tr/lgsde-ogrencilerin-yuzde-93u-tercih-ettigi-okullardan-birine-yerlesti/haber/23738/tr#:~:text=(LGS)%20kapsam%C4%B1ndaki%20ilk%20yerle%C5%9Firme%20sonu%C3%A7lar%C4%B1na,5)%20s%C4%B1navl%C4%B1%20okul%20tercihinde%20bulundu. adresinden alındı.</p></div><div data-bbox=)

Tarhan, N. (2008). *Duyguların Dili* (4.Baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.

Tarhan, N. (2020). *Duyguların Psikolojisi ve Duygusal Zekâ* (25. Baskı). İstanbul: Timaş Yayınları.

- TRT Haber. (2021, 7 28). 02 28, 2022 tarihinde <https://www.trthaber.com/haber/egitim/yks-verileri-paylasildi-yuzde-68-baraji-gecti-598156.html> adresinden alındı.
- Tureng sözlük. (tarih yok). 2022 tarihinde Tureng: <https://tureng.com/tr/turkce-ingilizce/emotional%20intelligence> adresinden alındı.
- Türk Dil Kurumu. (tarih yok). <https://sozluk.gov.tr/>. 06 02, 2022 tarihinde Türk Dil Kurumu. adresinden alındı.
- Türkekul, K. ve Sarıkabak, M. (2019). Beden eğitimi ve spor öğretmeni adaylarının duygusal zeka düzeyleri ve akademik öz yeterlilikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES)*, 5(1), 52-69. doi:2458-9373
- Türkmen, Y., Özer, M., Zekioğlu, A. ve Karabulut, N. (2020). Bireysel spor yapanlarda duygusal zeka düzeylerinin akademik not ortalamaları Açısından Araştırılması. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1). doi: 10.31680/gaunjss.665495
- Weinberg, R. ve Gould, D. (2019). *Spor ve egzersiz psikolojisinin temelleri* (6.Baskı b.). (P. Şahin, & D. Koruç, Çev.) Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Yavuzer, H. (2016). *Okul çağı çocuğu* (19. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yaykırın, E. (2021). Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ile kişisel ve sosyal sorumlulukları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Pamukkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi. Denizli.
- Yazıcı, A. (2019). Duygusal zeka ve duygusal zeka modelleri. Researchgate, 2-17. doi: 10.14527/9786058008908.01
- Yazıcıoğlu, Y. ve Erdoğan, S. (2004). *SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yeniad, S. (2019). Farklı branşlarda spor yapan 10-14 yaş grubu bireylerin duygusal zekâ düzeylerinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi). YÖK Tez Merkezi veri tabanından erişildi. (Tez No: 585315).
- Yılmaz Karabulutlu, E., Yılmaz, S. ve Yurttaş, A. (2021). öğrencilerin duygusal zeka düzeyleri ile problem çözme becerileri. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 2(2), 75-79.
- Yılmaz, M. (2019). Ergenlerin (15-18 yaş) anksiyete düzeyleriyle duygusal zekâ ve sosyal beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. (Yüksek Lisans Tezi).
- Yörükoğlu, A. (2018). *Çocuk ruh sağlığı* (38. Baskı). İstanbul: Özgür Yayınları.

EKLER

Sevgili Öğrenciler;

Bu çalışmanın amacı, lise öğrencilerinin bireysel rekabet davranışları ile duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemeye yöneliktir. Çalışmanın başarıya ulaşması, her şeyden önce vereceğiniz bilgilerin doğruluğuna bağlıdır. Soruları cevaplama da gösterdiğiniz sabır ve samimiyet için teşekkür ederim.

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı

Yüksek Lisans Öğr. ŞebnemAYDIN

1. Cinsiyetiniz:

Kız Erkek

2. Sahip olduğunuz kardeş sayısı:

Yok 1 2 3 4 ve üzeri

3. Öğrenim gördüğünüz okul türü:

Spor Lisesi Anadolu Lisesi Meslek Lisesi

4. Öğrenim gördüğünüz sınıf düzeyiniz:

9. sınıf 10. sınıf 11. sınıf 12. sınıf

5. Aktif olarak spor yapıyor musunuz?

Evet Hayır

6. Herhangi bir spor branşında lisansınız var mı?

Evet Hayır

7. Eğer lisansınız var ise, kaç yıllık bir spor lisansına sahipsiniz?

(Yok ise boş bırakınız)

1-3 yıl 3-6 yıl 6-9 yıl 9 yıl ve üzeri

8. Bilgisayar oyunları ile günlük oyun oynama süreniz nedir?

Oynamıyorum 0-2 saat 2-4 saat 4-6 saat 6 saat ve üzeri

Bireysel Rekabetçilik Ölçeği

		Kesinlikle katılmıyorum	Katılmıyorum	Ne katılıyorum Ne katılmıyorum	Katılıyorum	Kesinlikle katılıyorum
		{1}	{2}	{3}	{4}	{5}
1	Başkalarıyla rekabet etmekten memnuniyet duyuyorum/hoşlanıyorum.					
2	Rekabetçi bir bireyim.					
3	Bir tartışmadan kaçınmak için neredeyse her şeyi yaparım.					
4	Tartışmalardan kaçınmaya çalışırım.					
5	Sıklıkla başkasını incitme ihtimaline karşı sessiz kalırım.					
6	Rekabet ortamlarını tatsız/sevimsiz bulurum.					
7	Başkalarıyla rekabet etmekten kaçınırım.					
8	Başkalarıyla rekabet etmekten hoşlanmam.					
9	Bir rakiple yarışmaktan zevk alırım.					
10	Sık sık başkalarından üstün olmaya çalışırım.					
11	Rekabeti severim.					

Duygusal Zekâ Ölçeği

Her sorunun karşısında bulunan; (1), Hiç katılmıyorum (2) Katılmıyorum (3) Kararsızım (4) Katılıyorum ve (5) Tamamen katılıyorum anlamına gelmektedir. Lütfen her ifadeye mutlaka TEK yanıt veriniz ve kesinlikle boş bırakmayınız.

1	Başkalarını çok iyi tanımasam bile onların duygularını ve ruh hallerini anlayabilirim.	1	2	3	4	5
2	Başka insanların duygularını ve ruh hallerini onların ses tonlarından ve yüz ifadelerinden anlayabilirim.	1	2	3	4	5
3	Kendi duygularımı ve başkasının duygularını sınıflandırabilirim.	1	2	3	4	5
4	Resimlerde ve müzikte ifade edilen duyguları ve hisleri anlayabilirim.	1	2	3	4	5
5	Karmaşık ve hassas duygu veya hislerin var olduğunu anlayabilirim.	1	2	3	4	5
6	Bir insanın diğer bir insandan aynı anda hem nefret edip hem de onu sevebileceğini anlarım.	1	2	3	4	5
7	Eğer sevmediğim bir şeyi yapmak zorunda kalırsam, fikrimi değiştirmeye çalışır ve o şeyden zevk alırım.	1	2	3	4	5
8	Bir görevi tamamladıktan kendimi boş hissettiğimde neşelenmeye çalışır ve bir sonraki olay için hazır olurum.	1	2	3	4	5
9	Yaptığım işten hoşlanmadığımda, duygularımınla baş edebilmek için elimden gelenin en iyisini yapmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
10	Eğer meslektaşım hakkında iyi haberler duyarsam, memnun olur ve birlikte kutlama yapmak isterim.	1	2	3	4	5
11	Kötü şeyleri çabuk unutmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
12	Bir şeyden korktuğumda korkuma engel olamam, ancak kaçmak yerine korkumla yüzleşirim.	1	2	3	4	5
13	Duygularımı iyi bir şekilde kontrol edebilirim.	1	2	3	4	5
14	Depresif hissettiğimde ruh halimi değiştirebilirim.	1	2	3	4	5
15	Üzüldüğümde kendimi neşelendirmek için kendi yöntemlerim vardır.	1	2	3	4	5
16	Öfkeyi nasıl sakinleştireceğimi bilirim.	1	2	3	4	5
17	Duygularımı duruma göre değiştirebilirim.	1	2	3	4	5
18	Olaylar kötü gittiğinde bile umudumu kaybetmem.	1	2	3	4	5
19	Bir şeyleri sırayla yapmak için duygularımı düzenleyebilirim.	1	2	3	4	5
20	Başkalarını etkin bir biçimde teselli edebilir ve rahatlatabilirim.	1	2	3	4	5



T.C.
İSTANBUL GELİŞİM ÜNİVERSİTESİ
Etik Kurul Başkanlığı

ETİK KURUL KARAR ÖRNEĞİ

TOPLANTI TARİHİ: 21.01.2022
TOPLANTI SAYISI: 2022-02

KARAR NO: 2022-02-25: Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Sporda Psikososyal Alanlar Yüksek Lisans Programı 201467006 numaralı öğrencisi Şebnem AYDIN' ın "Lise Öğrencilerin Bireysel Rekabet Davranışları ile Duygusal Zekâ Düzeyleri Arasındaki İlişki" konulu çalışması hakkında yapacağı anket sorularının, etik kurallara uygun olup olmadığını tespit etmek üzere, İGÜ Etik Kurulumuzun 22.10.2021 tarih ve 2021-31 sayılı toplantısında, İGÜ Etik Kurul Yönergesinin 12(1) maddesine göre değerlendirme yapmak üzere görevlendirilen öğretim elemanlarının raporları incelenmiş olup, ilgili çalışmada yer alan bilimsel araştırmanın etik kurallara uygun olduğuna oy birliği ile karar verildi.



T.C.
İSTANBUL VALİLİĞİ
İl Millî Eğitim Müdürlüğü

Sayı : E-59090411-20-49266442
Konu : Anket ve Araştırma İzni (Şebnem AYDIN)

10/05/2022

VALİLİK MAKAMINA

İlgi : a) Yenilik ve Eğitim Teknolojileri Genel Müdürlüğünün 21.01.2020 tarihli ve 2020/2 sayılı genelgesi.
b) İstanbul Gelişim Üniversitesinin 14.03.2022 tarihli ve 41370 sayılı yazısı.
c) Müdürlüğümüz Araştırma ve Anket Komisyonunun 06.05.2022 tarihli tutanağı.

Araştırma Konusu : Lise Öğrencilerinin Bireysel Rekabet Davranışları İle Duygusal Zeka Düzeyleri Arasındaki İlişki
Araştırma Türü : Anket
Araştırma Yeri : İstanbul
Araştırma Yapılacak Kişiler : Lise Öğrencileri
Araştırmanın Süresi : 2021 - 2022 Eğitim ve Öğretim Yılı

Yukarıda bilgileri verilen araştırmanın; 6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması Kanununa aykırı olarak kişisel veri istenmemesi, öğrenci velilerinden açık rıza onayı alınması, yüz yüze eğitime geçmiş olan kurumlarımızda, Covid-19 tedbirlerinin araştırmacı ve ilgili kurum idarelerince alınması, bilimsel amaç dışında kullanılmaması, bir örneği Müdürlüğümüzde muhafaza edilen mühürlü ve imzalı veri toplama araçlarının kurumlarımıza araştırmacı tarafından ulaştırılarak uygulanması, katılımcıların gönüllülük esasına göre seçilmesi, araştırma sonuç raporunun kamuoyuyla paylaşılmaması ve araştırma bittikten sonra 2 (iki) hafta içerisinde Müdürlüğümüze gönderilmesi, okul idarelerinin denetim, gözetim ve sorumluluğunda, eğitim ve öğretimi aksatmayacak şekilde, ilgi (a) genelge esasları dâhilinde uygulanması kaydıyla Müdürlüğümüze uygun görülmektedir.

Makamınızca da uygun görüldüğü takdirde olurlarınıza arz ederim.

Levent YAZICI
İl Millî Eğitim Müdürü

OLUR
10/05/2022
Dr. Hasan Hüseyin CAN
Vali a.
Vali Yardımcısı

Ek:

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Soyadı, adı: AYDIN Şebnem

Uyruğu: T.C

Eğitim

Derece Tarihi	Eğitim Birimi	Mezuniyet
Yüksek Lisans	İstanbul Gelişim Üniversitesi	
Lisans	Marmara Üniversitesi	15.07.1999

İş Deneyimi

Yıl	Yer	Görev
1999-2022	Millî Eğitim Bakanlığı	Beden Eğitimi Öğrt.

Yabancı Dil: İngilizce