



**FARKLI SPOR BRANŞLARINDAKİ ÇOCUKLARIN RUHSAL UYUM
DÜZEYİNİN KARŞILAŞTIRMALI OLARAK İNCELENMESİ**

Sevilcan YAVUZ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETMENLİĞİ ANABİLİM DALI

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

ŐUBAT, 2018

TELİF HAKKI ve TEZ FOTOKOPİ İZİN FORMU

Bu tezin tüm hakları saklıdır. Kaynak göstermek koşuluyla tezin teslim tarihinden itibaren ... ay sonra tezden fotokopi çekilebilir.

YAZARIN

Adı : Sevilcan

Soyadı : YAVUZ

Bölümü : Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği

İmza :

Teslim tarihi :

TEZİN

Türkçe Adı: Farklı Spor Branşlarındaki Çocukların Ruhsal Uyum Düzeyinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi

İngilizce Adı: Comparative Study of Psychological Adjustment Levels of Children in Different Sports Branches

ETİK İLKELERE UYGUNLUK BEYANI

Tez yazma sürecinde bilimsel ve etik ilkelere uyduğumu, yararlandığım tüm kaynakları kaynak gösterme ilkelerine uygun olarak kaynakçada belirttiğimi ve bu bölümler dışındaki tüm ifadelerin şahsıma ait olduğunu beyan ederim.

Yazarın Adı Soyadı: Sevilcan YAVUZ

İmza :

JÜRİ ONAY SAYFASI

Sevilcan YAVUZ tarafından hazırlanan “Farklı Spor Branşlarındaki Çocukların Ruhsal Uyum Düzeyinin Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından oy birliği ile Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Doç. Dr. Ekrem Levent İLHAN

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Başkan: Prof. Dr. Mehmet GÜÇLÜ

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Gazi Üniversitesi

Üye: Doç. Dr. Baki YILMAZ

Sağlık Bilimleri Fakültesi Spor Bilimleri Bölümü, YBÜ.

Tez Savunma Tarihi: .../.../2018

Bu tezin Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı’nda Yüksek Lisans tezi olması için şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

Prof. Dr. Selma YEL

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürü

TEŞEKKÜR

Bu çalışmanın gerçekleşmesinde engin bilgi ve tecrübelerinden yararlandığım, bana kıymetli zamanlarını sabırla ve büyük bir ilgiyle ayıran, faydalı olabilmek için elinden gelenin fazlasını sunan, güler yüzünü ve samimiyetini esirgemeyen, içimdeki merak duygusunu perçinleyen, mesleki hayatımda da örnek aldığım ve alacağım kıymetli hocam Doç. Dr. Ekrem Levent İLHAN'a teşekkürü bir borç bilir, şükranlarımı sunarım.

Bu süreçte her zaman yanımda olan ve desteklerini hiçbir zaman esirgemeyen, mesleklerini layıkıyla yerine getirdiklerine inandığım kıymetli arkadaşlarım Arş. Gör. Okan Burçak ÇELİK ve Arş. Gör. Oğuz Kaan ESENTÜRK'e çok teşekkür ederim.

Hayattaki en büyük şansım ve destekçim olan, motivasyonumu ve inancımı hiç yitirmemin baş rol oyuncusu, yanı başım kardeşim Ülfet YAVUZ'a çok teşekkür ederim.

Son olarak, bugünlere gelmemde gecesini gündüzüne katan, çocukları için her şeyini vermeye hazır, zorluklar karşısında yılmamayı öğreten değerlilerim; annem Nesibe YAVUZ ve babam Beysim YAVUZ'a minnetlerimi sunarım.

FARKLI SPOR BRANŞLARINDAKİ ÇOCUKLARIN RUHSAL UYUM DÜZEYİNİN KARŞILAŞTIRMALI OLARAK İNCELENMESİ

(Yüksek Lisans Tezi)

Sevilcan YAVUZ

GAZİ ÜNİVERSİTESİ

EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Őubat, 2018

ÖZ

Bu araştırmanın amacı, farklı spor branşları ile uğraşan çocukların ruhsal uyum düzeylerinin anne ve öğretmenlerinin görüşlerine göre bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesidir. Araştırma grubunu, 6-12 yaş aralığında bulunan en az bir yıl spor yapmış, lisanslı öğrencilerden; bireysel sporlarda (atletizm, yüzme, jimnastik) 67, mücadele sporlarında (karate, taekwondo) 61, takım sporlarında (voleybol, basketbol, futbol) 69 olmak üzere toplam 197 çocuk oluşturmaktadır. Grupların ruhsal uyum düzeyleri nevroitik sorunlar ve davranış sorunları alt başlıklarında incelenmek üzere tarama modelinde betimsel bir çalışma yolu izlenmiőtir. Veri toplama aracı olarak Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği kullanılmıőtir. Araştırmanın amaçları doğrultusunda anne ve öğretmenlerin Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği'ne verdikleri cevaplardan toplanan verilerin analizinde, Mann Whitney U-Testi ve Kruskal Wallis H-Testlerine başvurularak nicelikler tablolarla ifade edilmiştir. Anlamlılık 0,05 düzeyinde test edilmiştir. Sonuç olarak, sporcu çocukların ruhsal anlamda uyumlu oldukları görülmüştür. Branş değişkeni bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık görülmesi de takım sporu ile uğraşan çocukların ruhsal uyum düzeylerinin en iyi olduğu, bunu bireysel sporlar ile mücadele sporlarının takip ettiği belirlenmiştir. Çocukların ruhsal uyum düzeylerinde cinsiyet, yaş ve spor yaşı bakımından anlamlı ölçüde farklılaşma olmadığı bulunmuőtür. Ayrıca genel olarak sporcu çocukların annelerinin, öğretmenlerine nazaran çocuklarını daha uyumsuz olarak değerlendirdikleri sonucuna ulaőtılmıőtir.



Bilim Kodu :

Anahtar Kelimeler : Ruhsal uyum, spor, çocuk

Sayfa Adedi : xiv+95

Danışman : Doç. Dr. Ekrem Levent İLHAN

COMPARATIVE STUDY OF PSYCHOLOGICAL ADJUSTMENT LEVELS OF CHILDREN IN DIFFERENT SPORTS BRANCHES

(Master Thesis)

Sevilcan YAVUZ

GAZI UNIVERSITY

GRADUATE SCHOOL OF EDUCATIONAL SCIENCES

February, 2018

ABSTRACT

The purpose of this research is to analyze the mental adaptation levels of the children who are engaged in different sports branches based on variables gathering the point of view of their mothers and teachers. The research group comprised of 197 children in total who are licensed and have done sports at least for one year; some of these children at individual sports (e.g. swimming, athletics, gymnastics), 61 children at fighting sports (e.g. karate, taekwondo) and 69 at team sports (such as football, volleyball, basketball). A descriptive survey model has been applied in order to analyze the mental adaptation levels of each group regarding neurotic and behavioral problems. Hacettepe Mental Adaptation Scale (hereinafter HMAS) including the answers to the questions given by teachers and mothers to the HMAS has been used as data collection tool and the results were applied to charts based on the Mann Whitney-U and Kruscal Wallis H tests. The significance level was 0,05. As a result, children who do sports were found to be mentally adaptive. Even though there is no significant difference among the groups in terms of branch variables, it has been identified that children engaged in team sports have the best mental adaptation level and this is followed by individual and fighting sports. It was concluded that there is no significant difference among the adaptation levels of the children in terms of age, gender and sports age. Moreover, it was found that children doing sports were considered less adaptive by their mothers than by their teachers.



Science Code :

Key Words : psychological adjustment ,sport, child

Page Number : xiv+95

Advisor : Doç. Dr. Ekrem Levent İLHAN

İÇİNDEKİLER

ÖZ.....	v
ABSTRACT.....	vii
İÇİNDEKİLER.....	ix
TABLolar LİSTESİ.....	xii
BÖLÜM I.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı	4
1.3. Araştırmanın Önemi	8
1.4. Sınırlılıklar.....	9
1.5. Sayıtlar	10
1.6. Tanımlar.....	10
BÖLÜM II	11
KAVRAMSAL ÇERÇEVE.....	11
2.1. Ruh Sağlığı.....	11
2.1.1. Ruh Sağlığının Tanımı	12
2.1.2. Ruh Sağlığının Amacı.....	13
2.1.3. Ruh Sağlığının Önemi	13
2.2. Çocuk Ruh Sağlığı.....	14
2.2.1. Çocuklarda Ruhsal Gelişim	14
2.2.1.1. Freud'a Göre Ruhsal Gelişim	15

<i>2.2.1.2. Erikson'a Göre Ruhsal Gelişim</i>	16
<i>2.2.1.3. Adler'e Göre Ruhsal Gelişim</i>	18
<i>2.2.1.4. Jung' a Göre Ruhsal Gelişim</i>	19
<i>2.2.1.5. Sullivan' a Göre Ruhsal Gelişim</i>	20
<i>2.2.1.6. Horney' e Göre Ruhsal Gelişim</i>	20
<i>2.2.1.7. Fromm' a Göre Ruhsal Gelişim</i>	21
2.2.2. Çocuklarda Uyum ve Uyumsuzluk	22
2.2.3. Çocuklarda Uyumsuzluk Nedenleri	23
2.2.4. Çocuklarda Uyumsuzluk Belirtileri	23
2.2.4.1. Çocuklarda Davranış Bozuklukları	24
2.2.4.1.1. Saldırganlık	24
2.2.4.1.2. Çalma	25
2.2.4.1.3. Kıskançlık	26
2.2.4.1.4. Yalancılık.....	27
2.2.4.1.5. İnatçılık.....	28
2.2.4.1.6. Öfke	29
2.2.4.1.7. Sinirlilik.....	30
2.2.4.2. Çocuklarda Duygusal Bozukluklar	30
2.2.4.2.1. Korku	30
2.2.4.2.2. Kaygı	32
2.2.4.2.3. Bağımlılık	33
2.2.4.2.4. Utangaçlık	34
2.3.Çocuk ve Spor	34
2.3.1. Sporun Tanımı	34
2.3.2. Sporun Fiziksel, Bilişsel ve Psiko-Sosyal Gelişim Üzerine Etkileri	35
2.3.2.1. Sporun Fiziksel Gelişim Üzerine Etkisi	36
2.3.2.2. Sporun Bilişsel Gelişim Üzerine Etkisi	37

2.3.2.3. Sporun Psiko-Sosyal Gelişim Üzerine Etkisi	38
2.3.3. Çocuklarda Spor ve Önemi	40
2.3.4. Farklı Spor Branşlarının Çocuk Gelişimine Etkileri	42
BÖLÜM III.....	45
YÖNTEM.....	45
3.1. Araştırmanın Modeli.....	45
3.2. Evren ve Örneklem	45
3.3. Verilerin Toplanması	47
3.4. Verilerin Analizi	49
BÖLÜM IV	51
BULGULAR VE YORUM.....	51
BÖLÜM V.....	75
SONUÇ VE TARTIŞMA	75
5.1. Sonuç ve Tartışma	75
5.2. Öneriler	85
KAYNAKLAR	86
EKLER.....	93
EK.1. Genel Bilgi Formu	94
EK.2. Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği.....	95

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Araştırma Katılımcılarına Ait Demografik Bilgiler.....	46
Tablo 2. Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Spor Branşı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	51
Tablo 3. Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Spor Branşı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	52
Tablo 4. Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Spor Branşı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	53
Tablo 5. Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Spor Branşı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	53
Tablo 6. Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Spor Branşı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	54
Tablo 7. Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Spor Branşı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	55
Tablo 8. Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney -U Testi Sonuçları.....	56
Tablo 9. Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney -U Testi Sonuçları.....	56
Tablo 10. Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney -U Testi Sonuçları.....	57
Tablo 11. Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney -U Testi Sonuçları.....	57

Tablo 12. <i>Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney -U Testi Sonuçları</i>	58
Tablo 13. <i>Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney-U Testi Sonuçları</i>	59
Tablo 14. <i>Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	59
Tablo 15. <i>Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	60
Tablo 16. <i>Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	61
Tablo 17. <i>Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	61
Tablo 18. <i>Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	62
Tablo 19. <i>Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	63
Tablo 20. <i>Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	64
Tablo 21. <i>Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	64
Tablo 22. <i>Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	65
Tablo 23. <i>Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	66
Tablo 24. <i>Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	67
Tablo 25. <i>Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	67
Tablo 26. <i>Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Ruhsal Uyum Düzeylerinin Anne Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	68
Tablo 27. <i>Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Nevrotik Sorun Düzeylerinin Anne Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları</i>	69

Tablo 28. Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Davranış Sorun Düzeylerinin Anne Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	70
Tablo 29. Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Ruhsal Uyum Düzeylerinin Baba Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	71
Tablo 30. Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Nevrotik Sorun Düzeylerinin Baba Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	72
Tablo 31. Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Davranış Sorun Düzeylerinin Baba Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları.....	72
Tablo 32. Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin, Anne ve Öğretmen Görüşlerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Mann Whitney-U Testi Sonuçları.....	73
Tablo 33. Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin, Anne ve Öğretmen Görüşlerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Mann Whitney-U Testi Sonuçları.....	73
Tablo 34. Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin, Anne ve Öğretmen Görüşlerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Mann Whitney-U Testi Sonuçları.....	74

BÖLÜM I

GİRİŞ

Bu bölümde, araştırmanın problemi, amacı, önemi ve araştırma ile ilgili varsayımlar, sınırlılıklar ve tanımlar ele alınacaktır.

1.1. Problem Durumu

Bedensel, toplumsal ve ruhsal olarak tam bir iyilik halinde olma durumunu ifade eden sağlık kavramı bireylerin bir bütün olarak gelişimini sağlayabilmesi ve yaşamlarını devam ettirebilmesi açısından önem taşımaktadır. Sağlık, sadece bedensel anlamda bir kusurun ya da hastalığın olmayışı anlamına gelmemektedir. Ruh sağlığı da beden sağlığı gibi koşullara göre değişip bozulabilmektedir (Yörükoğlu, 2002, s. 17).

Her gün biraz daha fazla kirletilen toprak, su ve hava, insanlarla birlikte canlı ve cansız bütün varlıkları tehdit etmekte, hızla artan dünya nüfusunun önemli bir kesimi açlık sınırının altında ve sağlık koşullarına uygun olmayan barınaklarda yaşamaktadır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 299). Buna ek olarak, son yıllarda teknolojik gelişmelerle birlikte ortaya çıkan birçok durum insanın ruh sağlığını olumsuz etkilemekte, insanın değişen durumlara uyum sağlamasını zorlaştırmakta ve ruhsal açıdan çeşitli problemlerle karşı karşıya kalmasına neden olmaktadır.

İnsanda güvensizlik ve umutsuzluk yaratan bu durumlar, onun ruh sağlığını bozmakta, kendisine ve çevresine zararlı bir kişi; hasta ya da bir şiddet aracı durumuna getirmektedir. Dolayısıyla, ruhsal sağlığın bozulması, kişinin çalışmasını, çevre ile ilişkisini, kısacası tüm yaşamını etkiler duruma gelmekte, hatta kimi ruhsal bozukluklar bedensel hastalıklardan daha yakıcı bir hal almaktadır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 300).

Ruhsal yönden sağlıklı olan insanlar, karşılıklı olumlu bir etkileşimle kendilerine ve çevrelerine uyum sağlamakta ve mutlu olma kapılarını açmaktadırlar. Sağlıklı ve işlek bir

zekâ, toplumsal çevreye uygun davranış, tutarlı bir kişilik yapısı ve mutlu edici bir ortam yaratabilme, dengeli, sağlıklı bir ruhsal yapıya sahip olan bir kişinin başarılarıdır. Bu başarıları gösteren kişi, uyumlu, verimli ve yaratıcı bir yaşam sürdürebilmeye hazır demektir. Ruh sağlığı yerinde olan insanın benliği, başkaları için hangi değerleri taşıyorsa, kendisi için de o değerdedir. Böyle bir benlik özdeşleşmesini gerçekleştirmiş olan insan, kendisiyle, kendi cinsi ve karşı cinsle alışverişlerinde, sağlıklı ortamlar yaratmayı başarmaktadır.

Ruh sağlığı bozuk olan kişiler ise, çevreye karşı, suçluluk ve aşağılık duygusundan ruhsal kökenli beden hastalıklarına, nevroz ve psikozlara kadar, değişik uyumsuzluklar sergilemektedirler.

Bütün bunlardan anlaşıldığı gibi, insanın mutlu olması, yaşamdan istedikleriyle yaşamın ona verdikleri arasında uyum, denge bulmasına bağlıdır. (Bakırcıoğlu, 2002, s. 2).

İnsanların yetişkin yaşamında ruhsal açıdan sağlıklı yaşam sürdürmeleri büyük oranda geçirdikleri çocukluk yaşantılarına bağlıdır (Sargın, 2001, s. 3). Bu nedenle, çocuğun gelişim dönemlerinin özelliklerinin bilinmesi ve bu gelişim dönemlerinin incelenmesi de ruh sağlığı bakımından önemlidir (Yörükoğlu, 2002, s. 28).

Çocuklar her yeni gelişim dönemine geçtiklerinde yeni beceriler kazanmaktadırlar. Çocuğun edindiği her yeni beceri çözülmesi gereken bir sorunu da beraberinde getirir. Gelişim dönemlerinde karşılaşılan sorunlar olağan ve geçicidir, ancak çocuk bu dönemlerde çevresindeki yetişkinlerin yanlış tutumlarına maruz kalırsa veya sorunlarını çözerken engellemelerle karşılaşarsa, dönemsel diye nitelenen bu sorunların çözümü yeni gelişim dönemlerine ve çocuğun ileriki yaşlarına ertelenir. Bu durumlarda ortaya çıkan sorunlar uyum ve davranış bozuklukları olarak adlandırılmaktadır (Kulaksızoğlu, 1998, s. 95).

Uyum ve davranış bozuklukları, çocuğun çeşitli ruhsal ve bedensel nedenlere bağlı olarak, iç çatışmalarını davranışına aktarması sonucu ortaya çıkar. Başka bir deyişle, bu çocukların çevreleriyle ilişkileri sürekli olarak gergin ve sürtüşmelidir. Sürekli hırçınlık, sinirlilik, geçimsizlik, kavgacılık, okuldan kaçma, çalma, yangın çıkarma, sürekli başkaldırma ve kuralları çiğneme gibi belirtiler bu kümede toplanır (Yörükoğlu, 2002, s. 287).

Çocuklarda ruhsal uyum ve davranış sorunları farklı etkenlerden de kaynaklanabilir. Aileyi tümünden sarsan, aile birliğini ve düzenini bozan baskı ve zorlayıcı dış etkenler de gelişimi yolundan saptırırken, çocuğun yapısı ve geçirdiği hastalıklar, anne-babanın tutumu, çocuğu yetiştirme tarzı da uyumsuzluk düzeyini etkilemektedir (Yörükoğlu, 2002, s. 284).

Her anne-baba kendine özgüveni olan, kendi ayakları üzerinde durabilen, içinde yaşadığı çevreyle uyumlu, bir arada yaşadığı insanlarla iyi ilişkiler kurabilen, özsaygısı ve öz değeri gelişmiş, hayata olumlu bakan, mutlu, ne için ve niye yaşadığını bilen, geleceğe dair bir hedefi ve amacı olan, fiziken, ruhen ve sosyal açıdan kendini tamamlamış çocuklar yetiştirmek istemektedir. Bu nedenlerden dolayı çocuğunun psiko-sosyal gelişimine, fiziksel gelişimine ve serbest zamanlarının değerlendirilmesine yarar sağlayacağını düşünen aile; çocuklarını, çocuğun kendi istediği bir spor branşına veya kendilerinin belirledikleri bir spor branşına yönlendirmektedirler (Kılıcıgil, 1998, s. 35).

Çağımızın önemli bir sosyal olgusu olan spor, insanların yapısal, duygusal, sosyal denge ve uyumlarını sağlayan bir etkinliktir. Spor, fiziksel, zihinsel ve ruhsal zindeliğin temel kaynağıdır. İnsanlarda hareket yeteneği, kendine güven sağlama, performans, oyun, macera, sağlık ve zindelik ile toplumsal özellikleri geliştirme şeklinde ele alınabilecek olan spor, bireylerde kişisel yetenek ve farklılıkları ile diğer insanların yetenek ve farklılıklarını kavramayı, başarı ve başarısızlıkta paylaşım ve paylaşmanın önemini kavramada değerli bir olgudur (Dolaşır, 2005).

Spor, hakkını aramayı ve hak yememeyi, paylaşmayı, kurallara uymayı, kazanmayı ve kaybetmeyi kabullenmeyi, ilkel dürtülerin toplumun kabul ettiği biçimlerde anlatım bulmasını, yeni toplumsal ortamlara katılmayı, yeni arkadaşlar edinmeyi, haz duymayı sağlamaktadır (Doğan, 2005, s. 1).

Sporun psiko-sosyal değeri ile ilgili son araştırmalar da sporun anti-sosyal eğilimlerin azaltılması ve engellenmesinde katkı sağlayabileceği ve sporun potansiyel olarak terapi yönünün olduğu görüşündedir (Mahon, 1990).

Spor sayesinde geleceğin yetişkin bireyleri olacak çocuklar kendisini ve çevresini daha iyi tanıyacak, iletişim kurma becerisi geliştirecek, gelişim dönemlerinde yaşanabilecek saldırganlık, sinirlilik, inatçılık, öfkelenme, sürekli kaygılı olma ve bir şeylerden korkma, yalan söyleme gibi duygusal ve davranış bozukluklarını önleme ya da bu sorunların çözüm sürecini hızlandırma olanağı bulacaktır. Özellikle çocukluk döneminin ve sorunlarının iyi bilinmesi ortaya çıkabilecek ruhsal uyumsuzlukların önleminin alınmasında büyük rol oynayacaktır.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde ülkemizde çocuk ruh sağlığı ve spor ilişkisine yönelik araştırmaların nicelik olarak yetersizliği göze çarpmıştır. Çocuklarda ruhsal uyum ve spor ilişkisine yönelik araştırmaların bulgularında ise ruhsal uyum parametrelerinin genellikle

spor yapan çocukların lehine olduğu görülmüştür. Benzer konularda yapılan deneysel çalışmalarda da düzenli spor etkinliklerinin ruhsal uyum düzeyini geliştirdiği yönünde sonuçlara ulaşılmıştır.

Ancak günümüzde teknolojinin gelişmesiyle birlikte çocukların bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi iletişim araçlarına daha fazla maruz kalması, hatta eğitim-öğretim programlarımızda bile bu araçların yansımalarının olması, çocukları sabit ve hareketsiz bir yaşama doğru sürüklemekle birlikte yanlış kullanımları halinde kalitesiz ve verimsiz zaman harcama ve sosyalleşmenin sadece ekran ile tuşlardan ibaret olduğu bir dünya haline gelmesine neden olmaktadır. Çocukların aile içi ilişkilerinin bozulduğu, tutarsız davranışlar sergilemeye başladığı, gelişimlerin olumsuz etkilendiği bu süreç, uyum güçlükleri ve davranış bozukluklarının katlanarak artmasına yol açmaktadır. Bu sebeple spor, ruhsal uyum düzeyine katkılar sunan bir araç olarak önümüze çıkmaktadır. Spor, çocuklara arkadaşlık ilişkileri için fırsatlar sunan, güçlüklerle baş etmelerini öğreten, duygularını ifade etme imkanı sağlayan, toplumsal kuralları ve disiplini öğrendikleri doğal bir ortamdır. Ve bu ortam içinde yetişen bir çocuğun, spor yapmayan yaşlılarına göre ruhsal olarak daha sağlıklı bir gelişim göstereceği düşünülmektedir. Nitekim yapılan çalışmalar da bunu destekler niteliktedir. Ancak bu unsurlar göz önünde bulundurulduğunda akıllara şöyle bir soru gelmektedir: “spor yapan çocuklar arasında ruhsal uyum açısından bir farklılık var mıdır?” Uğraşılan spor dalının bireysel, takım ya da mücadele sporu olmasının çocuğun psikolojik ve duygu durumunu nasıl etkileyeceği merak edilmiştir. Literatür incelendiğinde, bireysel spor ile uğraşanların kendini denetleme, bağımsız ve özgüvenli hareket etme gibi özelliklerinin geliştiğinden bahsedilirken, mücadele sporu ile uğraşanların öfkeli ve saldırgan davranışları daha az sergilediği, kendini kontrol etme becerilerinin geliştiği, takım sporları ile uğraşanların ise sorumluluk, paylaşma, aidiyet gibi duygularının gelişip ruhsal zorlanmanın daha az olduğu söylenmektedir. Dolayısıyla bu çalışmanın problemi; farklı spor branşlarındaki çocukların ruhsal uyum düzeylerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi olmuştur.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı: Ankara ilinde yaşayan farklı spor branşlarında 6-12 yaş aralığındaki çocukların ruhsal uyum düzeyleri arasında bir farklılık olup olmadığını belirlemektir. Bu amaca yönelik olarak, 6-12 yaş arası farklı spor branşları ile uğraşan çocukların ruhsal uyum

düzeyleri anne ve öğretmenlerinin görüşlerine göre bazı değişkenler açısından (bireysel, mücadele ya da takım sporu yapma, yaş, cinsiyet, spor yapma süresi, anne ve babanın öğrenim durumu) karşılaştırmalı olarak incelenmiştir.

Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

1. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
2. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
4. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
5. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
6. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
7. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
8. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

9. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

10. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

11. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

12. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

13. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

14. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

15. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

16. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

17. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

18. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

19. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları spor yapma süresine göre ne düzeydedir? Spor yapma süresine göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?

20. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları spor yapma süresine göre ne düzeydedir? Spor yapma süresine göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
21. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları spor yapma süresine göre ne düzeydedir? Spor yapma süresine göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
22. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları spor yapma süresine göre ne düzeydedir? Spor yapma süresine göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
23. Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları spor yapma süresine göre ne düzeydedir? Spor yapma süresine göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
24. Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları spor yapma süresine göre ne düzeydedir? Spor yapma süresine göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?
25. Araştırma grubuna yer alan çocukların ruhsal uyumları anne öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Anne öğrenim durumuna göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
26. Araştırma grubuna yer alan çocukların nevroitik sorunları anne öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Anne öğrenim durumuna göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
27. Araştırma grubuna yer alan çocukların davranış sorunları anne öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Anne öğrenim durumuna göre davranış sorun düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
28. Araştırma grubuna yer alan çocukların ruhsal uyumları baba öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Baba öğrenim durumuna göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
29. Araştırma grubuna yer alan çocukların nevroitik sorunları baba öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Baba öğrenim durumuna göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

30. Araştırma grubuna yer alan çocukların davranış sorunları baba öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Baba öğrenim durumuna göre davranış sorun düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?

31. Anne ve öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubundaki çocukların ruhsal uyumları ne düzeydedir? Anne ve öğretmen görüşleri arasında fark var mıdır?

32. Anne ve öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubundaki çocukların nevrotik sorunları ne düzeydedir? Anne ve öğretmen görüşleri arasında fark var mıdır?

33. Anne ve öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubundaki çocukların davranış sorunları ne düzeydedir? Anne ve öğretmen görüşleri arasında fark var mıdır?

1.3. Araştırmanın Önemi

Daha sağlıklı nesiller yetiştirmek isteyen uluslar, evrensel kültürün bir parçası olarak kabul ettikleri sporun gelişimi için her türlü desteği vermekle birlikte, bireyleri de bu alanda yer almaya yönlendirmektedirler. Bu bireylerin önemli bir kısmını da çocuklar oluşturmaktadır (Livanelioğlu, 2006, s.1).

Çocuğun ruh sağlığı bakımından da gelişim dönemlerinin bilinmesi onun kişilik geliştirmekteki sapmaların gözlemlenmesini kolaylaştırır. Erişkin ruh hastaları, çocuklukta çekilen doyumsuzlukların, örseleyici yaşantıların ve saplantıların derin izlerini taşırlar. Çocukluk yaşantılarının bilinmesi, kişinin ruhsal uyumsuzluklarının ve sorunlarının aydınlatılması bakımından önem taşır. Büyük ruh hekimi S. Freud'un ruh çözüm yöntemiyle ortaya koyduğu gibi, çocukluğun örseleyici deneyleri, ruhsal çatışmaları, etkilerini bilinçaltında erişkin çağa dek sürdürürler. (Yörükoğlu, 2002, s. 29).

Nitekim; hızla değişen ve gelişen dünyada yeniliklere uyum sağlamaya çalışırken, geçmişten günümüze çocukların gelişimlerini ve yaşama biçimlerini etkileyen durumları göz ardı etmek de mümkün değildir. Teknolojinin gelişmesiyle birlikte çocuklarda meydana gelen teknoloji bağımlılığı ve bunun bir yansıması olan hareketsiz ve sağlıksız yaşam onların fiziksel, ruhsal, sosyal ve psikolojik yaşantılarına olumsuzluklar yansıtmaya başlamıştır. Teknoloji bağımlılığıyla birlikte günlük hayatlarının, sanal ortam ve sanal arkadaşlıklarla da sosyal ilişkilerinin olumsuz etkilendiği görülmektedir. Aile içi ilişkilerin ve etkileşimlerin de derinden etkilendiği bu durumlarda çocukların içine kapanık, şiddete eğilimli, aşırı ve kontrolsüz tepkiler verebilen, sosyalleşmeden uzak birer birey olma yolunda ilerlediği göze

çarpmaktadır. Okullardaki eğitim süreçlerimize de teknolojinin fazlasıyla dahil olduğu günümüzde, ailelerin bilinçsizliği, teknolojik bağımlılık ve hareketsiz yaşam gibi nedenlerin çocukların ruhsal gelişim dönemleri ve bu dönemlere uyum süreçleri üzerinde olumsuz etkiler bıraktığı görülmektedir. Çocuklar için sosyalleşme ve duygusal ilişkilerin başlatılması açısından en uygun ortamı oluşturan, çocukta özsaygı, benlik, kendini keşfetme fırsatı sunan, bedensel sağlık yanında ruh sağlığı açısından da gelişimine katkı sağlayan spor, bu süreçte anahtar bir rol oynamaktadır. Yapılan çalışmaların sonucunda, çocukların ruhsal gelişim dönemlerinde ve yaşadıkları uyumsuzluk süreçlerinde bir çözüm aracı olarak kullanılan sporun, çocukların ruhsal uyum düzeyine katkı sağladığını söylemek mümkündür. Ancak, hızla ilerleyen teknoloji, çevre ve değişen koşullar göz önünde bulundurulduğunda, bahsedilen bu sebeplerin çocukları etkilediği, spor ve ruhsal uyum konusunda yeni çalışmalar yapılması gerektiği düşünülmektedir. Genellikle, spor yapan ve yapmayan çocukların ruhsal uyum düzeylerinin karşılaştırmalı olarak incelendiği çalışmalarda spor yapanların lehine olumlu sonuçlar elde edildiği görülmektedir.

Bu çalışmada da; spor ile uğraşan çocuklar arasında yapılan spor branşlarının bireysel, mücadele ya da takım sporu olmasının onların ruhsal uyumlarını nasıl etkilediğini belirlemek, bu doğrultuda farklılaşma olup olmadığı hakkında bilgi edinebilmek ve çocuklardaki güvensizlik, çekingenlik, içine kapanıklık, korkaklık, mutsuzluk gibi nevrotik sorunlar ile; sinirlilik, kıskançlık, inatçılık, saldırganlık gibi davranış bozukluklarına spor branşlarının etkisinin olup olmadığını belirleyebilmek adına önem taşımaktadır. Buna ilaveten, seçilen spor branşının çocuğun bir takım ruhsal sorunlarına çözüm olarak mı tercih edildiği, yoksa yapılan sporun çocuğun gelişim dönemleri süresince karşılaşılabileceği davranış veya nevrotik sorunlarıyla başa çıkabilmede herhangi bir etkisinin olup olmayacağını cevabını bulabilmek adına önem teşkil edecektir.

1.4. Sınırlılıklar

1. Araştırma Ankara ilinin farklı semtlerinde faaliyet gösteren spor kulüpleri ve spor okullarından kolay ulaşılabilir durum örnekleme yöntemi ile seçilen 6-12 yaşlar arası en az 1 yıl spor yapan çocukların anne ve öğretmenlerine uygulanacak olan Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği verilerinin değerlendirilmesi ile sınırlıdır.
2. Araştırmanın süresi yüksek lisans tez süresiyle sınırlıdır.
3. Araştırma yüksek lisans tez süresi boyunca ulaşılan bilgi ve bulgularla sınırlıdır.

4. Bu araştırma; araştırmacının zamanı, bilgi kaynakları ve maddi imkânlarıyla sınırlıdır.

1.5.Sayıtlar

Bu araştırma yapılırken ve bulgular yorumlanırken aşağıdaki hususlar göz önünde tutulmuştur.

1. Seçilen örneklemin evreni yansıttığı varsayılmıştır.
- 2.Ölçeğe verilen cevapların doğru, samimi ve objektif bir biçimde yanıtlandığı varsayılmıştır.
3. Ölçeğe cevap veren öğretmenin çocuğu yeteri kadar tanıdığı varsayılmıştır.

1.6.Tanımlar

Gelişim: Döllenmeden ölüme kadar süren yaşam dönemi içinde organizma da gözlenen düzenli ve sürekli değişikliklerdir (Aydın, 2007, s. 32).

Uyum: Bireyin içinde bulunduğu çevrede kurduğu duyarlı ilişkilerle gereksinimlerini kendisi ve çevresindekiler için yararlı olacak biçimde gidermesi, isteklerini gerçekleştirmesidir (Bakırcıoğlu, 2011, s. 300).

Ruhsal Uyum: Bireyin sahip olduğu özelliklerinin kendi benliğiyle içinde bulunduğu çevre arasında dengeli bir ilişki kurabilmesi ve bu ilişkiyi sürdürebilmesi şeklinde tanımlanmaktadır (Yavuzer, 1999, s. 75).

Spor: Bireyin beden ve ruh sağlığının geliştirilmesi, belli kurallara göre rekabet ölçüleri içinde mücadele etme, heyecan duyma, yarışma ve üstün gelme ve gerçek anlamda başarı gücünün arttırılması kişisel açıdan en yüksek noktaya çıkarılması yolunda gösterilen yoğun çabalardır (Aracı, 1999, s. 13).

Ebeveyn: Anne ve baba (TDK, 2011, s. 1081).

BÖLÜM II

KAVRAMSAL ÇERÇEVE

Bu bölümde “Ruh Sağlığı”, “Çocuk Ruh Sağlığı”, “Çocuklarda Ruhsal Gelişim”, “Çocuk ve Spor” ilişkisi incelenmiştir. Burada araştırmanın önemi ve amaçları doğrultusunda yapılan literatür çalışması yansıtılmıştır.

2.1. Ruh Sağlığı

Yaşam koşullarının ağırlaşması ve karmaşık duruma gelmesi karşısında insanın dayanma gücü azalmakta, hızlı değişimler, teknik gelişmeler karşısında insanlar oldukça zorlanmaktadır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 7). Artık küçük büyük herkesin değişen dünyaya ayak uydurması zorlaşmakta ve insanlar psikolojik desteğe muhtaç hale gelmektedirler (Seven, 2008, s. 7).

Otomobil plakalarındaki rakamları okuyup toplamadan edemeyen; şimşek çakışında, kediden, köpektен, örümcekten, yüksek yerlerden, alanlardan, kalabalıktan aşırı derecede korkan; kadife gibi yumuşak şeylere el süremeyen; hiç kimseye “Hayır!” diyememe yüzünden para, zaman ve gücünü gerektiği gibi değerlendiremeyen; şiddet uygulamaktan kendini alamayan; az ya da çok ölçüde gerçeklerle bağını koparan kişiler durup dururken ortaya çıkmamaktadır. Acaba bu insanlar, gerçekte nelerden kaçmaya çalışmakta; neyi aramakta; niçin kendilerine ve başkalarına zarar vermekten uzak duramamaktadırlar (Bakırcıoğlu, 2011, s. 7). Bu ve benzeri ruhsal sorunların nedenlerinin bilinip, çözümünü bulabilmek adına ruh sağlığının ne anlama geldiğini bilmek gerekmektedir.

2.1.1. Ruh Sağlığının Tanımı

“Ruh sağlığı nedir?” sıklıkla sorulan, ancak tanımlanması çok da kolay olmayan sorudur, çünkü her kuram, her bilim adamı, konuya farklı açıdan bakar ve kendi açısından tanımlamaya çalışır (Sargın, 2012, s. 11).

Dünya Sağlık Örgütü (WHO) ruh sağlığını, ““bireyin potansiyelini başarma ve yaşamda normal sayılan baskı durumları ile başa çıkabilme özellikleri ile bir sosyal ve duygusal iyi olma durumu” olarak tanımlamıştır. Bu tanıma göre ruh sağlığı, bir birey için yeteneklerini fark etme, hayatın normal stresiyle başa çıkma ve topluma katkı sağlayarak iyi olmaya çalışma gibi beceriler gerektirir (Seven, 2008, s. 2).

Yörükoğlu (1998) ise, ruh sağlığını, “kişinin kendisiyle ve çevresiyle sürekli bir denge ve uyum içinde olmasıdır” diye ifade etmektedir.

Bununla birlikte bazı kişilik kuramcıları da ruh sağlığını şöyle açıklamışlardır:

Freud: Psikoseksüel dönemlerde makul bir doyum düzeyine ulaşma sonucu, id-ego-süperego arasında kurulan bir denge sonucunda nedeni belli olamayan ya da uzun süren kaygı ve bunaltılar geliştirmemiş olma yanında, sevme ve çalışma yeteneğine sahip olma olarak belirtir.

Erikson: Doğumdan ölüme kadar geçen sürede yer alan sekiz yaşam döneminde, egonun kişinin içinde bulunduğu döneme göre kazandığı niteliklerden sağlıklı olanların sağlıksızlardan fazla oluşunun ruh sağlığı işareti olduğunu söyler.

Adler: Abartmasız yetersizlik duygusunu abartmasız üstünlük çabalarıyla dengeleme ve toplumca onaylanmış bir yaşam biçimi geliştirebilmiş olmanın ruh sağlığı için önemli olduğunu belirtir.

Sullivan’a göre, kendisi ve diğer insanlar hakkında doğru ve yeterli kişiselleştirme geliştirerek kişiler arasında iyi ilişkiler kurabilme sağlıklılık işareti; kişiler arasında iyi ilişkileri engelleyici olması ve kişiyi gerçeklerden koparması nedeniyle yoğun kaygı yaşamaması ya da gerçekle yüzleşmemek ve yoğun kaygı yaşamamak için kişinin devamlı kaygı yaratan durumdan uzak durması veya i dünyasında bu durumu algılamasını engelleyici savunmalar geliştirmesi de sağlıksızlık işaretidir.

Rogers ise bireyin içsel eğilimlerini kendini gerçekleştirmeye ve bütünlüğe yönelik olmakla birlikte bu eğilimi gerçekleştirmede; benliği kabul edebilme, benliğin içten ve dıştan gelen uyarıcılara açık olması, benliğin yaşantılarını gerçeğe uygun bir biçimde simgeleştirmesi,

benlikle yaşantı uyumsuzluğu olan durumları fark etmesi, bireyin tüm yaşantılarını benlikle tutarlı hale getirebilmesi, sağlıklı benlik nitelikleridir demektir. Bu niteliklerin hepsinin meydana getirdiği bütünüyle işler kişilik, yani içinde bulunduğu ana göre kendini gerçekleştiren kişi sağlıklıdır (Akt. Sargın, 2012, s. 15-16).

Görüldüğü üzere, ruh sağlığı kavramı çağa, topluma ve bireyin gelişim evrelerine göre değişmektedir. Bu değişkenliği ve ruh sağlığının göreceliğini de göz önünde tutularak, “Ruh sağlığı, kişinin var olan gücünü verimli bir şekilde kullanması ve çevresine etkin uyum sağlaması durumudur.” diye de tanımlanabilir. Bunu başarabilen kişi, kendini olduğu gibi benimsemiş; kendine karşı olumlu ve sağlıklı bir tutum geliştirmiş olan ve kendini saygın bir kişi olarak görebilen; gücünü verimli bir biçimde kullanabilen kişidir. İnsanın kendisini olduğu gibi kabul etmesi; kendi olanaklarını kullanarak gerçekleştirebileceği başarılarla ulaşmaya çalışması ve kendisiyle mutlu yaşamayı öğrenmesi demektir. Ruh sağlığı yerinde olan kişi, dış çevreye de yeterince yararlı olma isteği içindedir (Kozacıoğlu, Gördürür, 1995, s. 83).

2.1.2. Ruh Sağlığının Amacı

Kişinin ruhsal bozukluklara karşı kendini koruması için benliğini güçlendirmek ve yaşamdan istedikleriyle yaşamın ona verdikleri arasında uyum, denge oluşturmaktır. İnsan, yaşamı boyunca bu amaç uğrunda savaşım vermek zorundadır. Kişinin bireysel amaçlarını gerçekleştirmesi, beden ve ruh sağlığının yerinde olmasına bağlıdır. Bu savaşımı, ancak o zaman kazanması olasıdır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 9).

2.1.3. Ruh Sağlığının Önemi

Ruh sağlığı arzu edilen sürekli bir durumdur. Ancak ruh sağlığının yerinde olması bir kişinin hayatı boyunca hiç üzülmeceği, sıkıntı yaşamayacağı, stresli durumlarla karşılaşmayacağı anlamına gelmemektedir (Seven, 2008, s. 7).

Zaman zaman çeşitli nedenlerle insanların ruh sağlıkları bozulabilir. Bir yakının hastalığı veya ölümü, işini kaybetme, alıştığı çevreden uzaklaşma gibi durumlar söz konusu olabilir. Ya da her sağlıklı kişide farklı derecede bazı aşırılıklar, tutarsızlar veya uygunsuz davranışlar görülebilir (Dirim, 2003, s. 8). Asıl problem bu faktörlerle nasıl başa çıkılacağına yönelik bilgi, beceri ve olgunluk kapasitesine sahip olmaktır. Bu nedenle, doğayla, toplumla ve kendisiyle uyumlu bireyler kendini ve toplumu geliştirecek kapasiteye sahiptirler (Seven, 2008, s. 7).

2.2.Çocuk Ruh Sağlığı

Çocuk, her gelişim döneminde ayrı özellikler bütünü olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu nedenle çocuğun ruhsal gelişimine yardım edebilmek için anne, baba ve öğretmenlerin, onun bu dönemlerine özgü ruhsal özellik ve o dönemleri yaşayış biçimlerine göre geliştireceği kişisel özelliklerini iyi bilmeleri gerekir (Bakırcıoğlu, 2011, s. 19).

Çocuk her şeyden önce güçsüzdür; bakılmak, korunmak ve kollanmak ister. Bu nedenle anne babasına bağımlıdır. Sürekli deneme ve öğrenme içindedir. Bir yandan hızlı bir zihin ve dil gelişmesi vardır. Öte yandan mantıklı düşünme yeteneği sınırlı duygu ve düşüncelerini anlatım gücü zayıftır. Yaşantı ve deneyimlerinin azlığı nedeniyle çevresindeki olayları gerçeğe uygun olarak tartamaz. Gördüklerini yanlış algılar ve yanlış yorumlar. Olup bitenleri kendi hayal gücüne göre çarpıtır. Örneğin karanlık bir odaya giren dört yaşında bir çocuk korkuyla annesine koşup umacı gördüğünü anlatır. Umacıyı ayrıntılı olarak tanımlar, kendisini kovaladığını bile ileri sürebilir. Çocuk doğal olarak, anlayamadığı, kavrayamadığı olayları hayal gücünün yardımıyla açıklamaya çalışır (Sargın, 2012, s. 20).

Bütün bunların yanı sıra, hayali arkadaşlıklar kurma, isteklerinin anından yapılmasını isteme, duygu ve düşüncelerini açıklamakta sıkıntılar çekme, karanlıktan korkma, anne ya da babaya aşırı düşkünlük, korku ve kaygılarını aşırılaştırma, inatçılık gibi durumlar gelişim durumlarına göre, çocuklarda görülebilen davranışlardır.

Yetişkinlerin çocukların bu tutumlarına karşı davranış ve tepkileri, onların ileriki yaşlardaki ruh sağlığı üzerinde önemli rol oynamaktadır (Dirim, 2003, s. 9). Çocukların ruh sağlığının korunması, onların ileride sağlıklı yetişkinler olabilmeleri için hayatı önem taşımaktadır (Karataş, 2009, s. 28). Çocuklukta geçirilen yaşantıların, kişinin yetişkinlik döneminde karşılaştığı ruhsal bozuklukların temelini oluşturduğu unutulmamalıdır.

2.2.1. Çocuklarda Ruhsal Gelişim

Yetişkinler için söz konusu olan ruh sağlığı tanımı, genelde çocuklar için de geçerlidir. Ancak yaşına özgü sürekli ve hızlı gelişim ve değişimleri nedeniyle çocuk ruh sağlığı için değişik ölçütler kullanmak gerekmektedir. Örneğin; çocuk korkuları, yetişkin korkularına; çocukların yerine getirilmeyen istekleri karşısındaki tepkileri, yetişkinin bu durumda gösterdiği tepkilerine benzememektedir. Çocuk, her yaşta, ayrı özellikler bütünüdür. O halde çocuğun ruhsal gelişimine yardım edebilmek için, çocuğun her gelişim dönemine özgü ruhsal nitelikleri iyi bilinmelidir (Yörükoğlu, 1978).

2.2.1.1.Freud'a Göre Ruhsal Gelişim

Freud, yetişkin kişiliklerimizin yaşamımızın ilk beş ya da altı yılındaki deneyimlerimizle oluştuğunu savunur. Yetişkinler bazen çocuklukta olduklarından daha farklı kişiler haline gelmiş görünseler de Freud'a göre yetişkin kişiliğin temelleri çocukluk yıllarımızda oluşur. Freud'a göre her birimiz çocukluğumuzda bir takım gelişim dönemlerinden geçeriz. Her dönemin ana belirleyici özelliği, cinsel yönden birincil derecede duyarlı bölgedir ve her evrenin yetişkin kişiliğine bir etkisi olduğu için bu dönemlere psikoseksüel gelişim dönemleri adı verilir (Burger, 2006, s. 85).

Bütün çocukların geçtiği birinci dönem oral dönemdir. Hayatın ilk 18 aynı içine alan bu dönemde bütün ihtiyaç ve istekler ağız bölgesinde toplanmıştır. Bu dönemde çocuğun memeden kesilmesi oldukça kritik bir süreç oluşturur. Bu dönemde yaşanan ciddi sorunlar, psikik enerjinin saplanmasına ve oral-kişilik özelliklerinin gelişmesine neden olur. Oral kişiliğe sahip yetişkinler, diğer insanlara bağımlı, sürekli eleştiri yapan, saldırgan olmaya meyilli ya da çok fazla yemek yiyen, sigara içen bireyler olabilirler (Yalçın, 2010, s. 276, Burger, 2006, s. 87-88).

Freud'a göre çocuklukta, yaşamın 2. yılına doğru anal dönem başlar. Dışkılama daha önce bir refleks iken, annenin uyguladığı eğitimle denetim altına alınır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 39). Bu dönem, bedeninin kontrolünü elinde tutma savaşını verdiği bir dönemdir. Dışkı dönemi ilk aşamasında benlik gelişimi ileri düzeye ulaşırken, ikinci aşamasında da üst benlik gelişimi başlar. Annenin bu dönemdeki tutumu, dışkılamaya yönelik duyguları, çocuğun ileride edineceği kişilik özelliklerini ve değerleri önemli oranda etkiler; çocuğun ya sağlıklı ya da bozuk davranışlar geliştirmesine yol açar. (Bakırcıoğlu, 2002, s. 43). Tuvalet eğitimlerinin ne şekilde gerçekleştiğine bağlı olarak çocuklar, aşırı derecede düzenli, inatçı ya da cömert olabilirler. (Burger, 2010, s. 88).

En önemli psikoseksüel dönem çocukluğun 3-6 yaşları arasındaki fallik dönemdir. Aynı cinsten olan ebeveyn ile özdeşim kurmak dönemin temel adımıdır. Freud'a göre bu dönem erkekler için oedipus ve kızlar için ise elektra kompleks kavramları ile de tanınır. Kız çocuk babaya hayranlık duyar ve babasını kendine ideal eş olarak görür. Onunla yemek yapmayı, ona kazak örmeyi hayal eder. Kendi cinsinden olan anneyi de rakip olarak görür ve babadan uzaklaştırmaya çalışır. Erkek çocuk ise anneye hayrandır. Ona bakmayı, giysiler, mücevherler almayı, onu rahat yaşatmayı hayal eder. Bir yandan da babasını rakip olarak görüp onu kıskanır (Yalçın, 2010, s. 277).

Ödip kompleksinin çözülmesinden sonra çocuk, ergenlikten önceki gizil döneme girer (Burger, 2006, s. 90). Bu dönemde sosyalleşme kendini gösterir. Kendi cinsinden olan arkadaşları ile oyun oynamak önem kazanır. Çocuk, kişilerle iletişim kurmayı önemser, merak ve öğrenme baskındır. Bu dönem sağlıklı geçirilmezse kişi gelecek yaşamında dürtülerini aşırı denetim altına alan bir kişilik geliştirebilir (Yalçın, 2010, s. 279).

Ödipal dönemde anneye bağlı kalmış çocukların, çevreye ve okula uyumda zorlandıkları görülür. Yasaklanmış dürtülerini bastırırken o dönemin çözümlenmemiş kimi olaylarının anısını saklayan çocuklar, bu tatsız takıntıların yarattığı kaygıyı yaşarlar. Bununla birlikte çocukta bu dönemde hem anne babasına ve evine bağlı olma hem de onlardan bağımsız davranma eğilimi egemendir. Bu iki eğilim arasında denge sağlandığı ölçüde, çocuk uyumlu davranışlar sergiler. Aile bağımlılığı ağır bastığında ise okula uyumda güçlükler yaşamaktadır. Bunun sonucunda da çekingenlik, içe kapanıklık, aileye karşı direnç gösterme gibi uyumsuz davranışlar ortaya çıkmaktadır.

Olumsuz duyguların yatıştırılmasında, ruhsal gücün spor, sanatsal ve uygun toplumsal etkinlikler gibi alanlarda kullanımının sağlanması yararlı sonuçlar verir (Bakırcıoğlu, 2002, s. 45).

2.2.1.2. Erikson'a Göre Ruhsal Gelişim

Ericson, yaşam içerisinde her bireyin savunmasızlığın arttığı ve potansiyelinin yükseldiği bir dizi kriz ve dönüm noktasıyla karşılaştığını ifade eder. Ona göre bu krizler, uygun bir şekilde çözüldüğünde kişilik gelişimine ve psiko-sosyal uygunluğa katkıda bulunur. Her kriz ya da aşama, bireyin gelişimini biçimlendiren ve kişiliğini değiştiren daha önceki kriz ya da aşamaların üzerine kurulmaktadır (Yalçın, 2010, s. 280).

Kişilik, çevreyle çocuk arasındaki etkileşim sonunda, çevrenin onayladığı yönde gelişir. Ancak, kişilik, ne çevrenin kopyasıdır ne de tümüyle kendine özgü özellikler taşır. Her insan, hem kendine özgü özellikler edinir hem de ortamın bir parçası olur. Gelenek ve görenekleri yavaş değişen toplumda çocuk, o topluma uyum davranışlarını rahatlıkla kazanacağı için bu çocuk, yetişkin olduğunda çevresinin kendisinden ne beklediğini, kendisinin o çevreye neler vereceğini ya da vermesi gerektiğini bilir. Hızlı değişen toplumlarda ise, karşıt etkenler nedeniyle çocuğa, bilinçli ya da bilinçsiz olarak, uyumsuzluk aşılanır. Bu durumda çocuk, çevrenin ondan beklentilerinin neler olduğunu, kendisinin çevreye neler verebileceğini bilmez. Böylece ruhsal bozukluklar ortaya çıkar.

Erikson' un belirlemiş olduğu insanın sekiz çağı'nın bir bölümü, Freud'un ruhsal-cinsel gelişim evrelerine benzer. Erikson'a göre, her gelişim aşaması, yeni duygular ve tutumlar edinilerek aşılabılır. Kişinin kendine, kendi dışındakilere, dünya olaylarına bakış açısını, bu duygu boyutları ve tutumlar belirler. Duyguların boyutunu, tutumların içeriğini ve gelişimini her toplum, kendine özgü bir biçimde yapılandırır. O nedenle bu evreler toplumsal-ruhsal gelişim dönemleri olarak nitelendirilmiştir (Bakırcıoğlu, 2011, s. 102-103).

Erikson' un psikososyal gelişim kuramının çalışmamızla ilgili olan ilk beş evresinden birincisi temel güvene karşı güvensizlik olan, yaşamın ilk bir ya da iki yılını kapsayan dönemdir.

Yaşamın ilk yılında hayatta kalabilmek için bağımlı olduğu anne-babasının ya da onların yerine geçen kişilerin bebeğin temel gereksinimlerini düzenli bir biçimde karşılayıp karşılayamamaları, bebekte insanların güvenilir ya da güvenilmez oldukları biçiminde bir duygunun yerleşmesine yol açar (Yeşilyaprak, 2007, s. 130). Diğer bir deyişle, temel güven duygusu, diğer kişilerin bizimle ilgili olumlu duyguları olduğu, onlara inanabileceğimiz, güvенеbileceğimiz, yardım alabileceğimiz, diğer kişilerle bağlanabileceğimiz gibi olumlu duygu ve düşüncelerin temelini oluşturur. Güvensizlik ise diğer kişilere karşı olumlu duygu ve düşünceler geliştirmeyi engeller ya da sınırlar. Bu temel yapı bireyde uyumsuz ve normal dışı davranışların kaynağı olarak kabul edilir (Wolkfolk, 1984, s. 52).

Çocuğun 1-3 yaşlar arasını kapsadığı özerliğe karşı utanç ve şüphe, kas sistemindeki gelişmenin etkisi altında olduğu dönemdir. Çocuklar özellikle bu dönemde psiko-motor hareketlerindeki kontrol ve öz yeterliliği denemek ve bundan haz almak isterler. Bu dönemde çocuklar bağımsızlık kazanmak için çaba gösterirler. Bağımsızlık çocuğun hareketlerini ve vücudunu kontrol etmesi olarak değerlendirilir. Bu dönemi başarıyla atlatan çocuklar yeterlik duygusunu, kendine güveni, ayrıca öz değerlerini kazanmış olurlar. Bu yeterliliği yerine getiremeyen veya engellenen çocuklar bağımlılık duyguları yanında utanma ve kendi değerliliklerine yönelik şüpheyi yaşarlar (Arslan ve Arı, 2008, Rosenthal, 1981).

3-6 yaşlar arası dönemi kapsayan girişkenliğe karşı suçluluk duygusu dönemi, çocukları diğer çocuklarla etkileşime girdiği ve sosyal bir dünyada yaşamının zorluklarıyla karşılaştığı dönemdir. Çocuklara diğer çocuklarla nasıl oynayacakları, çıkabilecek çatışmaları nasıl çözebilecekleri öğretilmelidir. Kendine oyun arkadaşı arayan, oyunlar ve benzer sosyal etkinlikler düzenlemeyi öğrenen çocuklarda girişkenlik duygusu artar. Hedef belirlemeyi ve zorluklarla başa çıkmayı öğrenir, başarma isteği ve amaç duygusu oluşur. Girişkenlik

duygusu geliştirmeyen çocuklar bu aşamanın sonunda suçluluk ve geri çekilme duygularıyla boğuşur. Amaçları yoktur ve sosyal ortamlarda pek girişkenlik gösteremezler (Burger, 2006, s. 166).

6-12 yaşlar arasındaki çocukların ilgileri, oyundan çok akademik ve sosyal konular üzerinde odaklanmaya başlar. Başarıya karşı aşağılık duygusu olarak nitelendirilen bu dönemde çocuk, sosyal ve akademik yönlerden kendi durumunu arkadaşlarının durumu ile kıyaslamaya başlayarak bundan doyum sağlamaya çalışır (Yeşilyaprak, 2007, s. 132). İlköğretim yılları ile örtüşen bu dönemde notlar, arkadaşları tarafından sevilip sevilme, öğretmenin ilgisi, spor ve diğer oyunlarda kazanma isteği gibi durumlarda kaçınılmaz olarak kendi yaşitlarıyla bir kıyaslamaya girerler. Eğer çocuklar başarılı olursa, yeterlik duyguları gelişir ve böylece toplumun aktif ve başarılı bir üyesi olma yolunda sağlam adım atarlar. Başarısızlık halinde ise yetersizlik duygusu ortaya çıkar, ileride üretken ve mutlu olma olasılıkları azalır (Burger, 2006, s. 166).

2.2.1.3. Adler'e Göre Ruhsal Gelişim

Adler'e göre insan, toplumsal bir varlıktır. Bunun için kendinden çok, topluma yönelik bir yaşam biçimi geliştirir. Bu bağlamda, öbür insanlarla ilişki kurmak, birey için bir gereksinimdir (Bakırcıoğlu, 2011, s. 90).

Adler, hepimizin yaşama bir aşağılık duygusuyla başladığımızı söyler. Güçsüz ve çaresiz bir çocuğun yaşamını sürdürebilmek için daha büyük ve güçlü yetişkinlere bağımlı olması, bunun ilk örneğidir. Adler'e göre bu algı, yaşam boyu aşağılık duygularımızla başa çıkmak için göstereceğimiz çabanın başlangıcıdır. Adler bunu üstünlük çabası olarak adlandırır (Ansbacher & Ansbacher, 1956, s. 103).

Adler'e göre neredeyse yaptığımız her Şey yaşamdaki engeller üzerinde bir üstünlük kurmak ve böylece aşağılık duygularımızdan kurtulmak üzere tasarlanmıştır. Neden yüksek not almak, sporda başarılı olmak, iktidar sahibi olmak için bu kadar çok çalışırız? Çünkü bunları başarmak bizi aşağılık duygularımızdan bir adım ileriye götürür.

Bununla birlikte Adler yaşamamızın ilk birkaç yılının yetişkin kişiliğinin oluşumunda son derece önemli olduğuna inanmıştır. Çocuğun ileriki yıllarında kişilik sorunu yaşamasına neden olacak iki tür anne baba davranışını belirlemiştir. Çocukların kendi sorunlarını çözmelerine, kendi karlarını almalarına fırsat tanımayan aşırı korumacı aile bunlardan birincisiyken, çocukların soğuk ve şüpheci olarak yetişmesine neden olan ihmalkâr aileler

de ikinci tip anne baba davranışını oluşturmaktadır. Buna ek olarak çocukların doğum sırasının da önemini vurgulayan ilk psikolog olan Adler, ailenin ilk çocuğunun, ortancadan; ortancanın da daha sonra doğanlardan daha farklı özellikler geliştirdiğini söyler. Ailenin en küçük ve en büyük çocuklarına göre ortanca çocuğun daha başarılı ve psikolojik sorun yaşamaya daha az eğimli olduğunu da vurgular (Burger, 2006, s. 152-155).

2.2.1.4. Jung' a Göre Ruhsal Gelişim

Jung, Freud'un anlayışına karşıt olarak, insanların yalnızca geçmişteki yaşantılar ile şekillenemeyeceğini ve geçmişlerinin dışında da ilerleme kaydedebileceklerini savunmaktadır. İnsan doğasının bir bölümü sürekli gelişmek, büyümek ve gelişimin dengeli ve tamamlanmış bir düzeye gelmesi için ilerlemektir. Jung'a göre, şimdiki kişiliğimiz, hem kim ve ne olduğumuz, hem de nasıl bir kişi olmayı ümit ettiğimiz düşünceleri ile belirlenmektedir. Kendini gerçekleştirme süreci geleceğe yöneliktir.

Kuramı, insanların tüm yeteneklerini kullanmaya veya yaşama geçirmeye doğru ilerleme eğiliminde olduğu varsayımına dayanmaktadır. Kişiliğin bilinçli ve bilinçaltı yönleri arasındaki uyumlu bütünleşme ile ifade edilebilecek birey olmaya ulaşmak doğuştan gelen temel bir amaçtır. Jung'a göre, bireyler hem yapıcı hem de yıkıcı güçlere sahiptir ve bütünleşmek için bencillik ve açgözlülük gibi ilkel dürtülere sahip doğamızı, karanlık yüzüyle kabul etmemiz gerekmektedir. Bu karanlık yüzü kabul etmek, varlığımızda bu boyutların baskın olduğunu göstermez; ancak bunların doğamızın bir parçası olduğunu bilmemiz gerekmektedir (Corey, 2008, s. 87).

Jung, rüyaların birçoğunun, yaratıcılığın da kaynağı olarak açıkladığı, kalın bilinçaltı katmanlarından gelen mesajları içerdiğine inanmaktadır. Bu kalın tabakayı, çok eski deneyimlerin güçlü ve kontrol edici deposu olarak, ortak bilinçaltı olarak adlandırmaktadır (Schultz, Schultz, 2001, s. 100). Jung, yalnızca çocukluk olaylarının değil aynı zamanda insanların kökenine ait olarak da her bir bireyin kişiliği ve geçmişi arasında bir bağlantı olduğunu ileri sürmektedir. Bu nedenle, rüyalar hem bireyin kişisel bilinçaltını hem de tüm insanlığın kolektif bilinçaltını yansıtmaktadır. Bunun anlamı, bazı rüyaların bireyin aile, evrensel insanlık veya daha önce yaşamış olan soylarımız ile ilişkili olmasıdır. Kolektif bilinçaltının içeriği, arketipler olarak adlandırılmaktadır. En temel arketipler; bürünülen kişilik persona, hayat kaynağı anima, kötü niyet animus ve gölgedir. Persona, kendimizi korumak için taktığımız bir maske veya toplumsal bir yüzdür. Animus ve anima her iki

cinsiyette de bir arada bulunan erkeksiliğin ve kadınsılığın biyolojik ve psikolojik yönlerini yansıtmaktadır. Gölgenin, çok derin kökleri bulunmaktadır. Gölge bizim karanlık yüzümüzdür ve sosyal yönden kabul edilemez düşüncelerimizi, duygularımızı ve eylemlerimizi temsil etmektedir. Bunları dışarıya yansıtarak reddetme eğilimi gösteririz (Corey, 2008, s. 88).

2.2.1.5. Sullivan' a Göre Ruhsal Gelişim

Sullivan'a göre, gerçek ya da hayal ürünü kişiler arası bir ilişki olmadan, kişilik var olmaz. Kişilik, "İnsanın yaşadığı ve varlığını bulduğu karmaşık kişiler arası ilişkilerden asla soyutlanamaz" (Sullivan, 1953, s. 10).

Freud gibi Sullivan da, kuramında kaygıya geniş yer vermiştir. Sullivan değer verdiğimiz kişilerle yaşadığımız ilişkilere dikkat çekmiştir. Zayıf toplumsal ilişkiler güvensizlik duygusuna ve kaygıya neden olur. Bu süreç yaşamımızın ilk birkaç ayında bile başlayabilir. Bebekleri ile iletişim kurarken gerginlik duyan anneler, bu kaygılarını çocuğa da yansıtırlar. İlk başta çocukların bu duygularla başa çıkmak için kullandığı bir yöntem yoktur. Ancak kısa bir süre sonra, çocuklar da kaygılarını azaltacak teknikleri öğrenmeye başlar. Bu faydalı mekanizmalardan biri seçici dikkatsizliktir.

Sullivan da, yetişkin kişiliğinin gelişiminde erken çocukluk deneyimlerinin önemini fark etmiştir. Özellikle anne çocuk ilişkisi ile ilgilenmiştir. Kişilik gelişiminin ilerleyen yıllarda da devam ettiğini belirtmiştir. Kişilik gelişiminde yedi önemli gelişim evresi belirleyen Sullivan, gelişim evrelerinin büyük oranda toplumsal durumlarla belirlendiğini söylemiştir. Yetişkin hastaları gözlemleyen Sullivan, bu kişilerin rahatsızlıklarının çoğunun, çocuklukta ve ergenlikte yakın ilişkiler kuramamalarından kaynaklandığını belirtmiştir (Burger, 2006, s. 179-180).

2.2.1.6. Horney' e Göre Ruhsal Gelişim

Horney, davranışın doğuştan gelen nedenlerden çok, toplumsal etkilerle belirlendiğini söyleyerek psikanalitik yaklaşıma iki büyük katkıda bulunmuştur. Bunlardan birisi: nevroz üzerine görüşleridir.

Horney'e göre, nevrotik hastaların ana özelliği, kişiler arası ilişkilerde benimsedikleri, kendine zarar veren tarzın içine sıkışmış olmalarıdır. Bu insanların başkalarıyla iletişime girerken kullandıkları yöntem, onların aslında çok istedikleri sosyal ilişkilerden uzak tutar.

Kişiler arası ilişkilerde kullandıkları yıkıcı tarz, kaygılarını azaltmak için yarattıkları bir savunma mekanizmasıdır.

Horney, çocuklukta yaşanan kişiler arası bozuk ilişkilere değinir. Özellikle kaygı duygusunu güçlendiren ailelerde büyüyen çocuklara dikkat çeker. Anne babanın yaptığı pek çok şey bu duygulara yol açabilir. Bundan dolayı, kendine değer vermeyen, anne babalarından korkan ve onlarla nasıl iletişim kuracağını bilemeyen; anlayamadığı bir nedenden dolayı anne babasının kendisini haksız bir yere cezalandırmasından korkan, kendisini yetersiz ve güvensiz hisseden, gereksinim duyduğu sıcaklığa ve desteğe ulaşmak isteyen ama başarısız olan çocuklar yetişir. Bu çocukların kafası karışıktır, korkak ve kaygılıdırlar (Burger, 2006, s. 174).

Horney'e göre çocuk, ruh sağlıklı bir yetişkin olabilmek için, gelişim sürecinde kendisinde kaygı ve güvensizlik yaratan etkileri ortadan kaldıracıdır. Ayrıca, insanlara yönelme, insanlardan uzaklaşma, ve insanlara karşı olma diye adlandırılan, üç gereksinimden birine yapışıp kalmamalı, üçünü de birleştirici olmalıdır. Bunu başarabilmesi için de temel kaygısı yoğun olmamalıdır. Çocuğun gelişiminden sorumlu olanlara düşen görev, ona bu olanağı sağlamaktır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 102).

2.2.1.7. Fromm' a Göre Ruhsal Gelişim

Fromm'a göre, kişinin ruhsal yönden sağlıklı olabilmesi için öncelikle toplumsal ve ekonomik güçlerin gerektirdiği gibi örgütlenmesi; örgütlü bir toplumun üyesi olarak insanın, bu güçler üzerinde egemenlik kurması ve onlara köle olmaktan kurtulması gerekir. Kişiyi olumlu özgürlüğü, ve tam gelişmiş bir benliği, beklenen yöndeki bu ekonomik ve toplumsal değişimler kazandıracaktır. İnsan, kendini mutsuzluğa sürükleyen etkenleri ancak, topluma egemen olduğu; ekonomik örgütlenmeyi insan mutluluğunu amaçlarına uygun duruma getirdiği; toplumsal oluşuma etkin olarak katıldığı zaman yok etmiş olacaktır. Toplumsal kişilik de insan doğası, toplum yapısına dinamik bir uyum sağladığında oluşacaktır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 139).

2.2.2. Çocuklarda Uyum ve Uyumsuzluk

Uyum, bireyin içinde bulunduğu çevrede kurduğu duyarlı ilişkilerle gereksinimlerini kendisi ve çevresindekiler için yararlı olacak biçimde gidermesi, isteklerini gerçekleştirmesidir (Bakırcıoğlu, 2011, s. 300).

Uyumlu çocuk, yaşının ve kendi özelliklerinin gerektirdiği bedensel, devinimsel, zihinsel, duygusal ve toplumsal davranışları gerçekleştirebilen çocuktur. Her yaşın ve dönemin ayrı gelişim gereksinimleri bulunmaktadır. Çocuk, döllenmeden başlayarak gelişim görevlerini başarıyla gerçekleştirdince hem yaşından beklenen uyumu sağlamış hem de bir sonraki dönemin gelişimi için gerekli olgunluğa ulaşmış olmaktadır (Bakırcıoğlu, 2002, s. 117).

Çocuk bir yandan, yeni yetenekler, yeni beceriler kazanarak çevresine daha iyi uyum sağlamakta, öte yandan, gelişmenin gereği olarak yeni sorunlarla karşılaşmaktadır. Çözümlendiği her sorun, aştığı her yeni engel, çocuğun ruhsal gücünü artırmaktadır (Yörükoğlu, 2002, s. 283).

Gelişim dönemlerinde karşılaşılan sorunlar olağan ve geçicidir, ancak çocuk bu dönemlerde çevresindeki yetişkinlerin yanlış tutumlarına maruz kalırsa veya sorunlarını çözerken engellemelerle karşılaşarsa, dönemsel diye nitelenen bu sorunların çözümü yeni gelişim dönemlerine ve çocuğun ileriki yaşlarına ertelenir (Kulaksızoğlu, 1998, s. 95). Meme emme, uyku, yemek yeme alışkanlığı kazanma, memeden kesilme, idrarını ve dışkısını tutmaya alışma, oyun oynama, öğrenim görme sırasındaki eksiklik ve aksaklıklar, çocuğun sonraki gelişim evrelerine birtakım sorunlar olarak aktarılmakta, bu sorunlar da sonraki evrelerde uyum güçlüklerine ya da davranış bozukluklarının artmasına neden olmaktadır. Örneğin, oyun çağında oyuna doyamamış ya da arkadaşlık ilişkisi kuramamış bir çocuk, okul çağında oyunlara katılmakta, yaşlılarıyla yarışmakta güçlük çekmekte, içinde bulunduğu gelişim evresinde kendisinden beklenen olgunluğun gerisinde kalmış olduğu için, uyumsuzluk yaşamaktadır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 300).

Uyumsuzluk, çocuğun çeşitli ruhsal ve bedensel nedenlere bağlı olarak, iç çatışmalarını davranışına aktarması sonucu ortaya çıkar. Başka bir deyişle, bu çocukların çevreleriyle ilişkileri sürekli olarak gergin ve sürtüşmelidir. Sürekli hırçnlık, sinirlilik, geçimsizlik, kavgacılık, okuldan kaçma, çalma, yangın çıkarma, sürekli başkaldırma ve kuralları çiğneme gibi belirtiler bu kümede toplanır (Yörükoğlu, 2002, s. 287).

2.2.3. Çocuklarda Uyumsuzluk Nedenleri

Çocuklarda ruhsal uyum ve davranış sorunları farklı etkenlerden de kaynaklanabilir. Aileyi tümünden sarsan, aile birliğini ve düzenini bozan baskı ve zorlayıcı dış etkenler de gelişimi yolundan saptırırken, çocuğun yapısı ve geçirdiği hastalıklar, anne-babanın tutumu, çocuğu yetiştirme tarzı da uyumsuzluk düzeyini etkilemektedir (Yörükoğlu, 2002, s. 284). Bunlar arasında ağırlığın, aile çevresi ile ilgili olanlarda olduğu görülmektedir. Bu nedenlerin belli başlıları ise şunlardır: (Köknel, 1981)

Aile içi ilişkileri ve etkileşimin bozuk oluşu.

Anne babanın ilgisizliği ya da aşırı ilgisi.

Anne babanın boşanmış olması ya da ailenin parçalanmışlığı.

Annenin, babanın alkol, uyuşturucu maddeler kullanması.

Çocuğa baskıcı, tutarsız, kararsız bir disiplin uygulanması.

Çocuğun yersiz, yanlış ve aşırı cezalandırılması.

Çocukla ilişkilerde kararsız, insiyatifsiz davranılması.

Anne babanın işsiz, ekonomik sıkıntı içinde olması.

Çocuğun okul başarısının düşüklüğü.

Kötü arkadaşlarla birliktelik.

Çocuktaki beklenti zayıflığı ya da yokluğu.

Aşırı toplumsal baskı, özgürlüklerin kısıtlanmasıdır.

2.2.4. Çocuklarda Uyumsuzluk Belirtileri

Gelişim dönemleri içerisinde çocuklar, sorun olabilecek pek çok ruhsal belirti gösterebilmektedirler. Çocuk bir yandan, yeni yetenekler, yeni beceriler kazanarak çevresine daha iyi uyum sağlamakta, öte yandan, gelişmenin gereği olarak yeni sorunlarla karşılaşabilmektedir. Kişilik, sürekli bir uyum çabası sonucu oluşmakta, biçim almaktadır. Çözümlediği her sorun, astığı her yeni engel, çocuğun ruhsal gücünü arttırmaktadır (Yörükoğlu, 1998, s. 283).

Saldırganlık, çalma, kıskançlık, yalancılık, inatçılık, öfke, sinirlilik, korku, kaygı, bağımlılık, utangaçlık ruhsal uyumsuzluğun belirtileri arasında gösterilmektedir (Aydın,

2007, 83-126; Kırkıncıoğlu, 2003, 114-127; Nazik, 2003, 51-80; Yörükoğlu, 1998, 285-332).

Ruhsal uyum belirtilerinden olan davranış bozuklukları ve duygusal bozukluklar bu doğrultuda açıklanmaya çalışılmıştır.

2.2.4.1.Çocuklarda Davranış Bozuklukları

Davranış bozuklukları; çocuğun çeşitli ruhsal ve bedensel nedenlere bağlı iç çatışmalarını, davranışlarına aktarması sonucu ortaya çıkar. Hırçınlık, sinirlilik, saldırganlık, inatçılık, yalan, çalma, küfür gibi davranışlar davranış bozukluklarına girer (Karataş, 2009, s. 99).

2.2.4.1.1. Saldırganlık

Saldırganlık psikolojik ve fiziksel zarar verme amacıyla yapılan her türlü davranıştır (Seven, 2008, s. 131). Saldırganlık, insan ve hayvanda doğuştan var olan, bireyin yaşamını sürdürmesi için gerekli bir dürtüdür. Ancak, insan hayvandan farklı olarak bu dürtüsünü engelleyebilir, kontrol edebilir (Dirim, 2003, s. 98).

Freud da saldırganlığın doğuştan geldiğini; ölüm içgüdüünün etkisiyle ortaya çıktığını ileri sürmektedir. Öyle de olsa, bu saldırganlığın doğal ölçüler içinde amacı, canlının kendini koruması ve savunmasıdır. Saldırganlık, hayvanlarda bu doğal amacına hizmet etme sınırları içinde kalırken, insanlarda, olumsuz çevresel nedenlerle yıkıcı, öldürücü şiddetlere varmaktadır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 328).

Çocuklukta sık görülen yaramazlık, itişip kakışma, ara sıra geçimsizlik ve kavgalar, bir çocuğu saldırgan olarak tanımlamaya yetmez. Burada söz konusu olan tutum ve davranışta süreklilik gösteren saldırganlıktır. Saldırgan çocuk, ruhsal sorunları nedeniyle yaşlıları ve genel olarak çevresiyle uyumlu ilişkiler kuramayan çocuktur (Sargın, 2012, s. 105). Hemen hemen her zaman gergin, sürtüşmeli, saygısı, kural tanımaz ve kavgacı davranışlar sergiler. Başka insan ve hayvanlara zarar vermekte, başkalarının eşyalarını kırıp dökmektedirler. Arabaları çizme, arabaların camlarını kırma, insanların evinde, iş yerinde yangın çıkarma, özel eşyaları kırıp dökme, yok etme, bunların sıklıkla verdikleri zararlardır. Birinin evine gizlice giren, arabasını çalan, özel eşyalarını gizlice alan; silahlı soygun yapıp kaçan, çanta kapıp kaçan, insanları soyan; insanlara pervasız davranan, saldırgan, gözdağı veren; insanlarla alay eden, kavga çıkarmak için neden arayan; bu kavgalarda sopa, bıçak, tabanca,

kırık şişe ve benzeri ile insanları yaralayan çocuk ve ergenler bu gruba girmektedir (Bakırcıoğlu, 2011, s. 327).

Çocukta saldırganlığın en temel nedeni aile içinde ya da okulda karşılaştığı engelleme ve kısıtlamalardır. Dayağa varan ağır cezalar, aşırı sert ve hoşgörüsüz tutum, evdeki eğitimin tutarsız oluşu, televizyon ve sinema filmlerindeki şiddet içerikli programlar, aile içi şiddet, çocuğu sevgi ve ilgiden yoksun bırakma çocukta saldırganlığı artırır (Dirim, 2003, s. 98).

Saldırgan çocuk, doyumsuzluğunu ve sevilmediğinin bilincinde değildir. Sevilmek, benimsenmek, gereksinimlerinin karşılanmadığını görerek umudunu yitirir. Çocuk, kendisindeki bir kusur ve eksik nedeniyle itildiğini ve sevilmediği sonucuna varır. Olumsuz davranışlarını, aileyi sınamak için kullanır. Daha çok tepki gördükçe, sevilmediği duygusu iyice pekişir. Cezalandıkça bu suçluluk duygusu bir süre için yatışır. Artık suçunu ödemiştir ve yeni saldırgan davranışa hazırdır. İtildikçe, anne babaya yakınlaşmak, onlarca sevilip benimsenmek eğilimlerini içine gömer. Yalancı bir güven ve bağımsız tutum takınır (Sargin, 2012, s. 106).

Çocukta saldırganlık davranışının giderilmesi ya da alışkanlık haline gelmeden önce önlenmesi için; çocuğun temel ihtiyaçlarının zamanında karşılanması, çocuğa evde taşıyabileceği kadar sorumluluk verilmesi, toplum içinde kaynaşmasının sağlanması, çocuğun saldırı ve şiddet içeren filmler izlemesine izin verilmemesi, çocuğa sevgi ve ilgi gösterilmesi gerekmektedir (Kırkıncıoğlu, 2003, s. 121). Bununla birlikte çocuğa, saldırganlık dürtüsüne uygun bir boşaltım kapısı açılmalıdır. Bu konuda yapılacak en doğru işlerden biri de böyle çocukları, yaşına ve ilgisine göre, bir spor dalına ya da başka yapıcı, yaratıcı etkinliklere yöneltmektir (Bakırcıoğlu, 2011, s. 329).

2.2.4.1.2. Çalma

Çalma, başkasına ait olan herhangi bir şeyi izinsiz olarak almaktır. Çalma davranışı, başkalarının eşyalarını izinsiz kullanma, başkalarının eşyalarına zarar verme, bu eşyaları kendi mülkiyetine geçirme şeklinde kendisini gösterir (Karataş, 2009, s. 118). Bütün çocuklarda belirli bir yaşa kadar normal gelişimsel özellik olarak görülür. Okul öncesi çocuğun benmerkezci oluşu ve bilişsel olarak çalmayı kavrayacak olgunluğa gelmemesi bunun nedenidir. 2-4 yaşlarında çocuklar bu terimi dillerinde kullanabilirler. Kötü bir şey olduğunu bilirler fakat çalmanın ne olduğunu kavrayamadıklarından bu onlar için anlamlı olmaz. Bu yaşlarda çocuklar hayal dünyasında yaşarlar. Bu nedenle de çevrelerinde

gördükleri nesnelere almak ve kullanmak isterler (Seven, 2008, s. 127). Çocuklar özellikle 5-8 yaşları arasında değersiz eşyaları izinsiz alma ya da çalma davranışına yönelebilirler (Karataş, s. 118). Annelerinin mutfaktaki bozuk paralarını aşırma, okulda arkadaşlarının çok hoşlandıkları renkli kalemlerini, silgilerini aşırma gibi davranışlar görülebilir (Bakırcıoğlu, 2011, s. 317). Ancak bu yaştaki çocukları hırsız olarak nitelendirmek doğru değildir. (Karataş, 2009, s. 118).

Çalma davranışı, ilköğretim yıllarından itibaren süreklilik gösteriyorsa çocukta bazı psikolojik sıkıntılar olduğu düşünülebilmektedir (Karataş, 2009, s. 118).

Çocuğun çalmaya yönelmesinin önemli nedenlerinden biri, başıboş bırakılmış, belli kurallara alıştırmamış olmasıdır. İkinci bir neden, sevgi saygı yoksunluğudur. Çocuk, bu yoksunluğun yarattığı boşluğu, bilinçdışı savunma mekanizmalarını işleterek, çaldığı eşya ya da parayla doldurmaya yönelir. Çocuk, sevgi ve ilgisini kendisinden esirgeyen anne babasından, arkadaşlarından, öğretmeninden öç almak, onları uğraştırmak amacıyla da bir şeyler çalabilir. Ancak, yaptığı davranıştan suçluluk duyduğunda, çalma olayının bir biçimde görülmesini sağlayabilir ve sonuçta alacağı cezayla, suçluluk duygusunun verdiği acıyı hafifletmeye çalışır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 317).

Çocuğun çalma davranışının önlenmesi ve iyileştirilebilmesi için; çocuğa iyi model olunmalı, kendine güvenini ve öz saygısını oluşturmaya çalışılmalı, sosyal ilişki ve bütünleşmelerini sağlanmalı, çocuğun yaşadığı alanlar kontrol altında bulundurulmalı, çocuğun yaptığı davranış karşısında, bu davranışın çocuğu başına geldiğinde neler hissettiği sorularak duygularıyla yüzleştirilmeli, çocuğa görev ve sorumluluk verilmeli, ilgi, sevgi gösterilmelidir (Karataş, 2009, s. 119).

2.2.4.1.3. Kıskançlık

Kıskançlık, sevilen kişinin, başka birine ilgi göstermemesinin ya da ilgi gösteriyor sanılmasının yol açtığı gücenme ve çekememe duygusudur. Kıskançlık bir yere kadar doğal ve evrensel bir duygudur. Ancak, çevreyi sürekli rahatsız, tedirgin eden duygu ve tepkilerin ortaya konulmasına yol açan düzeydeki kıskançlık, bir davranış bozukluğunun varlığını ortaya koymaktadır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 309).

Çocuk yetişkin herkeste kıskançlık görülür. Fakat herkeste aynı düzeyde değildir. Kimi insanda kıskançlık kimseyi rahatsız etmez iken; kimi insanda çevredekileri ciddi anlamda rahatsız edici boyuta ulaşır.

Çocuklarda en belirgin kıskançlık olayı yeni kardeşin doğmasıyla görülmeye başlar (Seven, 2008, s. 134). Çocuk, kıskançlığını türlü yollarla ortaya koyar. Kimi zaman, kardeşini sevmediğini açıkça söyler, kimi zaman ise, kıskançlığını davranış bozukluğu biçiminde sergiler. Örneğin; yeni doğan kardeşinin kimi davranışlarını benimseyip, onları yapar. Altını ıslatmamayı ve kirletmemeyi, konuşmayı, yürümeyi öğrenmişken, kardeş dünyaya geldikten sonra, o da kardeşi gibi altını ıslatmaya ve kirletmeye, bebekçe konuşmaya, emeklemeye, parmak emmeye başlar. Çocuğun ruh sağlığını büyük ölçüde etkileyen bu davranışların altındaki amaç, anne babanın bunları yapan kardeşine yönelen sevgi ve ilgisini kendi üzerine çekmektir (Bakırcıoğlu, 2011, s. 310).

Kardeşin gelişinden sonra daha az sevildiğini düşünen çocukta bir de anne babasına güvensizlik ortaya çıkabilmektedir. Çocuk, bu güvensizliğini tırnak yeme, saçlarıyla oynama, istenç dışı hareketler yapma, sivilce çıkarma, konuşma bozuklukları, kekeleme, uyku düzensizlikleri, rüyasında korkunç yaratıklarca kovalanmaca, uykuda konuşma ve bağırma, birdenbire uyanma, annesinin yanında yatmak isteme gibi tepkilerle ortaya koymaktadır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 310).

Bu davranışlarından dolayı çocuğu azarlama, suçlama ve cezalandırma, kıskançlığı şiddete, saldırganlığa, ikiyüzlü davranışlara dönüştürmektedir. Kıskançlığın ortaya çıkardığı davranışlar tanınarak, bunlara yol açan nedenleri önleyici önlemler alınmadığında, çocuk büyüdükçe, onun saldırganlığı da büyümektedir. Saldırganlığını arkadaşlarına, anne babasına, öğretmenlerine, yöneticilere, her türlü otoriteye ve tüm çevreye yöneltebilmektedir. İşin bu noktalara varmaması için, kıskançlık tepkilerinin zamanında tanınıp değerlendirilmesi gerekmektedir. Çocuktan, hakkı olan sevgi ve ilgi esirgenmemeli; azarlama, suçlama, cezalandırma, karşılaştırma gibi yanlışlıklar yapılmadan, çocuğa özgüven kazandırılmalıdır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 311).

2.2.4.1.4. Yalancılık

Yalan, başkalarını aldatmak amacıyla kasıtlı olarak uydurulmuş sözlerdir (Dirim, 2003, s. 104). Ancak, çocuğun söylediği her yalan, bu tanıma girmemekte; onun için, davranış bozukluğu olarak nitelenmemelidir. Çocuğun düşünle gerçeği ayıramadığı yaşlarda, gerçek olmayan olayları gerçekmiş gibi anlatması; içinde bulunduğu yaşın gelişim gerçeğinin gereği olarak abartılı konuşmaları; bir özlemini dile getirmek amacıyla anlattığı gerçek dışı olay ya da olgular yalan kapsamında düşünülmemelidir (Bakırcıoğlu, 2011, s. 316). 3-4

yaşlarda çocuğun benmerkezci düşünme tarzı ve olaylara ve nesnelere hayali olarak yaklaşması gerçek dışı konuşmaları normal kılmaktadır. Çocuk hayal dünyasına göre nesnelere oynamakta, sınırlı bilişsel yapısı ile de onları yorumlamaktadır. Bu yorumlar çoğunlukla kendi isteği gibidir. Fakat hayali ve abartılı söylevlerden de kendini alamamaktadır. Bu söylevler bir bakıma “masum yalanlar” dır (Seven, 2008, s. 130). Bu yüzden çocuğa hemen yalancı etiketini yapıştırmak son derece yanlıştır. Onu aşağılamak, kızmak durumu düzeltmez, kötüleştirir. Yalanı düzeltmek için çocuğun neden yalan söylediğini bulmak gerekir (Kırkıncıoğlu, 2003, s. 127).

Çocuğun sevgi ihtiyacının anne-babası tarafından yeterince karşılanamaması, çocuğa çevresindeki insanların kötü örnek olması, çocuklara hoşgörülü davranılmaması sonucu, çocukların yaptıkları hataları yalan söyleyerek kapatmaya çalışması, çocuğun gücünün üstünde sorumluluk yükleme sonucu onun başarısızlığını yalanla örtmeye çalışması, çocuklar arasında mukayese yaparak onları yalana zorlaması, çocuklara yeterli güven duygusunun verilmemesi çocuğu yalan söylemeye iten nedenlerden olmaktadır (Kırkıncıoğlu, 2003, s. 127).

Yalancılık için alınacak en iyi önlem, özellikle anne babanın, çocukla güvene dayalı, sıcak, dürüst ilişkiler kurmasıdır. Çocuğu korkutarak, utandırarak eğitmeye kalkmak gibi uygulamalardan uzak durulmalıdır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 317).

2.2.4.1.5. İnatçılık

İnatçılık, bireyin makul bir nedeni olmaksızın, bir fiilde ısrar etmesi, davranışını, düşüncesini, durumunu değiştirmeye direnmesi olarak tanımlanmaktadır (Seven, 2008, s. 136). Çocukluk döneminde, 3-4 yaş, negatif dönem olarak kabul edilen inatçılık dönemidir. Kişilik gelişiminin bir bölümü olan benlik gelişimi bu yıllarda oldukça hızlıdır. Çocuk kendisini bir birey olarak kabul ettirmek ister. Kendini gerçekleştirmek için yetişkinlere hayır demekten zevk alır. Bunda direterek kendisini yere atar, tepinir, ağlar ve sonunda dediğini yaptırır (Kırkıncıoğlu, 2003, s. 118).

9-13 yaş arası “ön erinlik” dönemi çocukta ikinci inatçılık dönemidir. Bu yaşlar, çocukluktan erinliğe geçiş dönemidir. Bedensel ve ruhsal gelişim oldukça hızlıdır. Birey, adeta bu duruma ayak uyduramamaktadır. Çevresindeki yetişkinlerin tutarsız davranışları da onu inatçılığa zorlar. Kimi zaman çocuk, kimi zaman yetişkin tavrı takınarak bu dengesiz davranışlarıyla kendisini bir birey olarak kabul ettirmek ister. Ben, duygusu onun için çok

önemlidir. Bağımsız olma ister. Kendi isteklerinde diretir, kendi kurallarını koyar (Kırkınıoğlu, 2003, s. 118).

İnatçılık bir sorun olarak çocuğun kendine ve diğerlerine sürekli olarak zarar vermesiyle kendini gösterir. İnat davranışları evden ve okuldan kaçma, soğuk havada dışarıda bekleme, sürekli küskünlük, eşyalara veya oyuncaklara zarar verme şeklinde görülebilir (Seven, 2008, s. 136).

Erken yaşlardaki çocukların inatçılık eğilimleri normal karşılanmalı, sert tepkilerden ve cezadan kaçınılmalı, anne baba olarak çocuğa karşı inatçı davranış sergilenmemeli, her durumda “hayır” diyerek çocuğun önüne engeller konulmamalı, anne-baba, çocuğu nelere izin verildiği, nelere izin verilmediği konusunda bilgilendirmeli, çocuğu hemen suçlamak yerine dinlemeli, davranışlarının nedenini sormalıdır (Seven, 2008, s. 137).

2.2.4.1.6. Öfke

Çocuğun üzücü ve beklenmedik bir olay karşısında ya da hareketlerinin engellenmesinde gösterdiği duygusal ifade biçimidir (Dirim, 2003, s.95). Engellenen çocuk bağırma, tepinme, nefesini tutma, morararak çevresini korkutma gibi hareketlerle amacına ulaşırsa bu kalıcı davranış halini alabilir. Bu şekilde sıkça öfke nöbetleri geçirmesi çocuğun kişiliğini zedeleyebilir. Çocuk kaygılı, hırçın, tutarsız, kontrolsüz, saldırgan, içe kapanık, kendine güveni az, çekingen, huzursuz bir çocuk olur (Kırkınıoğlu, 2003, s. 117).

Çocuğun istek ve ihtiyaçları karşılanmadığında zaman zaman yetişkinler gibi öfke doğaldır. Ancak, sık sık öfke nöbetleri geçirmesi bir uyumsuzluk ve ruhsal bozukluk belirtisidir. Öfkenin çeşitli nedenleri vardır. Çocuğun uyku ve beslenme, temizlik, oyun gibi temel ihtiyaçlarının engellenmesi, haksız yere cezalandırma ve yasaklama, anne babanın öfkeli tutumları, bedensel rahatsızlık ve kusurdan dolayı bazı hareketleri yapamaması çocukta öfke yaratmaktadır (Dirim, 2003, s. 96).

Öfkeye sebep olan durumlara bakıldığında eğitsel tedbirlerle düzeltilebileceğini anlamak mümkündür. Bunlar; çocukların fizyolojik olarak rahatsızlıkları giderilmeye çalışılmalı, ihtiyaçlar yeterince ve zamanında karşılanmalı, çocuk öfkelenildiği zaman anlayışlı bir tutum benimseyerek nedeni araştırılmalı ve birlikte çözüm aranmalı, çocuklara davranışlarında örnek olunmalı, istekleri yalnızca öfkelenildiği zamanda değil normal zamanda da yerine getirilmeli, çocuklara verilecek ödül ve cezalar yerinde kullanılmalı, basit önlemlerle önlenemeyen öfke için çocuk konu ile ilgili uzmana götürülmelidir (Sargın, 2012).

2.2.4.1.7. Sinirlilik

Sinirlilik, çocuğun olur olmaz her şeye bağırıp, hırçınlaşması halidir. Sinirlilik de sık sık engellenen, hiçbir isteği yerine getirilmeyen, yeterince ilgi ve sevgi görmeyen, aile huzursuzluğu olan, anne ya da babası sinirli olan çocuklarda görülen duygusal bir özelliktir (Kırkincioğlu, 2003, s. 119). Bu çocuklar genellikle solgun, zayıf bünyelidirler. Çok çabuk kızar, tartışır hatta kavga çıkarırlar. Bedensel, ruhsal ve hareket ihtiyaçları yeterince karşılanmayan, gergin ve sinirli bir aile ortamında büyüyen, sosyal ilişkileri zayıf olan çocuklarda sinirlilik haline daha çok rastlanır (Dirim, 2003, s. 97).

Çocuğa gücünün üzerinde sorumluluk vermek, yapabileceğinden daha fazlasını beklemek, onu küçümsemek, alay etmek de sinirlilik nedeni olabilir (Dirim, 2003, s. 97).

Bundan dolayı, çocuklarda sinirliliği araştırılarak, ortadan kaldırılmalı, çocuğa yeterli sevgi ve ilgi gösterilmeli, çocuğun temel ihtiyaçları eksiksiz karşılanmalı, çocuk kardeşleri ya da arkadaşlarıyla mukayese edilmemelidir (Kırkincioğlu, 2003, s. 119).

2.2.4.2. Çocuklarda Duygusal Bozukluklar

Bu kümede yer alan sorunlar, çocuğun çevresinden çok kendisini tedirgin eden ruhsal belirtilerdir. Korkular, kuruntular, saplantılı düşünceler, uyku bozuklukları, kekemelik ve benzer sorunlardır. Bu belirtileri gösteren çocuklar çevreleriyle ilişkileri çok bozuk olmayan, gergin, güvensiz ve çekingen çocuklardır. Kendi iç sorunlarını dışa yansıtmaktan çok, kendilerine yönelten kaygılı çocuklardır (Yörükoğlu, 2008, s.288).

2.2.4.2.1. Korku

Korku, görünen ya da görünmeyen tehlikeler karşısında bireyin gösterdiği doğal ve gerekli bir tepkidir (Bakırcıoğlu, 2011, s. 305). Korku, tehlikelere karşı bir uyarı mekanizmasıdır. Korku ile tehlikenin atlatılmasını sağlayacak önlemler alınması gereği hissedilir. Bu önlemler kaçmak, saklanmak veya mücadele etmek şeklinde olabilir. Korku hissi gerilim, hızlı kalp atışları, kas gerginliği gibi belirtilerle kendini gösterebilir (Seven, 2008, s. 109).

Çocukta görülen korkunun yaşa göre değişen birçok kaynağı vardır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 305). Çocuğun ilk yaşında yabancılardan korkma hâkimdir. 2-3 yaşındaki çocuklar yüksek seslerden korkarlar. 4 yaşında yüksek seslerle birlikte dilenci, hırsız, öcü gibi korkular da görülmeye başlanır. 6 yaşında cadı, hortlak korkuları görülür. 7 yaşında doğaüstü varlıklar, karanlık ve medya haberleri korku nedenleridir. 9-12 yaşlarında ise okuldaki sınavlar, okul

performansı, ölüm, karanlık, yıldırım, gök gürültüsü gibi korkular yer almaya başlar (Seven, 2008, s. 110).

Zamanla, gelişim süresince bu tür korkular kendiliğinden kaybolur, fakat çocuk yaşlarında atılan korku tohumları, ileriki yaşlarda filizlenip boy atarak yaşam boyunca etkileri görülebilmektedir (Sargın, 2012, s. 93).

Psikologların yaptıkları araştırmalara göre, doğuşta görülen üç tür korku vardır. Bunlara temel korkular denir. Temel korkular şöyle gruplanabilir: dokunma duyusu organımıza uygulanan çok sıcak ve çok soğuk uyarıcılar, birdenbire olan yüksek sesler, yüksekte düşme tehlikesidir. Doğuşta görülen bu üç korku türü, sonradan çoğalır ve şiddet derecesi değişir (Sargın, 2012, s. 93). Bununla beraber belli başlı korku türleri aşağıdaki gibidir:

Gerçek korkular, somut olan nesne ve olaylara bağlı olarak gelişir. Örneğin; hayvanlardan, ani şiddet ve gök gürlemesi, şimşek çakması, karanlık gibi olaylarla karşılaştığı zaman duyulan korkulardır. Bu durumda tepkiler, o objeden uzaklaşma isteği, ağlama, nefes tutma gibi farklı davranış biçimlerinde görülebilir (Sargın, 2012, s. 94).

Hayali korkular, çocuğun hayal gücü gelişimine bağlı olarak, hayalinde yarattığı düşüncelerden, nesnelere korkmaya başlaması sonucu oluşurlar. Yangından ve hırsızdan korkma, filmlerin etkisinde kalma, karanlık bir yerde hayalet gördüğünü iddia etme gibi durumlar ortaya çıkar. Bununla birlikte gülünç duruma düşme, alay edilme, hor görülme, başarısız olma korkuları da gelişir.

Suçluluk ve güvensizlikle ilgili korkular, yanlış hareketlerden dolayı pişmanlıkla ilgilidir. Yaptığı yanlış hareketlerden duyduğu suçluluk duygusu, ruh sağlığını bozar. Çocukların anne-babayı yitirmek, üzmemek, yanlış yapmak, yalan söylemekten korktukları görülmüştür.

Yapışkan korkular, çocukluk yaşında atılan korku tohumlarının filizlenip boy atarak, yetişkinlik yıllarında da devam etmesi durumunda ortaya çıkar. Yapışkan korkuların büyük bir kısmı hayvanlardan korkma şeklinde olmakta, bunu hastalık, boğulma gibi vücuda zararı dokunan durumlar ve doğüstü güçler, karanlık, yalnızlık gibi korkular takip etmektedir.

Okul Korkusu, okula gitmek istememe ve bu isteksizliği çeşitli bedensel, ruhsal, tepkilerle ortaya koyma biçiminde ortaya çıkmaktadır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 306). Çocuk, karın ağrısı, baş ağrısı gibi nedenleri bahane ederek okula gitmek istemediğini söyler. İleriki günlerde üzerine gidildiğinde ağlayabilir ve tehditkâr davranabilir (Seven, 2008, s. 111).

Okul korkusunu temelinde aileden kopmama isteği gelir. Çocuk, aileden kopma korkusu ile

evden ayrılmak istemez. Diğer taraftan çocuğun okulla ilgili algısı, öğretmen ve diğer görevlilerin tutumu da önemli nedenlerdendir (Seven, 2008, s. 111). Bu durumda, anne babaya düşen görev, konuyu öğretmene de anlatarak, çocuğu mutlaka okula göndermek ya da götürmektir. Bu çocuklara yapılacak en iyi yardım ise onun sıkıntılarını anlayışla karşılamak ve anne baba olarak, öğretmen olarak onu desteklemek, onun yanında olduklarını ona duyumsatmaktır (Bakırcıoğlu, 2011, s. 308).

Gece Korkusu, çocuğun korktuğunu söyleyerek annesiyle veya anne ve babasıyla yatmak istemesi şeklinde ortaya çıkar. Bu korkuların temel nedenleri anne baba kavgalarını çocuğun saldırı olarak algılaması ve anneden veya babadan ayrılma korkusudur. Bu korkuların oluşmaması için her şeyden önce anne-babalar çocuklarının önünde tartışmamalıdır. Bunun yanında çocuğun şahit olduğu ortamlarda anne-babanın ayrılığı ile ilgili şakayla veya sinirle dahi olsa konuşmaktan kaçınmalıdırlar (Seven, 2008, s. 111).

2.2.4.2.2. Kaygı

Kaygı; fiziksel belirtilerle birlikte kendini gösteren normal dışı ve nedensiz ortaya çıkan aşırı korku halidir. Başka bir anlatımla korku verici durumu ortaya çıkma ihtimaline karşı tepkidir (Seven, 2008, s. 106).

Diğer duygular gibi kaygı da doğal bir duygudur. Her insan ya da çocuk bu duyguyu tatmıştır. Örneğin, başarısız olmaktan kaygı duyma, insanların alay konusu olmaktan kaygı duyma, yalnız kalmak kaygısı, aldatılmak kaygısı, fakirleşmek kaygısı, vb.

Kaygı da diğer duygular gibi zaman zaman duyulması normal olduğu gibi kronik hale de gelebilir. Çocukta olsun, yetişkinde olsun, günlük normal yaşamı olumsuz etkileyip onu başarısızlığa, içe kapanmaya, gerilemeye, tepki geliştirmeye, hırçınlığa, korkulu rüyalara, altını ıslatmaya, dışkı kaçırmaya, baş ve karın ağrılarına, bulantı, kusma, barsak düzensizliğine itiyorsa artık bu duygu kronikleşmiştir. Tedavi edilmesi gerekir. Kaygının fizyolojik belirtileri, nefes darlığı, terleme, düzensiz nefes alış, gerginlik, kalp çarpıntısı, ani sinirlenme, bel ağrısı, titreme, sürekli yorgunluk, kas gerginliği, baş ve mide ağrısı, barsak bozuklukları olarak kendini gösterir. Kaygıda aşırıya varılırsa saplantılı davranışlar (obsesyon) gelişebilir (Kırkincioğlu, 2003, s. 116).

Kaygının tedavisinde uygulanacak yol korkunun giderilmesindeki gibidir. Çocukta kaygının nedenini bulup ortadan kaldırmaya çalışmak, ona yeterli sevgi ve ilgiyi, arkadaş ve oyuncağı

sunmak gerekir. Kaygısıyla alay edilmemeli, anlayışla dinlenmeli ve birlikte çözüm bulmaya çalışılmalıdır (Kırkinciöğlü, 2003, s. 117).

2.2.4.2.3. Bağımlılık

Bağımlılığın gelişimini ve çocuklarda bağımlılık davranışını geliştiren ana-baba tutumları, son yirmi senede gelişim psikologlarının ilgisini çekmiştir. Bağımlılık veya bağımlılığı teyit eden davranışların tanımlaması oldukça güçtür. Bağımlılık çocuğun özel birisine karşı gösterdiği belirli davranışlardır. Çocuk diğer kişilere karşı “yadırgama” gibi adeta korku tepkileri verdiği bir dönemde kendisi için özel bir şahsa karşı belirli davranışlar gösterir. İşte bu durumda bağımlılığı, daha büyük çocuklarda veya erişkinlerde gördüğümüz bağımlılıktan ayırmak mümkündür (Aydın, 2005, s. 126).

Bağımlı bir çocuğun yaşlılarıyla ilişkisi çok sınırlıdır. Oyunlara ya hiç katılmaz ya da hep izleyici olarak kalır. Arkadaşlık ilişkisi kurarsa çoğunlukla kendinden daha girişken bir çocuğun kanadı altına sığınır. Paylanmaya hiç gelemez; çabucak ağlar. Güvensiz ve ürkek davranır, kendini savunamaz. Yaşlılarının itip kakmalarından, alaylarından çabuk etkilenir; ya annesine ya da öğretmenine koşar. Yeni durumlara uyması geç ve güç olur. Yabancılar yanında çok sıkılır ve konuşmak istemez. Kendi evi dışında hep tedirgin ve siniktir. Dışarıda çekingen ve sıkılgan olan çocuk, genellikle evden hırçın ve yaramazdır. İsteklerinin bekletilmeden yapılmasına alışmıştır. Dediği olmazsa tutturur, tepinir ve huysuzlaşır. Çoğunlukla her istediğini elde eder. Yemeğini annesi yedirir. Okul ödevlerini, annesi başında oturmadıkça yapmaz. Ana ve babasının dikkat ve ilgisini her an kendi üstünde tutmaya çabalar. Bağımlı çocuk, evde olsun okulda olsun yaşından daha çocuksu davranır. Girişken değildir ve kendine güveni yoktur. Kolay işlerde bile kendi başına davranmaktan, sorumluluk almaktan korkar. Yanında onu kollayacak biri olmadan edemez. Okulda sorun yaratmadığı için öğretmenin koruyuculuğu altına girer. Usluluğu ve ürkekliği nedeniyle hep kollanır. Çevrenin bu tutumu, onu daha çekingen yapar. Bağımlı çocuk zamanla bu zayıflığını ve güvensizliğini bir savunma aracı olarak kullanmayı öğrenir. Evde yedirip içirilen, bir dediği iki edilmeyen, okulda öğretmenin sevgilisi olup çıkan çocuk bağımlılık çemberini kolay kıramaz. Çocukta aşırı ve yaşına uygun olmayan bağımlılık, birçok ruhsal sorunun yeşermesine uygun olan bir toprak gibidir. Korkular, kekemelik, uyku bozuklukları ve başka birçok duygusal bozukluklar özellikle bağımlı çocuklarda kolay gelişir. Ruhsal sorunlar çıkmassa da, bağımlı kişilik çocuğun yaşamdaki başarısını ve uyumunu engelleyici

bir etken olur (Yörükoğlu,1998, s. 306).

2.2.4.2.4. Utangaçlık

Utangaçlık, çocuklarda belirli çağlarda normal bir duygudur. Çocukta, 0-2 yaşlarda yabancı yüzlerden kaçma, yüzünü saklama görülebilir (Kırkincioğlu, 2003, s. 121). 3-6 yaş döneminde ise aile bireyleri dışındaki insanlardan çekinip, uzak durabilir (Dirim, 2003, s. 99).

Utangaçlığı problem olarak algıladığımızda ise, çocuk kimsenin yanına çıkmak istemez, çıksa da konuşmaz; konuşurken kızarır, terler, kimsenin yüzüne bakamaz. İçine kapanıktır. Kendine güveni az, çekingendir (Kırkincioğlu, 2003, s. 121).

Genellikle otoriter anne baba tutumu, çocuğa değer vermeme ya da aşırı koruma, toplum içine çıkarmama, arkadaş edinmesini engelleme, çocuğu her fırsatta eleştirme, küçümseme, azarlama ve diğer çocuklarla kıyaslama yapma çocuğun utangaç olmasına yol açar (Dirim, 2003, s.100).

Çocukta utangaçlığı önleyebilmek ya da utangaç çocuğu tedavi edebilmek için, çocuğu teşvik edici davranışlarda bulunmalı, spor, halk dansları, güzel konuşma, grup lideri gibi faaliyetlere yönlendirmeli, çocuğun hatalarını hemen yüzüne vurmamalı, yapıcı tenkitlerde bulunmalı, herkesin farklı yeteneği olduğu, kendisinin de mutlaka iyi yapabileceği bir iş olabileceğine inandırmak gerekmektedir (Kırkincioğlu, 2003, s. 122).

2.3.Çocuk ve Spor

Spor, sağlıklı bir kuşağın geliştirilip, yetiştirilmesinde ana eğitim aracıdır. Bireylerin, refahı ve mutluluğu bir bakıma beden ve ruh sağlığının tam ve devamlı olmasına bağlıdır. İnsanların hayatlarını sağlıklı olarak sürdürmeleri, fizik ve ruhi gelişmelerini sağlamalarında sporun yeri büyüktür (Yetim, 2011, s. 165).

2.3.1. Sporun Tanımı

Spor evrensel kültürün bir parçası, dünyada dili, ırkı, dini farklı insanları bir araya getiren önemli bir araçtır. Spor, dünya barışına katkı sağlamak gibi önemli bir görev üstlenmiş olmakla birlikte aynı zamanda insanlara fiziksel yararlar sağlamak, ruh sağlığını olumlu

yönde etkilemek, sosyal ve moral değerlerde gelişme sağlamak amacına hizmet etmektedir (Tükenmez, 2009, s. 42).

Oyun, oyalanma, işten uzaklaşma aracı olarak tarih sahnesine çıkan spor günümüzde, politikadan-ekonomiye, turizmden-çevreye, ırkçılıkta-milli birliğe, uluslararası barıştan-dayanışmaya, propagandadan-reklama, boş zamanları değerlendirmeden-meslekleşmenin getirdiği iş bölümüne, kısacası, birey-toplum ve toplumlar arası yelpazede çok yönlü ve önemli etkileri olan sosyal bir kurumdur.

Spor çok yönlü bir kavram olduğundan, sporun tanımı konusunda değişik yazarlar, farklı tanım ve görüşler ortaya koymuşlardır (Yetim, 2011, s. 164).

Fişek; sporu, insanın doğayla savaşırken kazandığı ana becerileri ve geliştirdiği araçlı araçsız savaşım yöntemlerini, boş zamanındaki artışa paralel olarak tek ya da topluca, barışçı biçimde ve benzetim yoluyla, oyun, oyalanma ve işten uzaklaşma için kullanılmasına dayalı olarak estetik, teknik, fizik, yarışmacı ve toplumsal bir süreçtir, şeklinde tanımlamıştır (Fişek, 1983, s. 35).

Erkal'a göre spor, ferdin tabii çevresini beşeri çevre haline çevirirken elde ettiği kabiliyetleri geliştiren, belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, ferdi veya toplu olarak, boş zaman faaliyeti kapsamı içinde veya tam zamanını alacak şekilde meslekleştirerek yaptığı sosyalleştirici, toplumla bütünleştirici, ruh ve fiziği geliştiren rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgudur (Erkal, 1982, s. 119).

Voigt; sporun, isteğe bağlı olarak yapılan egemen değerler ve normların damgasını vurduğu bedensel hareketler olduğunu belirtmiştir (Voigt, 1998, s. 122-123).

Sonuç olarak spor, sağlıklı nesillerin yetiştirilmesi ve böylece çağdaş toplumların yaratılmasında önemli bir araçtır. Özellikle, çocuklar ve gençlerin beden ve ruhen sağlıklı, sosyal yönden gelişmiş birer kişilik kazanmalarına katkı sağlarken, diğer taraftan, yapıcı, yaratıcı, üretken kişilik, centilmen, sağduyulu, hoşgörülü, ahlaklı, düzgün davranışlı, kendine güvenli beşeri münasebetleri düzgün örnek bir insan olarak yetişmesinde büyük katkılar sağlar (Yetim, 2011, s.171).

2.3.2. Sporun Fiziksel, Bilişsel ve Psiko-Sosyal Gelişim Üzerine Etkileri

Spor, yakın ilişki kurma imkanı ve fırsatı yaratan çok önemli bir iletişim aracıdır. Günümüzde spor; geniş kitlelere yayılmış, her yaşta herkesin ilgi duyduğu ve yöneldiği bir etkinlik olmuştur. Spor etkinlikleri bireyin enerjisini, kaslarını, bilişsel yeteneklerini,

algılarını, hızlı karar vermesini, sosyal niteliklerini kullanmasını gerektirir. Bu özellikler sporun fiziksel, bilişsel, ruhsal ve sosyal yönlerinin olduğunu gösterir (Menteş, 2007).

2.3.2.1. Sporun Fiziksel Gelişim Üzerine Etkisi

İnsan gelişimi bir bütündür, ancak onu anlamak için bazı alanlara ayırmak gerekmektedir. Bu alanların başında da diğer bütün alanların temelini oluşturan fiziksel gelişim gelmektedir. Çocuk sağlıklı bir bedenle yaşamında kendisine yardımcı olacak becerileri geliştirir. Bedenini kullanan çocuk, devinimini gerçekleştirir. Devinim aynı zamanda çocuğun bilişsel ve psiko-sosyal gelişimi için gerekli etkileşimi sağlar. Fiziksel gelişimin diğer gelişim yönlerinin temelini oluşturması nedeniyle onların üzerinde önemli bir etkisi söz konusudur. Çünkü sağlıklı bir gelişim için sağlıklı bir bedene gereksinim vardır (Yeşilyaprak, 2007, s. 56-57).

Spor kişilere fiziksel olarak önemli kazanımlar sunar ve sağlık açısından önemli olan düzenli spor yapma alışkanlığının da kazanılmasına neden olur. Düzenli spor aktiviteleri ile kasların, kemiklerin, eklemlerin, kalp-damar sistemi ve fonksiyonlarının en uygun şekilde çalışmasını sağlamaktadır. Yapılan araştırmalar incelendiğinde spor yapan bireyin kas kuvvetinin geliştiği, enerji depolarının büyümesi ve kılcal damarların genişlemesi ile kas dayanıklılığının arttığı, çabukluk sağlayan uyarılarla kas kasılma hızının yükseldiği görülmektedir. Bunun yanı sıra fiziksel aktivite ve düzenli spor yapma alışkanlığı kalp ve dolaşım sisteminin daha düzenli çalışmasında rol oynamakta, yüksek tansiyon, şeker hastalığı, aşırı kilo, kolesterol ve hareketsizlik gibi risk faktörlerini önlemekte, zihin açıklığı ve ruhsal dengeyi korumakta, stresi önlemektedir (Şahan, 2007, s. 60-63).

Fiziksel aktivitenin önemini kavramış ve düzenli olarak spor yapan bireyler ileriki yaşamlarında da daha az sağlık problemi yaşamaktadır. Ani ölüm, kalp krizi, yüksek kan basıncı, şeker hastalığı, bağırsak kanseri ve depresyon riskinin azaldığı söylenmektedir (Pettifor 1999).

Özellikle çocukluk ve gençlik dönemlerinde ortaya çıkan şişmanlığın en önemli nedenleri, kalıtsal ve çevresel faktörler, yanlış beslenme alışkanlığı ve hareketsiz yaşam olarak kabul edilmektedir. Şişmanlık, koroner kalp, böbrek, diyabet, psikolojik uyum bozukluğu, karaciğer hastalığı vb. rahatsızlıklara sebep olmaktadır. Bu hastalıklar sebebiyle bireylerde hareketsel zorluklar ortaya çıkmaktadır (Yamaner, 2001, s.11).

Sonuç olarak, insan gelişiminin bütününde önemli bir rol oynayan fiziksel gelişimin korunması ve geliştirilmesinde önemli bir araç olan spor, kas-iskelet sistemine, kalp-dolaşım sistemine, metabolik ve fizyolojik gelişime olumlu etkiler sağlamaktadır. Bu olumlu etkiler ruhsal ve zihinsel gelişim açısından da sağlam bir alt yapı oluşturmaktadır.

2.3.2.2. Sporun Bilişsel Gelişim Üzerine Etkisi

“Bilişsel” kavramı bilgi, bellek, akıl yürütme, sorgulama, çözme ve düşünmeyi içeren bir gelişimdir (Gander ve Gardiner, 1993). Bebeklikten yetişkinliğe kadar, bireyin çevresindeki dünyayı anlamasını ve öğrenmesini sağlayan, aktif zihinsel faaliyetlerdeki gelişimdir (Senemoğlu, 2005, s. 32).

İnsanı insan yapan özelliklerden birisi de sahip olduğu bu bilişsel gücüdür. Bu sayede doğayla başa çıkmaya çalışarak kültürel değerler üretir, teknolojiyi geliştirerek yaşamı kolaylaştırır ve anlamlı kılar. Eğitim de insanın biliş gücünü geliştirmeye rehberlik eder. Bilişsel gelişim insanların gördüğü, duyduğu, dokunduğu tattığı nesnelere hakkında düşünmesini ifade eder. Bu düşüncenin içerdiği konular, etki tepki ilişkisini, olaylardaki ardışıklığı, nesnelere arasındaki benzerlik ve farklılığı anlamayı, objeleri kategorize edebilmeyi, mantık yürüterek cevaplamayı içerir. (MEB, 2011, s. 3).

Günümüzde çocuğun gelişimini, yalnız kalıtsal ya da yalnız çevresel faktörlerin etkisine bağlayan görüş artık önemini kaybetmiştir. Toplumsal çevre koşullarının ve özellikle yaşamın ilk yıllarında çocuğun içinde yaşadığı aile ve yakın çevresinin, çocuğa sağladığı olanaklar ve kazandırdığı deneyimlerin, onun duygusal, toplumsal ve zihinsel gelişimindeki rolüne önem veren görüşler giderek artmaktadır. Yeterli bilişsel gelişimin de ancak çocuğa gerçekleştirebileceği uygun yaşantıların sağlanmasıyla mümkün olacağı savunulmaktadır (Chazan, Laining and Jackson 1971, akt: Oktay, 2002, s. 275). Çocuğun bilişsel gelişimine katkıda bulunabilmek için sportif etkinlikler de uygun yaşantının önemli bir parçasını oluşturmaktadır.

Hareket, beden eğitimi ve spor öğretimi sonucu gerçekleşen öğrenmeler bilindiği gibi sadece psikomotor davranışlar ile sınırlı değildir. Örneğin; bazı sporcuların daha hızlı, daha çabuk, daha uzun veya daha güçlü olmalarına karşın, kendilerinden daha geride olan birçok sporcu kadar verimli olamadıkları görülmektedir. Bir futbol, voleybol ya da hentbol takımında fiziksel yetileri daha az olmasına karşın, bazı oyuncular takımları için daha önemli işlevlere sahiptirler. Aynı şekilde yaşı ilerlemiş, fiziksel yetileri açısından çok gerilerdeki bazı

oyunculardan hala vazgeçilemiyor olunmasının nedenleri vardır. Sözü edilen sporcuların diğerlerinde farklı olmasını sağlayan spora ilişkin bilişsel yetilerindeki farklılıktır. Çünkü psikomotor davranışın en üst düzey, olan duruma uydurma, yaratma, üretme becerisi sadece fiziksel bir yeti değil, yukarıda sözü edilen spora özgü bilişsel yetilerle ulaşılabilecek bir düzeydir (Topkaya, 2011, s. 31).

Çocukların gelişimsel dönemleri dikkate alınarak planlanacak sportif etkinlikler onların analiz ve sentez yapma, yaratıcı olma, problem çözme, sorgulayıcı ve eleştirel olma gibi niteliklerini geliştirip yetişkinlik dönemlerinde de sağlıklı düşünebilen bireyler olmalarına katkı sağlayacaktır.

2.3.2.3. Sporun Psiko-Sosyal Gelişim Üzerine Etkisi

Günümüzde hızla gelişen teknoloji, insan gücüne duyulan gereksinmeyi giderek azaltmış ve bunun sonucu olarak insanın doğal yapısına uymayan bir yaşam biçimi ile birlikte iş ve sosyal çevreden gelen baskılar, stresler dolaşım ve solunum sistemi hastalıklarını, özellikle gelişmiş ülkelerde başta gelen ölüm nedenleri arasına sokan faktörlerden olmuştur. Spor, çağdaş insanın karşısına dikilen bu tehlikeye karşı dinamik, güncel yaşamın getirdiği streslerden uzak bir ortam yaratarak çözüm getirmektedir (Gökhan, Olgun, Gürses, 1979, s. 2). Sportif faaliyetin içinde aktif olarak yer alan birey, bedenindeki teriyle birlikte ruhundaki sıkıntılarını da dışarı atmakta ve kafasındaki kaygılardan kurtulmaktadır. Spor, her şeyden önce bireyi teskin edici bir etkinliğe sahiptir (Çaha, 1999, s. 115).

Bireyleri spor yapmaya iten sebepler sadece hareket ve bedensel alanla sınırlı değildir. Başkalarıyla ilişki kurma isteği, yalnız kalma korkusu, sosyal bir varlık olma ihtiyacı da en az sportif ve sağlıklı olma isteği kadar etkilidir. Spor, insanın ruh sağlığını geliştirir, iradesini güçlendirerek kendisine olan güvenini kazanmasını ve şahsiyetinin oluşmasını kolaylaştırır, ferdin keşfedilmemiş özelliklerini ve yaratıcı yönlerini harekete geçirir, birlikte ve grup çalışmasını kolaylaştırır, karşılıklı dayanışmayı sağlar (Erkal, 1982, s. 120). Saldırgan davranışlar faydalı işlere yöneltilerek, kendine ve başkalarına saygı, sevgi ve güven ile başkalarını kabul etme duyguları gelişir (Yetim, 2011, s. 168).

Spor sadece fizikî ve psikolojik olarak ferdin eğitiminde kullanılmaz bununla birlikte bireylerde iş birliği ve sorumluluk sahibi olma, bireyin kendi kendine disipline olmasına da yardımcı olmaktadır. Sosyalleşmeyi bireyin içinde yaşadığı toplumun değer yargılarına uygun davranış geliştirme süreci olarak ele aldığımızda, spor bireyin şekillenmesinde

vazgeçilmeyecek bir olgu olarak karşımıza çıkmaktadır (Şahan, 2007, s. 59-60). Spor, bireyin sosyal hayat alanında geçerek insanın ruhundaki “başarma” ihtiyacına karşılık verir. Bireyin ruhundaki savaşçı, kavgacı enerjisi, barışçı, dostane bir zemine çekerek “çatışmayı”, “karşılama” dönüştürür. Spor bu yönüyle bireye, oyun içindeki rekabet ve yarışma ortamında “üstün gelme”, dolayısıyla “başarma” zevkini tattırır ve onu hayata daha fazla bağlar (Çaha, 1999, s. 115-125).

Özellikle sporun eğitim alanında kullanılması öğrencilerin gelişim özellikleri açısından son derece önemli noktadır. Spor faaliyetleri ile uğraşan öğrencilerin kişiliğinin gelişmesi ve şekillenmesine katkı sağlamaktadır. Grup oyunları ile bireyler (öğrenciler) mensup olduğu grubun çıkarlarını kendi çıkarlarından önde tutmak zorundadır. Bunun sonucu bireyde mensubiyet ve fedakârlık duyguları gelişir. Birey sporun içinde haklarını koruma, başkalarına saygı, atılganlık, iş birliği ve paylaşma, kurallara uyma, doğru yanlış ayırımı yapabilme gibi özellikleri artarak gelişmektedir. (Şahan, 2007, s. 59-60).

Fiziki gelişimi etkilemesinin yanında bedene ve ruha hitap eden sosyal bir olgu olan sporun psiko-soyal açıdan etkilerini/yararlarını aşağıdaki gibi özetlemek mümkündür:

İnsanın sağlıklı, mutlu ve güçlü olmasını sağlar.

Arkadaşlık, liderlik, iş birliği, hoşgörü, takdir etme ve edilme özelliklerini kazandırır.

İnsanın kendini kontrol etmesini sağlar.

Kendine ve başkalarına saygı ve sevgiyi öğretir.

Sosyalleşmeyi ve sosyal sorumluluğu kazandırır.

Kolektif çalışma alışkanlığı kazandırır.

İş, görev ve mesleki sorumluluk kazandırır ve geliştirir.

Centilmenlik, dayanışma, risk alma, cesaret duygularını geliştirir.

Mücadele ve rekabet gücünü artırır.

İnsan ilişkilerini geliştirir.

Yapıcı, yaratıcı ve üretici yetenekleri geliştirir.

Kendine güven duygusunu artırır.

Bireyler arasında aidiyet duygusunu geliştirir.

İnsanın başarma duygusunu canlandırır.

Bireyin ruhundaki savaşçı, kavgacı enerjiyi barıştırıcı, dostane bir zemine eker.

İnsanın kişilikli ve iradeli olmasına katkı sağlar.

İnsanın sınırsız ihtirasını köreltir (Yetim, 2011, s.177).

2.3.3. Çocuklarda Spor ve nemi

Spor, insan bedenini fizikî yönüyle geliştirdiği gibi oyunlar, hareketler, yarışmalar vasıtasıyla aynı zamanda insan seciyesini, egosunu, davranış niteliğini, psişik yapısını belirleyen yeni bir bilim dalıdır (Güven, 2006 s.62). Sporun insan gelişiminde en etkili olduğu dönemlerden birisi de çocukluk çağıdır. Çocukluk döneminin farklı ve özel bir dönem olduğunun anlaşılması ve spor kavramının özelliklerinin gündeme gelmesi 18. yüzyıldan itibaren ele alınmaya başlanmıştır. Sporun sağlıklı bir toplumun oluşmasındaki önemin anlaşılması, dikkatlerin de çocukluk ağı fiziksel aktivite etkinliklerine yönelmesine neden olmuştur (Mengütay, 2006, s. 113).

Fiziksel aktivite çocuklarda, fizyolojik (düşük kan basıncı), anatomik (artan kemik kuvveti), biyokimyasal (artan HDL- kolesterol düzeyi), psikolojik (artan kendine güven) ve fiziksel (artan kuvvet, esneklik, dayanıklılık) gibi birçok yararlar sağlamaktadır (Gr, H. 2000). Psikolojik ve sosyolojik açıdan, çocukluk dönemindeki sporun, çocuğun bedensel özelliklerini ve ruhsal yapısını göz önünde bulundurarak, fiziksel kapasitesinin gelişimine yardımcı olacak, kendine güvenini sağlayacak, kurallara uymayı ve başkalarının haklarına saygı göstermeyi öğretecek oyun formunda çalışmalardan oluşması gerektiği ifade edilmektedir (Çamlıyer, 1997 s.20).

Organize edilmiş oyunlar, özellikle çok değerlidir, çünkü çocuklara otoriteye karşı reaksiyon göstermeyi ve otoriteyle anlaşmayı öğrenmek için ve aynı zamanda yaşıtları ile anlaşmayı göstermek için koşullar sağlar. Bu yol ile çocuklar kendisi ve başkaları arasındaki farkları görür, kendisinden daha iyi birilerinin bulunmasının kendi değerini ve başarısını azaltmayacağını öğrenir (Küçük ve Koç, 2015). Bununla birlikte oyun, çocuğun ruh sağlığı açısından da büyük önem taşımakta ve duygusal ilişkilerin başlatılması için en uygun ortamları hazırlamaktadır. Mutluluk, sevinç, acı, acıma, korku, kaygı, dostluk, düşmanlık, kin, nefret, sevgi, sevme, sevilme, güven duyma, bağımlılık, bağımsızlık, ölüm gibi pek çok duygusal tepkiyi ocuk oyun ve fiziksel aktivite ile öğrenmektedir (Başaran, 1992 s. 38).

Düzenli ve sistematik bir şekilde yapılan fiziksel aktivite, çocuğun kendine güvenini, sportmenlik gibi sosyal becerilerini, birlikte çalışabilme becerisini ve bazı fiziksel yetenekleri kazandırdığı gibi, yaşam boyu fiziksel aktivitelerden hoşlanmayı ve kişinin kendi bedenine saygı duymasını sağlar. Fiziksel aktivitelere katılan çocukların arkadaşlık ilişkilerinin daha iyi olduğu ve diğer alanlarda da başarı düzeylerinin yükseldiği bilinmektedir. Duygusal sağlık kapsamında da, fiziksel aktivite yapan çocuklarda depresyon ve sağlık için risk taşıyan davranışların görülme sıklığının daha düşük olduğu görülmüştür (Livanelioğlu, 2006, s. 21).

Çocukluk çağında düzenli fiziksel aktivite ve spor yapma alışkanlığının kazanılması daha ileri yaşlarda oluşabilecek bedensel bozuklukları önlemek, sağlıklı ve zinde olmak bakımından da çok etkili olmaktadır. Erken çocukluk döneminde var olan kendiliğinden hareketliliğin okul çağında organize sporlar ve düzenli egzersizler şekline dönüştürülebilmesi, erişkin dönemde fiziksel aktivite alışkanlığının yerleşmesine katkıda bulunmaktadır. Gelişmiş toplumlarda adolesan dönemde özellikle de kızlarda fiziksel aktivite oranının düşük olması nedeniyle, çocukluk çağından itibaren adolesan dönemi de kapsayacak şekilde fiziksel aktiviteyi arttırmaya yönelik çabalar giderek yoğunlaşmaya başlamıştır (Takken ve ark. 2003).

Spor, yalnızca sağlıklı gelişme için değil, aynı zamanda şahsiyet gelişimiyle zihinsel sağlık açısından da önemlidir. Çocuklar genelde eğlenmek, heyecan duymak, birlikteliği sağlamak, güç geliştirmek ve yeni beceriler edinebilmek için spor yaparlar. Spor yapan çocuklar kişisel deneyimlerini, yaratıcılıklarını geliştirir ve sorumluluk duygusu kazanırlar. Yardımlaşma ve iş birliği yapma, arkadaşlarına ve oyun kurallarına saygı gösterme gibi sosyal davranışlar da kazanarak olumlu bir benlik gelişimi sağlarlar.

İnsanların yetişkinlik çağında spora karşı olan tutumları, fizyolojik fonksiyonu geliştirecek özellikte ve emniyetli bir şekilde yapılan spor aktiviteleri ile olmalıdır. Gelecekte, toplumda sorumluluklar yüklenecek yetişkinlerin iyi alışkanlıklar edinmesine, gerek bireyler arası gerekse toplumlar arası iyi ilişkilerin kurulmasında ve devam ettirilmesinde çocukluktan başlayan sporun büyük önemi vardır (Mengütay, 2006, s. 113-114).

2.3.4. Farklı Spor Branşlarının Çocuk Gelişimine Etkileri

Çağımızın önemli bir sosyal olgusu olan spor, insanların yapısal, duygusal, sosyal denge ve uyumlarını sağlayan bir etkinliktir. Spor, fiziksel, zihinsel ve ruhsal zindeliğin temel kaynağıdır (Dolaşır, 2005).

Bireyin kişiliğinin gelişmesinde, karakterinin şekillenmesinde, kendine olan güveninin artmasında, sosyal bir insan olmasında, pratik düşünme yeteneğinin gelişmesinde, zihinsel olduğu kadar, bedensel ve ruhsal olarak da sağlıklı olabilmesinde önemli etkisi bulunmaktadır (İlhan ve Gencer, 2010). Bu yönü ile spor, bireyin kendi dar dünyasından kurtularak başka ortamlarda, başka kişilerden düşüncelerden insanlarla diyalog içinde bulunmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlayarak insanların gelişiminde önemli bir rol oynar. Spor dalının türü de, içerisinde barındırdığı bir takım psikolojik özellikleri (motivasyon, bireysel mücadele, takım ruhu, konsantrasyon ve motivasyon vb.) nedeniyle bireyin psikolojik ve duygusal durumunu farklı yönlerde etkileyebilir (Küçük ve Koç, 2004).

Bir bireyin başka bireylerle bir mücadele, uğraş ve karşılıklı etkileşime girmeden yapılan sporlara bireysel sporlar denilmektedir. Bireysel sporlar ile birey kendine güven, kendini denetleme, çabuk karar verme, doğruluk, haklarını koruma gibi özellikleri geliştirir ve kişi kendi yeteneklerinin farkına varır (Şahan, 2007, s. 58).

Futbol, basketbol, voleybol, hentbol gibi en az iki ve üzerinde sporcudan oluşan gruplar arasında yapılan spor etkinliklerine takım sporları denir. Başarı ve başarısızlık bütün takıma dağıldığı için sporcuların sorumlulukları ve ruhsal zorlanmaları daha azdır. Yardımlaşma, takım arkadaşlarını tanıma, onların yarışma esnasında neler yapabileceklerini kestirebilme gibi özellikler önemlidir. Ekiple çalışabilme, işbirliği yapabilme, başarı ve başarısızlığı paylaşabilme gibi özellikler ön plana çıkar (Kat, 2009, s. 37).

Karate, taekwondo, judo, boks, güreş gibi mücadele sporlarıyla uğraşan çocuklarda çözümleyici işlevlerin geliştirilmesi ve yarışmanın sürekli değişen koşullarında hızlı bir biçimde algılama ve hareket etme niteliği beklenen belirli özelliklerdir (Bompa, 2007, s. 14).

Davranış problemleri olan ergenlerde aikido antrenmanı, geleneksel tedaviye göre özsayıda daha fazla artış olmasını sağlamıştır (Madenlian, 1979).

Bir başka araştırma da ise, mücadele sporları ile uğraşan öğrencilerin bir yıllık antrenman süreci sonunda benlik kontrolü puanlarının arttığını, saldırganlık ve zarar verme duygularının azaldığı belirtilmiştir (Madden, 1995).

Hem judo (Greene, 1987) hem de karate (Gorbel, 1990) erkek ergenlerdeki davranış bozukluklarının azalmasında yardımcı olmaktadır.

Mücadele sporları, düşmanlık (Daniels ve Thornton, 1992), öfke (Brown ve ark., 1995) ve saldırganlık duygularında azalmaya neden olmaktadır (Madden, 1990; 1995). Aynı zamanda bu sporlara katılım daha rahat ve sempatik bireyler olmayı sağlar (Pyecha, 1970); özgüven (Spear, 1989) ve özsaygıyı (Finkenberg, 1990; Brown ve ark., 1995) artırır, kendini kontrol becerisini geliştirir (Brown ve ark., 1995).

Farklı mücadele sporlarının etkilerinin farklı olduğundan da söz edilmektedir. Foster'ın (1997) bir çalışmasında, aikido öğrencilerinde herhangi bir gelişme görülmezken, karate öğrencilerinin kişisel gerginlik puanlarında anlamlı azalma kaydedilmiştir. Yani, bazı mücadele sporları diğerlerine göre daha çabuk değişikliklere neden olmaktadır.

Çocuklardaki sportif davranışlar, onların aslında her yönden gelişiminde önemli rol oynamaktadır. Sportif oyunlara bir takım oyuncusu olarak katılma zamanla o çocuklarda karşılıklı yardımlaşma, beraber çalışma, diğer oyunculara ve oyunun düzenine saygı duyma hislerini geliştirir. Takım halinde çalışma zamanla çocuğa böyle bir ortamda nasıl hareket edeceğini öğretir. Takım halinde yapılan sporlar sayesinde insanlar ve gruplar arasındaki sosyal ilişki ve bağların kuvvetlendiğine, sosyal mesafelerin kısaldığına inanılır (Taşkiran, 1997, s. 33-34).

Çamlıyer ve Çamlıyer (2001) ilk yaşlarında hareket ve oyunu iletişim aracı olarak kullanan insanın, psikolojik nedenlerle hareketlerinin kısıtlanması ile içine kapanık kişilik özellikleri edinmesine neden olabileceğini belirtmiştir.

Hoffstetter ve diğ. (1990), erken yaşta spora başlayan bireyler üzerinde yaptıkları çalışmada; ilköğretim 6-14 yaş, orta öğretim 15-18 yaş ve yüksek öğretimde spora başlayanları incelemişler ve yetişkinlerin düzenli olarak yaptıkları egzersizle, sosyal öğrenme ve spor faaliyetlerinin sosyal yetkinlik beklentisi ile ilişkisini ortaya koymuşlardır.

İlhan ve Gencer (2010) tarafından yapılan araştırmada, çocukların nevrotik eğilimlerine 12 haftalık düzenli olarak uygulanan badminton eğitiminin etkili olup olmadığını incelenmiştir. Araştırma kapsamında ele alınan ilköğretim I. kademe çağındaki çocukların belirlenen nevrotik sorun düzeyleri badminton eğitim programına katılan uygulama grubunun lehine anlamlı bir şekilde azaldığını ve uygulama grubu lehine olan bu farkın, düzenli olarak uygulanan badminton eğitiminden kaynaklandığının düşünüldüğü söylenmiştir.

Strauss ve diğ. (2001), 10-16 yaşları arasında 92 çocuk üzerinde yaptıkları çalışmada, durumluluk kaygı, sosyal yetkinlik, sosyal destek, sosyal yapı ve zamanı değerlendirmeye yönelik bilgiler sormuşlardır. Çalışma sonucunda sedanter (hareketsiz) yaşantının çocuk ve yetişkin yaşamında olumsuz yönde etki ettiğini, fiziksel aktivite yapan bireylerin sosyal yetki beklentilerinin ve sosyal statülerinin pozitif yönde etkilendiğini vurgulamışlardır.

Nia ve Besharat (2010)'ın yaptığı bir çalışmada bireysel ve takım sporu yapan sporcuların kişilik özelliklerine bakılmıştır. Bireysel spor yapanların takım sporları yapanlara göre, daha sorumlu ve özerklikten daha yüksek puan aldıkları gözlenmiştir. Ayrıca takım sporu yapanların ise bireysel spor yapanlara göre, iş birliğine yatkınlık ve samimiyetten daha yüksek puan aldıkları gözlenmiştir. Kuru ve Baştuğ (2008)'un yaptığı bir çalışmada, bayan ve erkek futbolcuların birbirlerinden farklı kişilik özelliklere sahip olduğu ortaya konulmuştur.

Kirkcaldy ve diğ., (2002) tarafından 1.000 alman ergen öğrenci üzerinde yapılan çalışmada, fiziksel aktivite, beden imgesi ve problem davranışlar arasındaki ilişkilere bakılmıştır. Çalışmada, dayanıklılık egzersizine düzenli katılımın beden imgesi ile daha olumlu ilişkili olduğu belirtilmiştir. Sporlara katılım ile kişilik tipi arasında ise kuvvetli bir ilişki olduğu bulunmuştur. Fiziksel aktivite aynı zamanda, fiziksel ve psikolojik iyi olma ile de anlamlı şekilde ilişkili bulunmuştur. Ayrıca fiziksel aktiviteye katılanların, daha düşük kaygı puanlarına sahip oldukları ve sosyal çekingenliği daha az yaşadıkları ortaya konulmuştur.

Yapılan araştırmalar takım sporu yapanlarla bireysel spor yapanlar arasında kişilik özellikleri yönünden belirli farklılıklar olduğunu göstermiştir. Bireysel spor yapanların takım sporu yapanlara göre daha az kaygılı, kendine daha yeterli ve daha bağımsız oldukları belirtilmektedir (Cratty, 1973). Bireysel spor yapan sporcuların yalnız başlarına antrenman yapmayı seven, becerilerini yalnız geliştirmek isteyen, daha gergin ve öfkeli, kendiliğindenlik (spontan olma) özelliği fazla, kendilerine güvenen, benmerkezci ve tepkisel özellikleri yüksek kişiler olduğunu belirlemiştir (James & Johnson, 1983).

BÖLÜM III

YÖNTEM

Bu bölümde, araştırmanın modeli, evren ve örneklem, veri toplama aracı olarak kullanılan Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği, bu ölçek ile ilgili geçerlik-güvenirlilik çalışmaları, verilerin toplanması ve verilerin analizinde kullanılan istatistiksel işlemler açıklanmıştır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada genel tarama modeli (survey) kullanılmıştır. Tarama modelleri çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacıyla, evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır (Karasar, 2009, s. 54).

3.2. Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini, Ankara il merkezindeki spor kulüplerinde, farklı spor branşlarında (atletizm, yüzme, jimnastik, karate, taekwondo, voleybol, basketbol, futbol) en az bir yıl spor geçmişi olan 6-12 yaş aralığındaki lisanslı öğrenciler oluşturmaktadır.

Kolay ulaşılabilir durum örnekleme yöntemi ile seçilen araştırma grubunu, 6-12 yaş aralığında bulunan en az bir yıl spor yapmış, lisanslı öğrencilerden; bireysel sporlarda (atletizm, yüzme, jimnastik) 67, mücadele sporlarında (karate, taekwondo) 61, takım sporlarında (voleybol, basketbol, futbol) 69 olmak üzere toplam 197 öğrenci oluşturmaktadır. (Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği bu öğrencilerin anneleri ve öğretmenlerine uygulanmıştır.)

Bu doğrultuda, araştırma katılımcılarına ait demografik bilgiler Tablo 1’de verilmiştir.

Tablo 1

Araştırma Katılımcılarına Ait Demografik Bilgiler

Özellikler		F	%
Spor Kategorisi	Bireysel	67	34,0
	Mücadele	61	31,0
	Takım	69	35,0
Cinsiyet	Kız	98	49,7
	Erkek	99	50,3
Yaş	10 yaş ve altı	80	40,6
	11 yaş	51	25,9
	12 yaş	66	33,5
Spor Yapma Süresi	1-2 yıl	83	42,1
	2-3 yıl	52	26,4
	3-4 yıl	37	18,8
	4 ve üzeri yıl	25	12,7
Anne Öğrenim Durumu	İlkokul	34	17,3
	Ortaokul	22	11,2
	Lise	69	35,0
	Üniversite	64	32,5
	Lisansüstü	8	4,1
Baba Öğrenim Durumu	İlkokul	20	10,2
	Ortaokul	14	7,1
	Lise	69	35,0
	Üniversite	82	41,6
	Lisansüstü	12	6,1

Araştırma grubunu, bireysel sporlar ile uğraşan %34 (n=67), dövüş sporları ile uğraşan %31 (n=61) ve takım sporları ile uğraşan %35 (n=69) öğrenci oluşturmaktadır.

Araştırma grubunun %49,7 (n=98)'sini kız öğrenciler, % 50,3 (n=99)'ünü erkek öğrenciler oluşturmakta, bunların %40,6 (n=80) 10 yaş ve altı, %25,9 (n=51) 11 yaş, %33,5 (n=66) 12 yaş grubunda bulunmaktadır.

Öğrencilerden, %42,1 (n=83)'i 1-2 yıl, %26,4 (n=52)'ü 2-3 yıl, %18,8 (n=37)'i 3-4 yıl, %12,7 (n=25)'si 4 yıl ve üzeri spor yapan grupta yer almaktadır. Spor yapma durumu ve süresi herhangi bir spor kulübünde en az bir yıl spor yapmış ve lisanslı olma ön koşulu ile kabul edilmiştir.

Farklı spor branşları ile uğraşan öğrencilerin annelerinin öğrenim durumunu %17,3 (n=34)'ünü ilkokul, %11,2 (n=22)'sini ortaokul, %35 (n=69)'ini lise, %32,5 (n=64)'ini üniversite ve %4,1 (n=8)'ini lisansüstü mezunları oluşturmaktadır. Babalarının öğrenim durumu ise, %10,2 (n=20)'si ilkokul, %7,1 (n=14)'i ortaokul, %35 (n=69)'i lise, %41,6'sı (n=82) üniversite, %6,1 (n=12)'i lisansüstü mezunu olarak görülmektedir.

3.3. Verilerin Toplanması

Araştırmada veri toplama aracı olarak, Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği ile genel bilgi formu kullanılmıştır.

Öğrencilerin, araştırma konusu ile ilgili bazı kişisel bilgilerini öğrenmek amacıyla araştırmacı tarafından, uzman görüşler çerçevesinde genel bilgi formu oluşturulmuştur.

Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı tarafından, ruhsal uyumu değerlendirmek amacıyla uygulanan çeşitli ölçeklerden ülkemizde geçerli olacak sorular seçilerek geliştirilen, geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmış olan bir ölçektir. Prof. Dr. Bahar Gökler ve Prof. Dr. Psk. Ferhunde Öktem tarafından 1985 yılında geliştirilmiştir. Ölçek, her çocukta olabilecek ruhsal belirtileri içeren 32 maddeden oluşmaktadır. Her madde için "Yok", "Biraz", "Çok" seçenekleri bulunmakta; puanlama, bu seçeneklerin karşılıkları olan 0,1,2 puanlar toplanarak yapılmaktadır. Ölçekte uyum saptamak amacıyla 24 sorunun yanı sıra, kekemelik, tik, tırnak yeme, parmak emme, kaka kaçırma, yatağa işeme ya da okul başarısızlığı gibi 7 ruhsal belirti bulunmakta ve en kaygı verici sorunla birlikte en olumlu özelliğinin belirtilmesi istenmektedir. Tek rakamlı maddeler nevrotik problemleri, çift rakamlı maddeler davranış

sorunlarını göstermektedir. Toplam ölçek üzerinden 25. maddeye kadar olan puanlar toplanmaktadır 13 ve yukarısında puan alınması durumunda “ruhsal bir sorun varlığından söz edilebilir” denilmektedir.

Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği çocukların ruhsal uyum düzeylerini belirlemek için,

1-Nevrotik sorunlar

2-Davranis sorunları

3-Diğer davranış sorunları olmak üzere üç faktör içermektedir.

Nevrotik özellik olarak: 12 soruda, sıklıganlık çekingenlik ve güvensizlik, korkaklık ve ürkeklik, bencillik ve paylaşmama, kendi başına bir şey yapamama, gece korkmak ve yalnız yatamama, kaygılı ve kuruntulu olma, arkadaşsız olma ve yalnız oynama, okula isteksiz gitme, durgun ve içine kapalı olma, neşesiz ve mutsuz olma, dikkatsizlik gibi özellikler yer almaktadır.

Davranış bozukluğu olarak: 12 soruda, hareketlilik ve yerinde duramama, sinirlilik ve çabuk kızma, kıskançlık, inatçılık ve söz dinlememe, yalan söyleme, kendine ait olmayan şeyleri izinsiz alma, yaşıtları ile geçinememe, cezadan etkilenmeme ve uslanmama, kavgacı ve saldırgan olma, kırıcı ve zararlı olma, sorumsuzluk ve kendi isini yapamama, gereksiz titizliğe sahip olmak gibi özellikler yer almaktadır.

Diğer problemler olarak: 7 soruda kekemelik, tik, tırnak yeme, parmak emme, kaka kaçırma, yatağa işeme, okul başarısızlığı gibi maddeler yer almaktadır.

Ancak bu çalışma kapsamında yapılan incelemede Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği'nin, “Nevrotik Sorunlar” ve “Davranış Sorunları” olmak üzere iki alt boyutu üzerinde değerlendirme yapılmıştır. Bu yaş aralığında yer alan ve spor yapan çocukların, ölçeğin üçüncü alt boyutu olan “Diğer Sorunlar” adı altında kekemelik, tik, tırnak yeme, parmak emme, kaka kaçırma, yatağa işeme gibi öz bakım becerilerini içeren durumlara sahip olmayacağı düşünülerek nevroitik ve davranış sorunları başlıklarında incelenmiştir.

Sunal (2002)'ın, Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği'nin güvenilirliğini sınamak amacıyla yapmış olduğu araştırmasında, ölçeğin geneline ait Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı $r=0,86$ 'dır. Yapılan analizde Guttman Split-half güvenilirlik katsayısı 0.85, Spearman- Brown güvenilirlik katsayısı 0.87'dir. Birinci yarı alpha değeri 0.78, ikinci yarı alpha değeri 0.69, iki yarı arasındaki korelasyon 0.77 olarak bulunmuştur. Total madde korelasyonları 0.20'nin üzerindedir ve yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. Tek ve çift numaralı maddelerinden

oluşan iki yarısı birbirleriyle tutarlıdır ve ayrı ayrı güvenilirlikleri yüksek bulunmuştur. Ölçeğin geneline ait güvenilirlik katsayısı da yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. *Nevrotik alt boyutu* güvenilirlik analizi Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0.79, Guttman Split-half güvenilirlik katsayısı 0.76, Spearman- Brown güvenilirlik katsayısı 0.80, birinci yarı alpha değeri 0.74, ikinci yarı alpha değeri 0.52, iki yarı arasındaki korelasyon 0.66 olarak bulunmuştur. Total madde korelasyonları 0.20'nin üzerindedir ve yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. *Davranış Alt Boyutu* Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0.82, Guttman Split-half güvenilirlik katsayısı 0.82, Spearman-Brown güvenilirlik katsayısı 0.83, birinci yarı alpha değeri 0.72, ikinci yarı alpha değeri 0.67, iki yarı arasındaki korelasyon 0.71 olarak bulunmuştur. Total madde korelasyonları 0.20'nin üzerindedir ve yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayılarının oldukça yüksek olması, güvenle kullanabileceği yönünde fikir vermektedir.

Araştırmacı tarafından yapılan Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği'nin geneline ait Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı ise $r=0,82$ 'dir. Nevrotik alt boyutu güvenilirlik analizi Cronbach Alpha güvenilirlik kat sayısı 0.72, Davranış alt boyutu güvenilirlik analizi Cronbach Alpha güvenilirlik kat sayısı 0.76 olarak bulunmuştur.

Araştırmanın verilerinin toplanması amacıyla en az bir yıl spor geçmişi olan ve lisansı bulunan 6-12 yaş aralığındaki çocuklara atletizm, yüzme, jimnastik, karate, taekwondo, voleybol, basketbol ve futbol branşlarında eğitim veren kulüp antrenörleriyle iletişime geçilip gerekli izinler alınmıştır. Bu spor branşlarında uygun şartları taşıyan öğrencilerin anneleri ile bizzat görüşülmüştür. Araştırmanın amacı belirtilerek veri toplama aracı tanıtılmıştır. Bu doğrultuda çocukların velilerine ve veliler aracılığıyla da okuldaki sınıf öğretmenlerine veri toplama aracı iletilmiştir. Gönüllük esasına dayalı olarak yapılması istenilen veriler, veliler aracılığıyla geri toplanmıştır.

3.4. Verilerin Analizi

Araştırmanın genel amacı çerçevesinde cevapları aranan alt problemlere yönelik olarak toplanan veriler, bilgisayara kaydedilmiş ve istatistiki çözümler için SPSS 21.0 (Statistical Packet for the Social Science) programından yararlanılmıştır.

Çocuklar ve ailelerine ilişkin genel bilgilerin değerlendirilmesinde frekans (f) ve yüzde (%) değerleri hesaplanmıştır.

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için One-Sample Kolmogorov-Smirnov testi uygulanmıştır ve verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Veriler normal dağılım göstermediği için çalışmanın analizinde, iki ilişkisiz örneklemden elde edilen puanların birbirinden anlamlı bir şekilde farklılık gösterip göstermediğini test etmek için Mann Whitney U-Testi, ilişkisiz iki ya da daha fazla örneklem ortalamasının birbirinden anlamlı farklılık gösterip göstermediğini test etmek için ise Kruskal Wallis H-Testine başvurulmuş ve nicelikler tablolarla ifade edilmiştir. Anlamlılık 0,05 düzeyinde test edilmiştir.



BÖLÜM IV

BULGULAR VE YORUM

Bu bölümde; araştırmanın amaçları doğrultusunda belirlenen, veri toplama araçlarının analizleri sonucunda elde edilen bulgulara ve yorumlara yer verilmiştir.

4.1. Araştırmanın Birinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen birinci alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Spor Branşı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Branşı	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	P
Bireysel	67	97,11	5,61			
Mücadele	61	108,55	6,13	2	2,732	0,255
Takım	69	92,39	5,14			
Total	197					

Tablo 2’deki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların ruhsal uyum düzeyleri spor branşları değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$x^2 (2) = 2,732$; $p = 0,255$; $p > 0,05$]. Çocukların ruhsal uyum puan ortalamaları mücadele sporu ile uğraşanlarda 6,13, bireysel sporlar ile uğraşanlarda 5,61, takım sporu ile uğraşanlarda 5,14 olarak bulunmuştur. Bu değerler doğrultusunda, anne görüşlerine göre

çocuklarda ruhsal uyum seviyesinin sırasıyla takım, bireysel ve mücadele sporlarıyla uğraşanlarda olduğu görülmektedir.

4.2. Araştırmanın İkinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen ikinci alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 3’te verilmiştir.

Tablo 3

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Spor Branşları Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Branşları	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	P
Bireysel	67	88,76	4,16			
Mücadele	60	102,23	4,67	2	2,778	0,249
Takım	68	103,38	4,68			
Total	195					

Tablo 3’teki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların ruhsal uyum düzeyleri spor branşları değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$x^2(2) = 2,778; p = 0,249; p > 0,05$]. Çocukların ruhsal uyum puan ortalamaları bireysel spor ile uğraşanlarda 4,16, mücadele sporları ile uğraşanlarda 4,67, takım sporu ile uğraşanlarda 4,68 değeri elde edilmiştir. Bu doğrultuda, öğretmen görüşlerine göre ruhsal uyum seviyesinin mücadele ve takım sporları ile uğraşan çocuklarda hemen hemen aynı iken, bireysel spor yapan çocuklarda daha iyi olduğu görülmektedir.

4.3. Araştırmanın Üçüncü Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen üçüncü alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 4’te verilmiştir.

Tablo 4

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Spor Branşı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Branşı	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	P
Bireysel	67	103,05	2,57			
Mücadele	61	103,20	2,57	2	1,981	0,371
Takım	69	91,35	2,14			
Total	197					

Tablo 4'teki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların nevroitik sorun düzeyleri spor branşları değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermezken [$x^2(2)=1,981$; $p=0,371$; $p>0,05$], çocukların nevroitik sorun puan ortalama değerleri bireysel spor ile uğraşanlarda 2,57, mücadele sporları ile uğraşanlarda 2,57, takım sporu ile uğraşanlarda 2,14 olarak bulunmuştur. Buna göre, annelerin çocuklarında nevroitik sorun düzeyinin belirlenmesine yönelik sorulara verdiği cevaplar neticesinde; bireysel ve mücadele sporlarında aynı ortalama puan gözlemlenirken takım sporları ile uğraşan çocuklarda daha düşük bir ortalama görülmektedir.

4.4. Araştırmanın Dördüncü Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen dördüncü alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Spor Branşı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Branşı	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	P
Bireysel	67	92,04	2,03			
Mücadele	60	95,47	1,98	2	2,379	0,304
Takım	68	106,10	2,18			
Total	195					

Tablo 5’teki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların nevroitik sorun düzeyleri spor branşları değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$\chi^2 (2) = 2,379$; $p = 0,304$; $p > 0,05$]. Çocukların nevroitik sorun puan ortalamaları bireysel spor ile uğraşanlarda 2,03, mücadele sporları ile uğraşanlarda 1,98, takım sporu ile uğraşanlarda 2,18 olduğu göz önünde bulundurularak, öğretmen görüşlerine göre çocuklarda nevroitik sorun düzeyinin sırasıyla takım, bireysel ve mücadele sporlarında olduğu görülmektedir.

4.5. Araştırmanın Beşinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen beşinci alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Spor Branşı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Branşı	N	Mean Rank	Mean	Sd	χ^2	P
Bireysel	67	90,22	3,04			
Mücadele	61	111,69	3,56	2	4,866	0,088
Takım	69	96,31	3,00			
Total	197					

Tablo 6’daki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların davranış sorun düzeyleri spor branşları değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$\chi^2 (2) = 4,866$; $p = 0,088$; $p > 0,05$]. Çocukların davranış sorun puan ortalamalarına bakıldığında bireysel spor ile uğraşanların 3,04, mücadele sporları ile uğraşanların 3,56, takım sporu ile uğraşanların ise 3,00 olduğu görülmektedir. Annelerin çocuklarında davranış sorun düzeyinin belirlenmesine yönelik sorulara verdiği cevaplar neticesinde; davranış sorun düzeylerinin sırasıyla mücadele, bireysel ve takım sporlarında olduğu sonucuna ulaşılabilmektedir.

4.6. Araştırmanın Altıncı Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları spor branşlarına göre ne düzeydedir? Spor branşlarına göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen altıncı alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Spor Branşı Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Branşı	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	p
Bireysel	67	89,93	2,13			
Mücadele	60	103,88	2,68	2	2,265	0,322
Takım	68	100,76	2,50			
Total	195					

Tablo 7’deki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların davranış sorun düzeyleri spor branşları değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$x^2(2) = 2,265$; $p = 0,322$; $p > 0,05$]. Çocukların davranış sorun puan ortalamaları bireysel spor ile uğraşanlarda 2,13, mücadele sporları ile uğraşanlarda 2,68, takım sporu ile uğraşanlarda 2,50 olduğu göz önüne alınarak, öğretmen görüşlerine göre çocuklarda davranış sorun düzeyinin sırasıyla mücadele, takım ve bireysel sporlar ile uğraşanlarda olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

4.7. Araştırmanın Yedinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen yedinci alt probleme ait veriler, Mann Whitney-U testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney -U Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Mean Rank	Mean	Sum Of Ranks	U	p
Kız	98	101,95	5,83	9991,00	4562,000	0,468
Erkek	99	96,08	5,39	9512,00		
Total	197					

Tablo 8’deki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların ruhsal uyum düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [U= 4562,000; p=0,468; p>0,05]. Cinsiyete göre ruhsal uyum ortalama puanlarının kız çocuklarında 5,83, erkek çocuklarında 5,39 olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, erkek çocuklarının ruhsal uyum seviyesinin kız çocuklara oranla daha iyi olduğu söylenebilmektedir.

4.8. Araştırmanın Sekizinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen sekizinci alt probleme ait veriler, Mann Whitney-U testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney -U Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Mean Rank	Mean	Sum Of Ranks	U	p
Kız	97	100,00	4,65	9700,00	4559,000	0,621
Erkek	98	96,02	4,35	9410,00		
Total	195					

Tablo 9’deki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların ruhsal uyum düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [U= 4559,000; p=0,621; p>0,05]. Cinsiyete göre ruhsal uyum ortalama puanlarının kız çocuklarında 4,65, erkek çocuklarında 4,35 olması sebebiyle öğretmen görüşlerine göre de erkek çocukların ruhsal uyum seviyesi kız çocuklarına göre daha iyidir.

4.9. Araştırmanın Dokuzuncu Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen dokuzuncu alt probleme ait veriler, Mann Whitney-U testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 10’da verilmiştir.

Tablo 10

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney -U Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Mean Rank	Mean	Sum Of Ranks	U	p
Kız	98	101,70	2,50	9967,00		
Erkek	99	96,32	2,34	9536,00	4586,000	0,500
Total	197					

Tablo 10’deki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların nevroitik sorun düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [U= 4586,000; p=0,500; p>0,05]. Cinsiyete göre nevroitik sorunlar ortalama puanlarının kız çocuklarında 2,50, erkek çocuklarında 2,34 olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, kız çocuklarının nevroitik sorun düzeylerinin erkek çocuklara göre daha yüksek oranda bir görünümde olduğu belirginleşmiştir.

4.10. Araştırmanın Onuncu Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen onuncu alt probleme ait veriler, Mann Whitney-U testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 11’de verilmiştir.

Tablo 11

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney -U Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Mean Rank	Mean	Sum Of Ranks	U	p
Kız	97	101,37	2,29	9832,50		
Erkek	98	94,67	1,85	9277,50	4426,000	0,396
Total	195					

Tablo 11'deki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların nevrotik sorun düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [U= 4426,000; p=0,396; p>0,05]. Cinsiyete göre nevrotik sorunlar ortalama puanlarının kız çocuklarında 2,29, erkek çocuklarında 1,85 olması, kız çocuklarının nevrotik sorun düzeylerinin erkek çocuklara göre daha fazla bir oranda olduğu değerlendirilmektedir.

4.11. Araştırmanın On birinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen on birinci alt probleme ait veriler, Mann Whitney-U testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney -U Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Mean Rank	Mean	Sum Of Ranks	U	p
Kız	98	102,04	3,33	10000,00		
Erkek	99	95,99	3,05	9503,00	4553,000	0,452
Total	197					

Tablo 12’deki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların davranış sorun düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [U= 4553,000; p=0,452; p>0,05]. Cinsiyete göre davranış sorunları ortalama puanlarının kız çocuklarında 3,33, erkek çocuklarında 3,05 neticesinin elde edilmesi, erkek çocuklarının davranış sorun düzeylerine ilişkin daha uyumlu bir görünüme sahip olduğunu göstermektedir.

4.12. Araştırmanın On İkinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları cinsiyete göre ne düzeydedir? Cinsiyete göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen on birinci alt probleme ait veriler, Mann Whitney-U testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 13’te verilmiştir.

Tablo 13

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Cinsiyet Değişkenine Göre Mann Whitney -U Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	Mean Rank	Mean	Sum Of Ranks	U	p
Kız	97	98,51	2,36	9555,00		
Erkek	98	97,50	2,50	9555,00	4704,000	0,899
Total	195					

Tablo 13'teki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların davranış sorun düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$U=4704,000$; $p=0,899$; $p>0,05$]. Cinsiyete göre davranış sorunları ortalama puanlarının kız çocuklarında 2,36, erkek çocuklarında 2,50 olduğu görülmektedir. Bu doğrultuda, erkek çocuklarının davranış sorun düzeylerinin kız çocuklarına oranla daha yüksek seviyede olduğu değerlendirilmektedir.

4.13. Araştırmanın On Üçüncü Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen on üçüncü alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 14'te verilmiştir.

Tablo 14

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Yaş	N	Mean Rank	Mean	sd	χ^2	p
10 yaş ve altı	80	91,90	4,88			
11 yaş	51	103,56	6,55	2	2,107	0,349
12 yaş	66	104,08	5,77			
Total	197					

Tablo 14'teki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların ruhsal uyum düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$\chi^2(2)=2,107$; $p=0,349$; $p>0,05$]. Yaşa göre ruhsal uyum ortalama puanları incelendiğinde 10 yaş ve altı

grubunda 4,88, 11 yaş grubunda 6,55 ve 12 yaş grubunda 5,77 değerlerinde olduğu sonuçlara yansımaktadır. Bu doğrultuda, ruhsal uyum seviyesinin sırasıyla 10 yaş ve altı, 12 yaş ve 11 yaş gruplarında olduğunu ifade etmek mümkündür (Ruhsal uyum=10 yaş ve altı>12yaş>11 yaş).

4.14. Araştırmanın On Dördüncü Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen on dördüncü alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 15’de verilmiştir.

Tablo 15

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Yaş	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	p
10 yaş ve altı	74	88,15	3,72			
11 yaş	51	106,60	5,43	2	3,858	0,145
12 yaş	70	102,15	4,64			
Total	195					

Tablo 15’deki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların ruhsal uyum düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermezken [$x^2(2) = 3,858$; $p = 0,145$; $p > 0,05$], elde edilen ortalama puanlar neticesinde yaş grupları arasında ruhsal uyum seviyesinin sırasıyla 10 yaş ve altı, 12 yaş ve 11 yaş gruplarında olduğu görülmektedir. (Ruhsal uyum=10 yaş ve altı >12yaş>11 yaş).

4.15. Araştırmanın On Beşinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen on beşinci alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 16’da verilmiştir.

Tablo 16

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Yaş	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	p
10 yaş ve altı	80	94,26	2,18	2	0,988	0,610
11 yaş	51	101,37	2,73			
12 yaş	66	102,92	2,48			
Total	197					

Tablo 16'daki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların nevroitik sorun düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$\chi^2(2) = 0,988$; $p = 0,610$; $p > 0,05$]. Yaşa göre nevroitik sorun ortalama puanları 10 yaş ve altı grubunda 2.18, 11 yaş grubunda 2,73 ve 12 yaş grubunda 2,48 olduğu görülmektedir. Bu durumda, nevroitik sorun düzeylerinin sırasıyla 11 yaş, 12 yaş ve 10 yaş ve altı gruplarında olduğu söylenebilmektedir. (Nevrotik Sorun=11 yaş>12yaş>10 yaş ve altı).

4.16. Araştırmanın On Altıncı Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen on altıncı alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 17’de verilmiştir.

Tablo 17

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Yaş	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	p
10 yaş ve altı	74	88,39	1,70	2	4,209	0,122
11 yaş	51	108,36	2,53			
12 yaş	70	100,61	2,11			
Total	195					

Tablo 17'deki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların nevrotik sorun düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$\chi^2 (2) = 4,209$; $p = 0,122$; $p > 0,05$]. Ancak ortalama puanlara bakıldığında nevrotik sorun düzeylerinin sırasıyla 11 yaş, 12 yaş ve 10 yaş ve altı gruplarında olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. (Nevrotik Sorun = 11 yaş > 12 yaş > 10 yaş ve altı).

4.17. Araştırmanın On Yedinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen on yedinci alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 18’de verilmiştir.

Tablo 18

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Yaş	N	Mean Rank	Mean	sd	χ^2	p
10 yaş ve altı	80	90,51	2,70			
11 yaş	51	107,73	3,82	2	3,295	0,193
12 yaş	66	102,55	3,29			
Total	197					

Tablo 18’deki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların davranış sorun düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermezken [$\chi^2 (2) = 3,295$; $p = 0,193$; $p > 0,05$] davranış sorun ortalama puanları incelendiğinde sırasıyla 10 yaş ve altı grubunda 2,70, 11 yaş grubunda 3,82 ve 12 yaş grubunda 3,29 değerlerine ulaşılmaktadır. Bu değerler doğrultusunda, davranış sorun düzeylerinin sırasıyla 11 yaş, 12 yaş ve 10 yaş ve altı gruplarında olduğu sonuçlara yansımıştır. (Davranış Sorun = 11 yaş > 12 yaş > 10 yaş ve altı).

4.18. Araştırmanın On Sekizinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları yaşa göre ne düzeydedir? Yaşa göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen on sekizinci alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 19’da verilmiştir.

Tablo 19

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Yaş Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Yaş	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	p
10 yaş ve altı	74	90,21	2,01			
11 yaş	51	103,64	2,90	2	2,376	0,305
12 yaş	70	102,13	2,53			
Total	195					

Tablo 19’deki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların davranış sorun düzeylerinin yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$x^2(2) = 2,376; p = 0,305; p > 0,05$]. Tablodan elde edilen değerlere bakılarak, davranış sorun düzeylerinin sırasıyla 11 yaş, 12 yaş ve 10 yaş ve altı gruplarında olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. (Davranış Sorun = 11 yaş > 12 yaş > 10 yaş ve altı).

4.19. Araştırmanın On Dokuzuncu Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları spor yapma sürelerine göre ne düzeydedir? Spor yapma sürelerine göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen on dokuzuncu alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 20’de verilmiştir.

Tablo 20

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Yapma Süresi	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	p
1 yıl	83	105,63	6,22	3	2,734	0,435
2 yıl	52	89,84	4,92			
3 yıl	37	100,62	5,76			
4 yıl ve üzeri	25	93,66	4,80			
Total	197					

Tablo 20'deki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların ruhsal uyum düzeyleri spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$\chi^2 (3) = 2,734$; $p = 0,435$; $p > 0,05$]. Elde edilen ortalama puanlar incelendiğinde ise spor yapma sürelerine göre ruhsal uyum seviye sıralamalarının 4yıl ve üzeri > 2 yıl > 3yıl > 1 yıl gruplarında olduğu belirgindir.

4.20. Araştırmanın Yirminci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları spor yapma sürelerine göre ne düzeydedir? Spor yapma sürelerine göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen yirminci alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 21’de verilmiştir.

Tablo 21

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Yapma Süresi	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	p
1 yıl	82	101,87	5,01	3	4,466	0,215
2 yıl	55	100,04	4,47			
3 yıl	31	78,69	3,29			
4 yıl ve üzeri	27	104,28	4,37			
Total	195					

Tablo 21’deki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların ruhsal uyum düzeyleri spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$\chi^2 (3)= 4,466$; $p=0,215$; $p>0,05$]. Spor yapma sürelerine göre ruhsal uyum ortalama puanları 1 yıl spor yapanlarda 5,01, 2 yıl spor yapanlarda 4,47, 3 yıl spor yapanlarda 3,29, 4 yıl ve üzeri spor yapanlarda 4,37 olduğu bulunmuştur. Bu değerler doğrultusunda, spor yapma sürelerine göre ruhsal uyum seviyesinin 4 yıl ve üzeri>2 yıl>3 yıl> 1 yıl gruplarında olduğu sonuçlara yansımıştır.

4.21. Araştırmanın Yirmi Birinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları spor yapma sürelerine göre ne düzeydedir? Spor yapma sürelerine göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen yirmi birinci alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 22’de verilmiştir.

Tablo 22

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Yapma Süresi	N	Mean Rank	Mean	sd	χ^2	p
1 yıl	83	101,36	2,59	3	0,786	0,853
2 yıl	52	93,19	2,17			
3 yıl	37	101,58	2,51			
4 yıl ve üzeri	25	99,44	2,24			
Total	197					

Tablo.22’deki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların nevroitik sorun düzeyleri spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermezken [$\chi^2 (3)= 0,786$; $p=0,853$; $p>0,05$] nevroitik sorun düzeyleri ortalama puanları incelendiğinde grupların 1 yıl> 3 yıl> 4 yıl ve üzeri> 2 yıl şeklinde sıralandığı görülmektedir.

4.22. Araştırmanın Yirmi İkinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları spor yapma sürelerine göre ne düzeydedir? Spor yapma sürelerine göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen yirmi ikinci alt probleme ait

veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 23’te verilmiştir.

Tablo 23

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Yapma Süresi	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	p
1 yıl	82	101,56	2,39			
2 yıl	55	97,18	1,91			
3 yıl	31	81,95	1,32	3	3,749	0,290
4 yıl ve üzeri	27	107,28	2,26			
Total	195					

Tablo 23’teki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların nevroitik sorun düzeyleri spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$x^2(3) = 3,749$; $p = 0,290$; $p > 0,05$]. Spor yapma sürelerine göre nevroitik sorun ortalama puanları 1 yıl spor yapanlarda 2,39, 2 yıl spor yapanlarda 1,91, 3 yıl spor yapanlarda 1,32, 4 yıl ve üzeri spor yapanlarda 2,26’tür. Bu değerler doğrultusunda, spor yapma sürelerine göre nevroitik sorun düzeylerinin sırasıyla 1 yıl > 4 yıl ve üzeri > 2 yıl > 3 yıl gruplarında olduğu görülmektedir.

4.23. Araştırmanın Yirmi Üçüncü Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları spor yapma sürelerine göre ne düzeydedir? Spor yapma sürelerine göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen yirmi üçüncü alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 24’te verilmiştir.

Tablo 24

Anne Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Yapma Süresi	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	p
1 yıl	83	107,43	3,63	3	3,944	0,268
2 yıl	52	89,98	2,75			
3 yıl	37	99,42	3,24			
4 yıl ve üzeri	25	89,16	2,56			
Total	197					

Tablo 24'teki analiz sonuçları incelendiğinde, anne görüşlerine göre, çocukların davranış sorun düzeyleri spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$\chi^2(3) = 3,944$; $p = 0,268$; $p > 0,05$]. Spor yapma sürelerine göre davranış sorunları ortalama puanları 1 yıl spor yapanlarda 3,63, 2 yıl spor yapanlarda 2,75, 3 yıl spor yapanlarda 3,24, 4 yıl ve üzeri spor yapanlarda 2,56'dır. Bu bulgular ışığında, spor yapma sürelerine göre davranış sorun düzeylerinin 1 yıl > 3 yıl > 2 yıl > 4 yıl ve üzeri gruplarında olduğu sonucu çıkarılmaktadır.

4.24. Araştırmanın Yirmi Dördüncü Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları spor yapma sürelerine göre ne düzeydedir? Spor yapma sürelerine göre davranış sorun düzeyleri anlamlı farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen yirmi dördüncü alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 25'te verilmiştir.

Tablo 25

Öğretmen Görüşlerine Göre, Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin Spor Yapma Süresi Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Spor Yapma Süresi	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	p
1 yıl	82	98,34	2,62	3	2,334	0,506
2 yıl	55	102,95	2,56			
3 yıl	31	84,82	1,97			
4 yıl ve üzeri	27	102,04	2,11			
Total	195					

Tablo 25'teki analiz sonuçları incelendiğinde, öğretmen görüşlerine göre, çocukların davranış sorun düzeyleri spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$\chi^2 (3) = 2,334$; $p = 0,506$; $p > 0,05$]. Tablodan görüldüğü üzere, spor yapma sürelerine göre davranış sorun düzeyleri ortalama puanları 1 yıl spor yapanlarda 2,62, 2 yıl spor yapanlarda 2,56, 3 yıl spor yapanlarda 1,97, 4 yıl ve üzeri spor yapanlarda 2,11'dir. Bu durumda, davranış sorun düzeylerinin sırasıyla 1 yıl > 2 yıl > 4 yıl ve üzeri > 3 yıl gruplarında olduğu sonuçlara yansımaktadır.

4.25. Araştırmanın Yirmi Beşinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları anne öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Anne öğrenim durumuna göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen yirmi beşinci alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 26'da verilmiştir.

Tablo 26

Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Ruhsal Uyum Düzeylerinin Anne Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Anne Öğrenim Durumu	N	Mean Rank	Mean	sd	χ^2	P
İlkokul	34	125,49	7,35	4	15,626	0,004
Ortaokul	22	93,27	5,95			
Lise	69	104,96	6,23			
Üniversite	64	79,94	3,94			
Lisansüstü	8	103,25	5,25			
Total	197					

Tablo 26'daki analiz sonuçları incelendiğinde, çocukların ruhsal uyum düzeyleri anne öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [$\chi^2 (4) = 15,626$; $p = 0,004$; $p < 0,05$]. Anne öğrenim durumuna göre ruhsal uyum seviyesi puanlarının sırasıyla üniversite (3,94) > lisansüstü (5,25) > ortaokul (5,95) > lise (6,23) ilkokul (7,35) mezunu annelere ait olduğu görülmektedir.

4.26. Araştırmanın Yirmi Altıncı Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Araştırma grubunda yer alan çocukların nevroitik sorunları anne öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Anne öğrenim durumuna göre nevroitik sorun düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen yirmi altıncı alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 27’de verilmiştir.

Tablo 27

Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Nevrotik Sorun Düzeylerinin Anne Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Anne Öğrenim Durumu	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	P
İlkokul	34	118,93	3,32			
Ortaokul	22	87,95	2,14			
Lise	69	104,43	2,72	4	9,056	0,060
Üniversite	64	86,38	1,72			
Lisansüstü	8	98,81	2,38			
Total	197					

Tablo 27’deki analiz sonuçları incelendiğinde, çocukların nevroitik sorun düzeyleri anne öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$\chi^2(4) = 9,056$; $p = 0,06$; $p > 0,05$]. Anne öğrenim durumuna göre nevroitik sorun düzeyleri puanlarının sırasıyla ilkokul (3,32) > lise (2,72) > lisansüstü (2,38) > ortaokul (2,14) > üniversite (1,72) mezunlarında olduğu sonucuna ulaşılabilmektedir.

4.27. Araştırmanın Yirmi Yedinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları anne öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Anne öğrenim durumuna göre davranış sorun düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen yirmi yedinci alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 28’de verilmiştir.

Tablo 28

Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Davranış Sorun Düzeylerinin Anne Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Anne Öğrenim Durumu	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	P
İlkokul	34	122,10	4,03	4	13,743	0,008
Ortaokul	22	102,52	3,82			
Lise	69	104,41	3,51			
Üniversite	64	79,93	2,22			
Lisansüstü	8	97,06	2,88			
Total	197					

Tablo 28’deki analiz sonuçları incelendiğinde, çocukların davranış sorun düzeyleri anne öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [$x^2(4) = 13,743$; $p = 0,008$; $p < 0,05$]. Bu değerler ışığında, anne öğrenim durumuna göre davranış sorun düzeyleri puanlarının sırasıyla ilkokul (4,03) > ortaokul (3,82) > lise (3,51) > lisansüstü (2,88) > üniversite (2,22) mezunlarında olduğu görülmektedir

4.28. Araştırmanın Yirmi Sekizinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Araştırma grubunda yer alan çocukların ruhsal uyumları baba öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Baba öğrenim durumuna göre ruhsal uyum düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen yirmi sekizinci alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 29’da verilmiştir.

Tablo 29

Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Ruhsal Uyum Düzeylerinin Baba Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Baba Öğrenim Durumu	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	P
İlkokul	20	137,78	8,10	4	12,420	0,014
Ortaokul	14	112,71	7,43			
Lise	69	96,59	5,78			
Üniversite	82	90,96	4,73			
Lisansüstü	12	87,17	4,33			
Total	197					

Tablo 29'daki analiz sonuçları incelendiğinde, çocukların ruhsal uyum düzeyleri baba öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [$\chi^2 (4) = 12,420$; $p = 0,014$; $p < 0,05$]. Baba öğrenim durumuna göre ruhsal uyum seviyesi puanlarının sırasıyla ilkokul (8,10) > ortaokul (7,43) > lise (5,78) > lisansüstü (4,33) > üniversite (4,73) mezunlarındadır.

4.29. Araştırmanın Yirmi Dokuzuncu Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Araştırma grubunda yer alan çocukların nevrotik sorunları baba öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Baba öğrenim durumuna göre nevrotik sorun düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen yirmi dokuzuncu alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 30'da verilmiştir.

Tablo 30

Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Nevrotik Sorun Düzeylerinin Baba Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Baba Öğrenim Durumu	N	Mean Rank	Mean	sd	χ^2	p
İlkokul	20	121,45	3,45			
Ortaokul	14	104,43	2,93			
Lise	69	95,14	2,46	4	3,949	0,413
Üniversite	82	96,75	2,12			
Lisansüstü	12	92,83	1,92			
Total	197					

Tablo 30'daki analiz sonuçları incelendiğinde, çocukların nevrotik sorun düzeyleri baba öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$\chi^2 (4) = 3,949$; $p = 0,413$; $p < 0,05$]. Buna ek olarak, baba öğrenim durumuna göre nevrotik sorun düzeyleri puanlarının sırasıyla ilkokul (3,45) > ortaokul (2,93) > lise (2,46) > üniversite (2,12) > lisansüstü (1,92) mezunları olduğu görülmektedir.

4.30. Araştırmanın Otuzuncu Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Araştırma grubunda yer alan çocukların davranış sorunları baba öğrenim durumuna göre ne düzeydedir? Baba öğrenim durumuna göre davranış sorun düzeyleri anlamlı bir farklılık göstermekte midir?” şeklinde ifade edilen otuzuncu alt probleme ait veriler, Kruskal Wallis testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 31’de verilmiştir

Tablo 31

Araştırma Grubunda Yer Alan Çocukların, Davranış Sorun Düzeylerinin Baba Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Baba Öğrenim Durumu	N	Mean Rank	Mean	sd	x ²	p
İlkokul	20	138,03	4,65			
Ortaokul	14	123,79	4,50			
Lise	69	98,70	3,32			
Üniversite	82	87,49	2,61	4	16,381	0,003
Lisansüstü	12	85,42	2,42			
Total	197					

Tablo 31’deki analiz sonuçları incelendiğinde, çocukların davranış sorun düzeyleri baba öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [$\chi^2(4) = 16,381$; $p = 0,003$; $p < 0,05$]. Baba öğrenim durumuna göre davranış sorun düzeyleri puanlarının sırasıyla ilkokul (4,65) > ortaokul (4,50) > lise (3,32) > üniversite (2,61) > lisansüstü (2,42) mezunları olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

4.31. Araştırmanın Otuz Birinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne ve öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubundaki çocukların ruhsal uyumları ne düzeydedir? Anne ve öğretmen görüşleri arasında fark var mıdır?” şeklinde ifade edilen otuz birinci alt probleme ait veriler, Mann Whitney-U testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 32’de verilmiştir.

Tablo 32

Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin, Anne ve Öğretmen Görüşlerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Ruhsal Uyum	N	Mean Rank	Mean	Sum Of Ranks	U	p
Anne	197	212,30	5,61	41823,00	16095,000	0,005
Öğretmen	195	180,54	4,50	35205,00		
Total	392					

Tablo 32'deki analiz sonuçları incelendiğinde, çocukların ruhsal uyum düzeyleri anne ve öğretmen görüşlerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [$U= 16095,000$; $p=0,005$; $p>0,05$]. Bununla birlikte, anne ve öğretmenlerin çocukların ruhsal uyum düzeylerine ilişkin verdikleri cevaplar doğrultusunda ortalama puanlar annelerin görüşlerine göre 5,61, öğretmenlerin görüşlerine göre 4,50 olduğu görülmektedir. Annelerin çocukları ile ilgili ruhsal uyum seviyelerine verdikleri cevapların ortalama değerleri, öğretmenlerin verdikleri cevaplara göre daha yüksek bir değerde olduğu göz önünde bulundurularak öğretmenlerin annelere göre çocukları daha uyumlu gördükleri sonucuna ulaşılabilir.

4.32. Araştırmanın Otuz İkinci Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne ve öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubundaki çocukların nevroitik sorunları ne düzeydedir? Anne ve öğretmen görüşleri arasında fark var mıdır?” şeklinde ifade edilen otuz ikinci alt probleme ait veriler, Mann Whitney-U testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 33'te verilmiştir.

Tablo 33

Çocukların Nevrotik Sorun Düzeylerinin, Anne ve Öğretmen Görüşlerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Nevrotik Sorun	N	Mean Rank	Mean	Sum Of Ranks	U	p
Anne	197	204,20	2,42	40227,00	17691,000	0,168
Öğretmen	195	188,72	2,07	36801,00		
Total	392					

Tablo 33'teki analiz sonuçları incelendiğinde, çocukların nevroitik sorun düzeyleri anne ve öğretmen görüşlerine göre anlamlı bir farklılık göstermemektedir [$U= 17691,000$; $p=,168$; $p>0,05$]. Tabloda elde edilen değerler doğrultusunda, annelerin çocukları ile ilgili nevroitik sorun düzeyleri ortalama puanlarının, öğretmenlerin çocuklar ile ilgili nevroitik sorunlar düzeyleri puanlarına göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

4.33. Araştırmanın Otuz Üçüncü Alt Amacına İlişkin Bulgular

“Anne ve öğretmen görüşlerine göre, araştırma grubundaki çocukların davranış sorunları ne düzeydedir? Anne ve öğretmen görüşleri arasında fark var mıdır?” şeklinde ifade edilen otuz üçüncü alt probleme ait veriler, Mann Whitney-U testi kullanılarak değerlendirilmiş ve elde edilen bulgular Tablo 34'te verilmiştir.

Tablo 34

Çocukların Davranış Sorun Düzeylerinin, Anne ve Öğretmen Görüşlerine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Mann Whitney-U Testi Sonuçları

Davranış Sorunu	N	Mean Rank	Mean	Sum Of Ranks	U	p
Anne	197	216,07	3,19	42566,50		
Öğretmen	195	176,73	2,43	34461,50	15351,500	0,001
Total	392					

Tablo 34'teki analiz sonuçları incelendiğinde, çocukların davranış sorun düzeyleri anne ve öğretmen görüşlerine göre anlamlı bir farklılık göstermektedir [$U= 15351,500$; $p,001$; $p>0,05$]. Bu durumda, annelerin çocukları ile ilgili davranış sorun düzeyleri ortalama puanlarının, öğretmenlerin çocuklar ile ilgili davranış sorunları ortalama puanlarına göre daha yüksek bir değerde olduğu sonucu göze çarptığı söylenebilmektedir.

BÖLÜM V

SONUÇ VE TARTIŞMA

Bu bölümünde, araştırma sonucunda elde edilen bulgulara göre sonuçlar belirlenmiş ve yapılan ilgili araştırmalara yer verilmiştir. Ayrıca araştırmanın genişletilmesi için önerilerde bulunulmuştur.

5.1. Sonuç ve Tartışma

Araştırma, farklı spor branşları ile uğraşan çocukların ruhsal uyum düzeylerini ve bazı değişkenler açısından farklılaşma olup olmadığını belirleyerek karşılaştırmalı olarak incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu doğrultuda, 6-12 yaşlar arasında bireysel (atletizm, yüzme, jimnastik), mücadele (karate ve taekwondo) ve takım sporları (voleybol, futbol, basketbol) ile uğraşan çocukların ruhsal uyumları ile birlikte bunun alt boyutları olan nevrotik ve davranış sorun düzeyleri, anne ve öğretmenlerden alınan cevaplarla, spor branşları, yaş, cinsiyet, spor yapma süreleri, anne ve babaların öğrenim durumu gibi değişkenler esas alınarak elde edilen veriler kapsamında analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda aşağıdaki sonuçlara ulaşılmıştır:

1. Araştırmaya katılan öğrencilerin verilerine ilişkin yapılan analizler sonucunda, anne görüşlerine göre çocukların ruhsal uyum düzeyleri, ölçeğin alt boyutları olan nevrotik ve davranış sorun düzeylerinde, branş değişkenine ilişkin anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak, bireysel, mücadele ve takım sporları ile uğraşan çocukların ruhsal uyum, nevrotik ve davranış sorun düzeyleri ortalama puanları arasında değer farklılıkları görülmüştür. Bu doğrultuda;

Ruhsal Uyum ortalama puan sırası; Takım>Bireysel>Mücadele

Nevrotik Sorun Düzeyi ortalama puan sıralaması; Mücadele=Bireysel>Takım

Davranış Sorun Düzeyi ortalama puan sıralaması; Mücadele>Bireysel>Takım sporları olarak tespit edilmiştir.

2. Araştırmaya katılan öğrencilerin verilerine ilişkin yapılan analizler sonucunda, öğretmen görüşlerine göre çocukların ruhsal uyum düzeyleri, ölçeğin alt boyutları olan nevroitik ve davranış sorun düzeylerinde, branş değişkenine ilişkin anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak, bireysel, mücadele ve takım sporları ile uğraşan çocukların ruhsal uyum, nevroitik ve davranış sorun düzeyleri ortalama puanları arasında değer farklılıkları görülmüştür. Bu doğrultuda;

Ruhsal Uyum ortalama puan sırası; Bireysel>Mücadele>Takım

Nevrotik Sorun Düzeyi ortalama puan sıralaması; Takım>Bireysel>Mücadele

Davranış Sorun Düzeyi ortalama puan sıralaması; Mücadele>Takım>Bireysel sporları olarak tespit edilmiştir.

Anneler ve öğretmenler tarafından yapılan değerlendirme sonucunda ruhsal uyum düzeyi ve alt boyutları olan, nevroitik ve davranış sorun düzeylerinde branş değişkeni bakımından istatistiksel olarak herhangi bir fark görülmemişse de rakamsal olarak bireysel, mücadele ve takım sporlarının sıralamasının farklı olduğu görülmektedir.

Spor, çocuklar ve gençlerin bedenlen ve ruhen sağlıklı, sosyal yönden gelişmiş birer kişilik kazanmalarına katkı sağlarken, diğer taraftan, yapıcı, yaratıcı, üretken kişilik, centilmen, sağduyulu, hoşgörülü, ahlaklı, düzgün davranışlı, kendine güvenli beşeri münasebetleri düzgün örnek bir insan olarak yetişmesinde büyük katkılar sağlamaktadır. (Yetim, 2011, s.171).

Spor dalının türü de, içerisinde barındırdığı bir takım psikolojik özellikleri (motivasyon, bireysel mücadele, takım ruhu, konsantrasyon ve motivasyon vb.) nedeniyle bireyin psikolojik ve duygusal durumunu farklı yönlerde etkileyebilir (Küçük ve Koç, 2004).

Bireysel sporlar, kendini denetleme, çabuk karar verme, haklarını koruma ve savunma, kendi yeteneklerinin farkına varma, bağımsız ve özgüvenli hareket etme gibi özellikleri geliştirirken, mücadele sporları öfke ve saldırganlık duygularını azaltma, kendini kontrol etme becerisini geliştirme, öz saygı farkındalığı oluşturma yönlerinden gelişime katkı sağlar.

Takım sporları ise daha çok paylaşma, iş birlikçi çalışma, kalabalık ortamda nasıl hareket edilmesini öğrenebilme, aidiyet, sorumluluk paylaşımında bulunma ve böylece ruhsal zorlanmanın azalmasını sağlayan bir yarar sağlar.

Yapılan araştırmalar takım sporu yapanlarla bireysel spor yapanlar arasında kişilik özellikleri yönünden belirli farklılıklar olduğunu göstermiştir. Bireysel spor yapanların takım sporu yapanlara göre daha az kaygılı, kendine daha yeterli ve daha bağımsız oldukları belirtilmektedir (Cratty, 1973). Bireysel spor yapan sporcuların yalnız başlarına antrenman yapmayı seven, becerilerini yalnız geliştirmek isteyen, daha gergin ve öfkeli, kendiliğindenlik (spontan olma) özelliğı fazla, kendilerine güvenen, benmerkezci ve tepkisel özellikleri yüksek kişiler olduğunu belirlemişlerdir (James & Johnson, 1983). Nia ve Besharat (2010)'ın yaptığı bir çalışmada bireysel ve takım sporu yapan sporcuların kişilik özelliklerine bakılmıştır. Bireysel spor yapanların takım sporları yapanlara göre, daha sorumlu ve özerklikten daha yüksek puan aldıkları gözlenmiştir. Ayrıca takım sporu yapanların ise bireysel spor yapanlara göre, iş birliğine yatkınlık ve samimiyetten daha yüksek puan aldıkları gözlenmiştir.

Yapılan diğer bir araştırmada da, mücadele sporlarının çocuklardaki davranış sorunlarını azaltmaya yardımcı olduğu belirtilmiştir (Gonzalez, 1989). Mücadele sporları, düşmanlık (Daniels ve Thornton, 1992), öfke (Brown ve ark., 1995) ve saldırganlık duygularında azalmaya neden olmaktadır (Madden, 1990; 1995). Aynı zamanda bu sporlara katılım daha rahat ve sempatik bireyler olmayı sağlar (Pyecha, 1970); özgüven (Spear, 1989) ve özsaygıyı (Finkenbergl, 1990; Brown ve ark., 1995) artırır, kendini kontrol becerisini geliştirmektedir. (Brown ve ark., 1995). Birçok spor branşı yarışma ve kazanmayı vurgularken; karate, taekwondo gibi Asya kökenli geleneksel özellikleri bulunan spor branşları kendini tanıma, kendini gerçekleştirme ve kendini kontrol etmenin önemini vurgulaması açısından önem teşkil etmektedir. (Tekin, 2008).

Korkmaz ve arkadaşları (2003), gerek takım sporları gerekse bireysel sporlar ile uğraşan gençlerin uyum düzeylerinin spor yapmayanlara göre daha iyi olduğunu söylemektedirler.

Geylan (2010), 9-11 yaş arası cimnastik yapan çocuklarla, spor yapmayan çocuklar arasındaki ruhsal uyum düzeyini belirlemek amacıyla yapmış araştırmasında, çocukların anneleri ve öğretmenlerinden toplanan veriler ve bu verilerin analizi sonucunda, cimnastik yapan çocukların spor yapmayan akranlarına göre daha az düzeyde ruhsal uyumsuzluk özelliklerine sahip oldukları belirlenmiştir.

İlhan ve Gencer (2010), çalışmasında, 12 hafta süre ile uyguladığı badminton eğitiminin, çocuklarda nevroitik sorun düzeylerinin azalmasına katkı sağladığını tespit etmiştir.

İlhan ve ark (2011), çalışmasında, okul sporlarına katılan ve katılmayan öğrencilerin ruhsal uyum düzeylerini karşılaştırmış ve okul sporlarına katılan öğrencilerin ruhsal uyum düzeyleri ile okul sporlarına katılmayan öğrencilerin ruhsal uyum düzeyleri arasında okul sporlarına katılan grubun lehine anlamlı farklılık bulmuştur.

Ersoy (2010)'un yapmış olduğu çalışmada da spor yapan çocuklarda bireysel spor alanında yüzme branşı, mücadele sporu alanında ise karate branşında faaliyet gösteren çocukların ruhsal uyum düzeylerinin sınıf öğretmeni görüşlerine göre takım sporu alanında hentbol branşına göre daha anlamlı bulunmuş olup hentbol branşında faaliyet gösteren çocukların ruhsal uyum düzeyleri de normal değerler arasında çıkmıştır.

Yapılan çalışmada, anne ve öğretmenlerin spor branşları değişkenine göre, çocukların ruhsal uyum özelliklerini değerlendirmeleri karşılaştırıldığında, ruhsal uyumun alt başlıklarında (nevroitik ve davranış sorunu) gruplar bazında farklı değerlendirmeler olduğu tespit edilmiş ancak istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Bu sıralama farklılığı sonucunun, çocukların evde ya da okulda göstermiş oldukları davranışlarını, tepkilerini, hareketlerini dışa farklı yansıtımalarından kaynaklandığı düşünülmektedir. Buna ek olarak, her spor branşının kendine has ve içerisinde barındırdığı psikolojik, sosyal, duygusal özelliklere sahip olduğu göz önünde bulundurularak, çocukların yapmış oldukları spor branşları neticesinde onların da psiko-sosyal ve kişilik gelişimlerinin bu doğrultuda olacağı yorumu yapılabilir. Örneğin; cimnastik, atletizm, yüzme gibi bireysel sporlarda özgüvenli olma, bağımsız hareket etme, kendi yeteneklerinin farkındalığı gibi bireysel bir mücadele vardır. Voleybol, futbol ve basketbol gibi takım sporlarında ise ekiple iş birliği, birlikte hareket edebilme, başarının ve başarısızlığın bütün takıma dağıtıldığı bir durum söz konusudur. Bu durumda, sorumluluğun paylaşılmasının ruhsal zorlanmayı azalttığı düşünülebilir. Karate, Taekwondo gibi Asya kökenli sporlar diğer spor branşları gibi yarışmayı ve kazanmayı vurgulamanın yanı sıra, geleneksel yapısı ve felsefesi gereği çocuğun kendini tanıması, kendini gerçekleştirme, öz kontrol bilincinin gelişmesi gibi özellikleri de içinde barındırır. Dolayısıyla, branşların içerdiği bu özelliklerin çocuğun ruhsal uyumunda rol oynayabileceği düşünülmektedir.

3. Araştırmaya katılan öğrencilerin verilerine ilişkin yapılan analizler sonucunda, anne ve öğretmen görüşlerine göre çocukların ruhsal uyum düzeyleri, ölçeğin alt boyutları olan

nevrotik ve davranış sorun düzeylerinde, cinsiyet değişkenine ilişkin anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak, anne ve öğretmenlerin değerlendirmelerine göre kız ve erkek çocukların ruhsal uyum, nevrotik ve davranış sorun düzeyleri ortalama puanlarının erkek çocukların lehine olduğu görülmektedir.

Ersoy (2010), çalışmasında, 9-11 yaş arası spor yapan ve yapmayan öğrencilerin ruhsal uyum düzeylerini cinsiyet değişkenine bağlı olarak incelemiş annelerin görüşlerine göre anlamlı bir fark bulmazken öğretmenlerin görüşlerine göre kız öğrencilerin lehine anlamlı bir farklılık bulmuştur.

Karakaya ve arkadaşları (2006), 9-13 yaş arası yüzme kulübüne düzenli olarak devam etmekte olan yüzücüler ile spor yapmayan çocuklar üzerinde yapılan çalışmada, spor yapan çocuklarda cinsiyet değişkenine göre yapılan istatistiki değerlendirmede kız yüzücülerin lehine benlik saygısının erkek yüzücülerden daha farklı olduğunu belirtmektedirler.

Bazı çalışmalarda ise, bayanların atılganlık düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu (Stebbins & ark., 1977; Becet, 1989; Bal, 2006; Menteş, 2007) tespit edilirken, bu durum araştırmamıza paralel olan farklı çalışmaların sonuçlarıyla zıtlık göstermektedir. Nitekim bazı çalışmalar da, (Oral, 1986; Arı, 1989; Ashford & Biddle & Goudas, 1993; Bozkurt, 1989) erkeklerin atılganlık düzeylerinin kızlardan daha yüksek olduğu belirlemişlerdir.

Yine cinsiyetlere göre atılganlık düzeylerinin mukayesesinde bir başka sonuca ulaşılmış çalışmalarda (İnceoğlu & Ayatar, 1987; Becet, 1989; Tegin, 1990; Aydın, 1991; Kapıkıran, 1993; Uğur, 1996; Saruhan, 1996; Kaya, 2001; Güler & Aydoğdu & Koç, 2005; Bal, 2006; Bayraktutan, 2006; Tatakır, 2003) cinsiyet değişkenine bağlı olarak atılganlık düzeyinin farklılık göstermediğini tespit etmişlerdir.

Yapılan araştırma cinsiyetler açısından kimi çalışmalarla benzerlik gösterirken, kimi çalışmalarla farklılık göstermiştir. Bu farklılığın nedeninin, araştırma grubunu oluşturan öğrencilerin spor yaşları, çocukların gelişimsel özelliklerine bağlı olarak çalıştıkları antrenörlerinin cinsiyetleri, sosyo-kültürel ve sosyo-ekonomik farklılıklar, spor branşındaki elitlik seviyelerinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir. Araştırma grubunun yaş aralığına bakıldığında kız çocuklarının bu yıllarda ergenlik dönemine girmiş olmaları, erkek çocuklara nazaran daha uyumsuz davranışlar sergiliyor olabileceklerini düşündürmektedir.

4. Araştırmaya katılan öğrencilerin verilerine ilişkin yapılan analizler sonucunda, anne ve öğretmen görüşlerine göre çocukların ruhsal uyum düzeyleri, ölçeğin alt boyutları olan nevrotik ve davranış sorun düzeylerinde, yaş değişkenine ilişkin anlamlı bir farklılık

bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak, araştırma grubunda yer alan 12 yaş, 11 yaş, 10 yaş ve altı çocuklara ilişkin anne ve öğretmenlerinin değerlendirmeleri sonucunda ruhsal uyum, nevrotik ve davranış sorun düzeyleri ortalama puanlarının sıralamasının; 11 yaş>12yaş>10 yaş ve altı olduğu tespit edilmiştir. Bu durumda ruhsal uyum, nevrotik ve davranış sorun ortalama puanlarının en yüksek değerinin 11 yaş, orta değerinin 12 yaş ve en düşük değerinin 10 yaş ve altı grubunda olduğu yorumu yapılabilmektedir.

Doğan ve ark. (2008), çalışmasında anne değerlendirmelerine göre, çocukların ruhsal uyum düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir farklılık tespit edememiştir.

Yapılan çalışmada, anne ve öğretmenlerin yaş değişkenine göre, çocukların ruhsal uyum düzeyleri karşılaştırıldığında, ruhsal uyumun alt başlıklarında (nevrotik ve davranış sorunu) gruplar bazında farklı değerlendirmeler olduğu tespit edilmiş ancak istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Sıralama farklılığının, çocuğun yapmış olduğu spor branşı türüne, buna bağlı olarak da seçtiği spora başlama yaşı ile ilgili bir nedenden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

5. Araştırmaya katılan öğrencilerin verilerine ilişkin yapılan analizler sonucunda, anne görüşlerine göre çocukların ruhsal uyum düzeyleri, ölçeğin alt boyutları olan nevrotik ve davranış sorun düzeylerinde, spor yapma süreleri değişkenine ilişkin anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak, 1-2 yıl, 2-3 yıl, 3-4 yıl ve 4 yıl üzeri spor yapan çocukların ruhsal uyum, nevrotik ve davranış sorun düzeyleri ortalama puanları arasında değer farklılıkları görülmüştür. Annelerin değerlendirmelerine göre;

Ruhsal Uyum ortalama puan sırası; 4 yıl ve üzeri>2-3 yıl>3-4 yıl>1-2 yıl

Nevrotik Sorun Düzeyi ortalama puan sıralaması; 1-2 yıl>3-4 yıl>4 yıl ve üzeri>2-3 yıl

Davranış Sorun Düzeyi ortalama puan sıralaması; 1-2 yıl>3-4 yıl>2-3 yıl>4 yıl ve üzeri olarak tespit edilmiştir.

Sporda performansa etki eden nedenlerden birinin psikolojik faktörler olduğunu söylemek mümkündür. Bu durumda, yapılan spor branşının süresi ile antrenman düzeyi arasında bir etkileşim olduğu düşünülebilir. Spor yapma süresi arttıkça antrenman düzeyi de artarak çocuğun içsel kaynaklı (motivasyon, stres) sorunlarını çözmesi onun ruhsal uyumuna olumlu katkı sağlayabilir.

6. Araştırmaya katılan öğrencilerin verilerine ilişkin yapılan analizler sonucunda, öğretmen görüşlerine göre çocukların ruhsal uyum düzeyleri, ölçeğin alt boyutları olan nevrotik ve

davranış sorun düzeylerinde, spor yapma süreleri değişkenine ilişkin anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ancak, 1-2 yıl, 2-3 yıl, 3-4 yıl ve 4 yıl üzeri spor yapan çocukların ruhsal uyum, nevrotik ve davranış sorun düzeyleri ortalama puanları arasında değer farklılıkları görülmüştür. Öğretmenlerin değerlendirmelerine göre;

Ruhsal Uyum ortalama puan sırası; 3-4 yıl>4 yıl ve üzeri>2-3 yıl >1-2 yıl

Nevrotik Sorun Düzeyi ortalama puan sıralaması; 1-2 yıl>4 yıl ve üzeri>2-3 yıl>3-4 yıl

Davranış Sorun Düzeyi ortalama puan sıralaması; 1-2 yıl>2-3 yıl>4 yıl ve üzeri>3-4 yıl olarak tespit edilmiştir.

Yapılan çalışmada, anne ve öğretmenlerin spor yaşları değişkenine göre, çocukların ruhsal uyum düzeyleri karşılaştırıldığında, ruhsal uyumun alt başlıklarında (nevrotik ve davranış sorunu) gruplar bazında farklı değerlendirmeler olduğu tespit edilmiş ancak istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür.

Bu farklılığın, çocukların yapmış oldukları spor branşı ve spora başlama yaşının bu konuda etkisi olabileceği yorumu yapılabilmektedir. Örneğin; cimnastik ya da yüzme branşı gibi spor dallarına başlama yaşı oldukça küçüktür. Bununla birlikte birçok spor branşına başlama yaşı da geriye çekilmiş durumdadır. Sadece başarı odaklı çalışmalar sonucu çocuklara küçük yaşlarda ve travmaya sebep olabilecek şekilde antrenman yüklenmeleri yapılmaktadır. Çocuğun spora başladığı ilk dönemlerde baskıya maruz kalması, kendi yeteneğini keşfetmesine fırsat tanınmadan ve hangi branşın kendine uygun olduğunun farkına varılmasını beklemeden yüklenilmesi sonraki dönemler için de bazı uyumsuzluklar doğurabileceği düşünülmektedir. Spor yaşının artması ile birlikte deneyimin artmış olması da çocukta farklı kişilik özelliklerinin kazanılmasına ve bunun sonucunda bazı uyum sorunlarına neden olabileceği tahmin edilmektedir.

7. Araştırma grubunda yer alan çocukların annelerinin öğrenim durumu değişkenine ilişkin ruhsal uyum ve davranış sorun düzeylerinde anlamlı bir farklılık gözlenirken ($p<0,05$), nevrotik sorun düzeyinde istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığa ulaşılmamıştır ($p>0,05$).

8. Araştırma grubunda yer alan çocukların babalarının öğrenim durumu değişkenine ilişkin ruhsal uyum ve davranış sorun düzeylerinde anlamlı bir farklılık gözlenirken ($p<0,05$), nevrotik sorun düzeyinde istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığa ulaşılmamıştır ($p>0,05$).

Baygöl (1997), ergenlerin öfke duygusunu nasıl yaşadıklarını ve sürekli öfke ve öfke kontrol, öfke dışı ve öfke içte biçimlerinden hangilerini daha sıklıkla kullandıklarını ve

bunlar üzerinde cinsiyetin, gelir düzeyinin, ana-baba eğitim durumunun, kardeş sayısının ve annenin çalışıyor olmasının herhangi bir etkisi olup olmadığını tespit etmek amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmanın örneklemini, Bursa il merkezinde bulunan liselerinden seçilen 15 yaşındaki 110 erkek ergen ve ilköğretim okullarından seçilmiş 14 yaşındaki 110 kız ergenden oluşturulmuştur. Araştırmanın sonucunda, cinsiyet ile öfke puanları arasında anlamlı bir ilişkinin olmadığı görülmüştür. Son olarak, ebeveyn eğitim durumuna göre bakıldığında, annesi ortaöğretim ve yükseköğretim mezunu olan ergenlerin öfkelerini daha çok dışa vurdukları; babanın eğitim durumuna göre bakıldığında ise, babaları ilköğretim mezunu olan ergenlerin öfkelerini daha çok içte tuttukları sonucuna ulaşılmıştır.

Terzi (2009)'un, "Anasının Devam Eden Çocuklarda Görülen Davranış Sorunlarının Öğretmen Görüşlerine Göre İncelenmesi" isimli çalışmasında, çocuklarda davranış sorunlarını gösterme sıklığının annenin eğitim durumu ile ilişkisine bakıldığında, ortaokul mezunu annelerin çocuklarının üniversite mezunu annelerin çocuklarına göre sosyal kaygı davranışlarının fazla olduğu bulunmuştur. Çocukların isyankar davranışlar, uyum ve ölçek toplam puanları arasında, çocuklarda problem davranışlar görülme sıklığında annenin eğitim durumuna göre anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir.

Çocuklarda davranış sorunlarını gösterme sıklığının babanın eğitim durumu ile ilişkisine bakıldığında ise, üniversite ve üstü eğitim düzeyine sahip babaların çocuklarında uyum davranışı, ilkokul, ortaokul ve lise mezunu babaların çocuklarına göre daha fazladır. Çocukların davranış sorunları göstermesi ile babanın eğitim durumuna göre, isyankar davranışlar, sosyal kaygı, ölçek toplam puanları arasındaki ilişki istatistiksel olarak anlamsız bulunmuştur.

Yapılan çalışmada, anne ve babaların öğrenim durumları yükseldikçe çocukların ruhsal anlamda daha uyumlu oldukları görülmektedir. Anne ve babanın öğrenim durumu seviyesi çocuğun gelişimini etkilerken, bu etkileşim sırasında anne ve babanın kendinde barındırmış olduğu ruhsal uyum durumlarını da çocuğa yansıtmış olabileceği sorusu akıllara gelmektedir.

9. Araştırma grubunda yer alan çocukların, anne ve öğretmenlerinin yaptıkları değerlendirmelerin karşılaştırılması sonucunda ruhsal uyum ve davranış sorun düzeylerine ilişkin anlamlı farklılık gözlenirken ($p<0,05$), nevrotik sorun düzeyinde istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığa ulaşılmamıştır ($p>0,05$).

Bununla birlikte, anne ve öğretmenlerin değerlendirilmelerinin karşılaştırılmasında, araştırma grubu ile ilgili ruhsal uyum ve alt başlıklarında (nevrotik ve davranış sorunu) annelerin değerlendirme puan ortalamalarının, öğretmenlerin değerlendirme puan ortalamalarından yüksek olduğu dikkat çekmektedir.

Annelerin değerlendirmesi sonucunda, çocukların ruhsal uyumsuzluk puanlarının ve davranış sorun puanlarının öğretmenlerin değerlendirmelerine göre anlamlı farklılık göstermesi akla bazı sorular getirmektedir. Çocukların uyumlu, benlik saygısı yüksek, iletişim kurabilen, toplumsallaşma sürecinde sosyal becerisi gelişmiş bir birey olması için ilk rol model ailesidir. Çocuklarını daha derinlemesine gözleyebilme fırsatına sahip olan anneler de bu konuda en önemli konumda yer almaktadır. Verilen cevapların da bu doğrultuda daha hassas olabileceği düşünülmektedir. Annelerin çocuklarına göstermiş olduğu davranışın yansımaları sonucunda çocukların da ebeveynine bir tepki olarak mı bu davranışları ya da uyum bozukluklarını sergilediği, annelerin çocuklarını değerlendirirken sorunları olağandan fazla mı gördüğü ve annelerin bu konunun bilincinde olup olmadığı gibi soruları akla getirmektedir. Nitekim, öğretmenlerin değerlendirmelerinde de ortalama puanlarının annelerin değerlendirmelerine göre düşük olması, öğretmenin çocuğu yeteri kadar tanıyıp tanımadığı, çocuğun okul hayatında bu davranışları sergileme sıklığının ne kadar olduğu, çocukların bu davranışlarını daha kalabalık ortamlarda dışarıya yansıtılmaya çalışabileceği gibi sorulara kapı aralamaktadır. Öğretmenin kalabalık bir sınıf içerisinde her bir çocuğu gözlemleyebilmesinin annelere nazaran daha az olacağı, çocuğun sınıf içi ve sınıf dışı davranışlarının da değişebileceğinin göz önünde bulundurulması gerektiği düşünülmektedir.

Dikkat çeken diğer bir husus ise, hem anne hem de öğretmenlerin ruhsal uyumsuzluk ve davranış sorun düzeylerine ilişkin anlamlı farklılık gözlemlenirken, nevrotik sorun düzeyinde istatistiksel anlamda bir farklılık gözlenmemesidir. Çocuklarda meydana gelen uyumsuzluk ve davranış sorunlarının çocuğun iç dünyasında yaşadığı bir sıkıntıyı dışa yansıtmasının bir ürünü olduğu düşünülürse kendi iç çatışmalarını davranışına ne şekilde ve nasıl yansıttığı, kendi iç sorunlarını dışa olduğu gibi yansıtmaktan ziyade kendine mi yönelttiği gibi durumları düşündürmektedir.

İlhan (2007) tarafından yapılan, Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuklarda Beden Eğitimi Ve Spor Aktivitelerinin Ruhsal Uyum Düzeylerine Etkisi isimli çalışmasının bulguları doğrultusunda, uygulama ve kontrol gruplarındaki çocukların anneleri ve özel eğitim öğretmenlerinin, çocukların ruhsal uyum özelliklerini değerlendirmeleri karşılaştırıldığında,

ruhsal uyumun tüm alt başlıklarında (nevrotik sorunlar, davranış sorunları ve diğer davranış sorunları) gruplar bazında farklı değerlendirmeler olduğu görülmüş ancak istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Anneler ve özel eğitim öğretmenlerinin değerlendirmelerinin karşılaştırılmasında göze çarpan bir başka husus ise, araştırma grubunun, gerek uygulama, gerekse kontrol gruplarında ve istisnasız ruhsal uyumun tüm alt başlıklarında, özel eğitim öğretmenlerinin değerlendirme puanlarının, annelerin değerlendirme puanlarına nazaran daha düşük olmasıdır.

Geylan (2010)'un yapmış olduğu, “9-11 Yaş Arası Cimnastik Yapan Çocuklarla, Spor Yapmayan Akranlarının Ruhsal Uyum Düzeylerinin İncelenmesi” isimli çalışmada da, cimnastik yapan ve spor yapmayan çocukların anneleri ve öğretmenlerinin, çocukların ruhsal uyum özelliklerini değerlendirmeleri karşılaştırıldığında, ruhsal uyumun tüm alt başlıklarında (nevrotik sorunlar, davranış sorunları) gruplar bazında farklı değerlendirmeler olduğu görülmüş ancak istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı saptanmıştır. Anneler ve öğretmenlerinin değerlendirmelerinin karşılaştırılmasında göze çarpan bir başka husus ise, araştırma grubunun, gerek cimnastik yapan, gerekse spor yapmayan çocuklarda istisnasız ruhsal uyumun tüm alt başlıklarında, öğretmenlerinin değerlendirme puanlarının, annelerin değerlendirme puanlarına nazaran daha düşük olduğudur.

Araştırma eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve spor aktivitelerinin ruhsal uyum düzeylerine etkisini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda toplanan veriler ile bu verilerin analizi sonucunda eğitilebilir zihinsel engelli çocuklar için özenle planlanan ve düzenli olarak yapılan beden eğitimi ve spor etkinliklerinin temel ruhsal uyum parametreleri olan nevrotik ve davranış sorunlarını azaltıcı etkiye sahip olduğu belirlenmiştir.

Sonuç olarak, bu araştırma, farklı spor branşlarındaki çocukların ruhsal uyum düzeylerinin karşılaştırılmalı olarak incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Bu amaç doğrultusunda çocukların anneleri ve öğretmenlerinden toplanan veriler ve bu verilerin analizi sonucunda sporcu çocukların ruhsal anlamda uyumlu oldukları görülmüştür. Branş değişkeni bakımından gruplar arasında anlamlı bir farklılık görülmesi de takım sporu ile uğraşan çocukların ruhsal uyum düzeylerinin en iyi olduğu, bunu bireysel sporlar ile mücadele sporlarının takip ettiği belirlenmiştir.

Çocukların ruhsal uyum düzeylerinde cinsiyet, yaş ve spor yaşı bakımından anlamlı ölçüde farklılaşma olmadığı bulunmuştur. Ayrıca genel olarak sporcu çocukların annelerinin,

öğretmenlerine nazaran çocuklarını daha uyumsuz olarak değerlendirdikleri sonucuna ulaşılmıştır.

5.2. Öneriler

“Farklı Spor Branşlarındaki Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılmalı Olarak İncelenmesi” isimli çalışmamın önerileri aşağıda sıralanmıştır:

1. Yapılacak çalışmaya farklı spor branşları da dahil edilebilir.
2. Yapılacak çalışma seçilecek spor branşı göz önünde bulundurularak farklı yaş grupları ile olabilir.
3. Öğretmenlerin ve antrenörlerin cinsiyetleri de değişkenlerin arasına alınarak farklı çalışmalar yapılabilir.
4. Sadece tek bir spor branşı ele alınarak farklı demografik özelliklerin nasıl bir sonuç getireceğine dair çalışmalar yapılabilir.
5. Teknoloji bağımlılığının arttığı son yıllarda, çocuklardaki hareketsizliği de tetikleyen ve çeşitli ruhsal sorunlara yol açan bu durum göz önüne alınarak, büyükşehirlerde bu etkiye daha fazla maruz kalan ve daha kırsal kesimlerde yaşayıp hareket alanı daha geniş olan spor yapan ve yapmayan çocukların karşılaştırılacağı çalışmalar yapılabilir.
6. Çocukların veya gençlerin kendilerini değerlendirdiği bir çalışma ile anne ve öğretmenlerin çocukları ve gençleri değerlendirdiği çalışmalar karşılaştırılabilir.

KAYNAKLAR

- Aktop, A. E. (2002, Ekim). *Takım ve bireysel sporcuların başarı motivasyonu, benlik saygısı ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması*. 7. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sunulmuş bildiri, Akdeniz Üniversitesi, Antalya.
- Ansbacher, H. A. (1956). *The individual psychology of Alfred Adler*. New York: Basic.
- Aracı, H. (1999). *Okullarda beden eğitimi*. Ankara: Bağırhan.
- Arslan, E. ve Arı, R. (2008). Erikson'un Psikososyal Gelişim Dönemleri Ölçeği'nin Türkçeye uyarlama, güvenilirlik ve geçerlilik çalışması. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (19), 53-60.
- Aydın, B. (2005). *Çocuk ve ergen psikolojisi*. İstanbul: Nobel.
- Aydın, B. (2007). *Eğitim psikolojisi. Gelişim-Öğrenme-Öğretim*. Ankara: Pegem A.
- Aydoğmuş, A. (2008). *9-13 yaş arası çocuklarda düzenli olarak yapılan 12 haftalık badminton antrenmanlarının ruhsal uyum düzeylerine etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Bakırcıoğlu, R. (2002). *Çocuk ruh sağlığı ve uyum bozuklukları*. Ankara: Anı.
- Bakırcıoğlu, R. (2011). *Çocuk ve ergenlerde ruh sağlığı*. Ankara: Anı.
- Başaran, M. (1992). *Oyunlarla spora hazırlık*. İstanbul: M.E.B.
- Bompa, T. (2007). *Antrenman kuramı ve yöntemi-dönemleme (T. Bağırhan, Çev.)*. Ankara: Spor.
- Brown, D., Wang, Y., Ward, A., Ebbeling, C.V., Fortlage, L., Puleo, E., ... Rippe, J.M. (1995). Chronic psychological effects of exercise and exercise plus cognitive strategies. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 27(5), 765-775.
- Burger, J. (2006). *Kişilik (D.Sarioğlu, Çev.)*. İstanbul: Kaknüs Psikoloji.

- Corey, G. (2008). *Psikolojik danışma kuramı ve uygulamaları (T. Ergene, Çev.)*. Ankara: Metnis .
- Cratty, B. (1973). *Psychological in contemporary sport*. Englewood cliffs:NJ.: Prentice Hall.
- Çaha, Ö. (1999). Spora yaslanarak bir nefes almak. *Düşünen Siyaset Dergisi*, 1(1), 115-125.
- Çamlıyer, H. (1997). *Çocuk hareket eğitimi ve oyun*. İzmir: Can Ofset.
- Çamlıyer, H. Ç. (2001). *Eğitim bütünlüğü içerisinde çocuk hareket eğitimi ve oyun* . Manisa: Emek.
- Daniels, K., Thornton, E. (1992). Length of training, hostility and martial arts: A comparison with other sporting groups. *British Journal of Sports Medicine*, 26(3), 118-120.
- Dirim, A. (2003). *Çocuk ruh sağlığı*. Ankara: Sağlık Bakanlığı.
- Doğan, O. (2005). *Spor psikolojisi*. Ankara: Nobel.
- Dolaşır, S. (2005). *Antrenörlerin mesleki etik ilkelere uyma düzeylerine ilişkin antrenör ve sporcu görüşleri*. Doktora Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Erkal, M. (1982). *Sosyolojik açıdan spor*. Ankara: Altın Kitaplar.
- Ersoy, T. (2010). *9-11 yaşlar arası spor yapan ve yapmayan çocukların ruhsal uyum düzeylerinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Finkenberg, M. (1990). Effect of participation in Tae kwon do on college woman's self-concept. *Perceptual and Motor Skills*, 19(2), 891-894.
- Fişek, K. (1983). *Devlet politikası ve toplumsal yapıyla ilişkileri açısından spor yönetimi*. Ankara: AÜ SBF.
- Fleisher, S. J., Avelar, C., Latorre, S. E., Ramirez, J., Cubillos, S., Christiansen, H., & Blaufarb, H. (1995). Evaluation of a judo/community organization program to treat predelinquent Hispanic immigrant early adolescents. *Hispanic Journal of Behavioral Sciences*, 17(2), 237-248.
- Foster, Y. (1997). Brief aikido training versus karate and golf training and university students' scores on self-esteem, anxiety, and expression of anger. *Perceptual and Motor Skills*, 84(2), 609-610.

- Gander, J. M., Gandiner, W. H. (1993). *Çocuk ve ergen gelişimi (B. Onur, Çev.)*. Ankara: İmge.
- Geylan, T. (2010). *9-11 yaş arası cimmastik yapan çocuklarla, spor yapmayan akranlarının ruhsal uyum düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Gökhan, N., Olgun, P., Gürses, Ç. (1979). *Sporif yetenek araştırma metodu Türkiye uygulaması*. İstanbul.
- Gür, H. (2000, Kasım). *Çocuklarda fiziksel aktivitenin yeri ve önemi*. 6. Ulusal Spor Bilimleri Kongresi'nde sunulmuş bildiri, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Hoffstetter, C. R., Howell, M. F., Sallis, J.F. (1990). Social learning correlates of exercise self-efficacy; early experiences with physical activity. *Social Science and Medicine*, 31(10), 1169-1176.
- İlhan, E. L. (2007). *Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve spor aktivitelerinin ruhsal uyum düzeylerinin incelenmesi*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- İlhan, E. L., Gencer, E. (2010). Çocuklarda nevroitik eğilimler ve badminton eğitimi ilişkisine yönelik bir araştırma. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 137-145.
- İlhan, E. L., Gencer, E. (2011). Okul sporlarına katılan ve katılmayan ilköğretim öğrencilerinin ruhsal uyum düzeylerinin incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(4), 265-276.
- James, W. J. (1983). The relationship between attitudes towards social interdependence and psychological health within three criminal populations. *Journal of Social Psychology*, 221(1), 31-143.
- Kapıkıran, S. (1993). *İçten ve dıştan denetimliliğe sahip ergenlerin atılganlık düzeyinin saptanması*. Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Karakaya, I. C. (2006). Yüzücülerin depresyon, benlik saygısı ve kaygı düzeylerinin değerlendirilmesi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7(3), 162-166.
- Karasar, N. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel.

- Karataş, N. (2009). *Çocuk gelişim psikolojisi*. İstanbul: Mozaik.
- Kat, H. (2009). *Bireysel sporcularla takım sporcularının stres düzeyleri ve problem çözme becerilerinin karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Erciyes Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kayseri.
- Kaya, M. Ö. (2006). Malatya il merkezinde farklı sosyoekonomik koşullardaki ilköğretim okulu öğrencilerinde ruhsal uyum taraması. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7(3), 157-161.
- Kılıçgil, E. (1998). *Sosyal çevre-spor ilişkileri*. Ankara: Bağırhan.
- Kırımoglu, H. K. (2008). *İlköğretim II. kademe öğrencilerinin atılganlık düzeylerinin spora katılımları bakımından incelenmesi*. 13. Ergen Bilimleri Kongresi'nde sunulmuş bildiri, Adnan Menderes Üniversitesi, Aydın.
- Kirkcaldy, B. D., Shephard, R. J., Siefen, R. G. (2002). The relationship between physical activity and self-image and problem behaviour among adolescents. *Social Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 37(11), 544-550.
- Kırkıncioğlu, M. (2003). *Çocuk ruh sağlığı*. İstanbul : YA-PA.
- Kozacıoğlu, G., Gördürür, H. (1995). *Bireyden topluma ruh sağlığı*. İstanbul: Alfa.
- Kulaksızoğlu, A. (1998). *Ergenlik psikolojisi*. İstanbul: Remzi.
- Kuru, E., Baştuğ, G. (2008). Futbolcuların kişilik özellikleri ve bedenlerini algılama düzeylerinin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(2), 95-101.
- Livanelioğlu, K. (2006). *Çocuk sporcu sağlığı*. Ankara.
- Madden, M. (1990). Attributions of control and vulnerability at the beginning and end of the karate course. *Perceptual and Motor Skills*, 70(3), 787-794.
- Madden, M. (1995). Perceived vulnerability and control of martial arts an physical fitness students. *Perceptual and Motor Skills*, 80(3), 899-910.
- Madenlian, R. (1979). An experimental study of the effect of aikido training on the self-concept of adolescents with behavioral problems. *Dissertation Abstracts International*, 40, 760-761.

- Mc. Mahon, D. (1990). The psychological basic of exercise and the treatment of delinquent adolescents. *Sports Medicine*, 9(6), 344-351.
- MEB. (2011). *Çocuk gelişimi ve eğitimi*. <http://megep.meb.gov.tr/indextr.html>. sayfasından erişilmiştir.
- Mengütay, S. (2006). *Çocuklarda hareket gelişimi ve spor*. İstanbul: Morpa.
- Menteş, A. (2007). *Lise öğrencilerinin atılganlık düzeyine sporun etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Nazik, B. (2003). *Çocuk ruh sağlığı 2*. İstanbul : YA-PA.
- Nia, M. E., Besharat, M. A. (2010). Comparison of athletes' personality characteristics in individual and team sports. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 5, 808-812.
- Oktay, A. (2002). *Yaşamın sihirli yılları: okul öncesi dönem*. İstanbul: Epsilon.
- Pettifor, B. (1999). *Physical education methods for classroom teachers*. United States: Human Kinetics.
- Pyecha, J. (1970). Comparative effects of judo and selected physical education activities on male university freshman personality traits. *Research Quarterly*, 41(3), 425-431.
- Rosenthal, D. R., Gurney, R. M., & Moore, S. M. (1981). From trust to intimacy: A new inventory for examining Erikson's stage of psychosocial development. *Journal of Youth and Adolescence*, 10(6), 525-537.
- Sargın, N. (2001). *Çocuk ruh sağlığı*. Ankara: Nobel.
- Sargın, N. (2012). *Çocuk ruh sağlığı*. Konya: Eğitim.
- Schultz, D. (2001). *Theories of personality*. Pacific Grove: Brooks/Cole.
- Senemoğlu, N. (2005). *Gelişim öğrenme ve öğretim*. Ankara: Gazi.
- Seven, S. (2008). *Çocuk ruh sağlığı*. Ankara: Pegem.
- Spear, R. (1989). Military physical and psychological conditioning: comparisons of four physical training systems. *Journal of the International Council for Health, Physical Education and Recreation*, 25, 30-32.
- Strauss, R. V. (2001). Psychological correlates of physical activity health children. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*, 155(8), 897-902.

- Sullivan, H. (1953). *The interpersonal theory of psychiatry*. New York: Norton.
- Suveren, S. (1991). Sporu teşvik eden ekonomik ve sosyal faktörler. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 7(1), 191-199.
- Şahan, H. (2007). *Üniversite öğrencilerinin sosyalleşme sürecinde spor aktivitelerinin rolü*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.
- Şenduran, F. (2008, Ekim). *Sporcu olan ve sporcu olmayan ortaöğretim öğrencilerinin uyum becerileri*. 10. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sunulmuş bildiri, İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu.
- Takken, T. N. (2003). Physical activity and health related physical fitness in children with juvenile idiopathic arthritis. *Annals of the Rheumatic Diseases*, 62(9), 885-889.
- Taşkıran, Y. (1997). *Hentbolda performans*. Ankara: Bağırhan.
- Terzi, E. (2009). *Anasınıfına devam eden çocuklarda görülen davranış sorunlarının öğretmen görüşlerine göre incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Topkaya, İ. (2011). *Hareket, beden eğitimi ve spor öğretiminde öğrenme ve öğretimin genel ilkeleri*. Ankara: Nobel.
- Tükenmez, M. (2009). *Toplumbilim ve spor*. İstanbul: Kaynak.
- Türk Dil Kurumu. (2011). *Türkçe sözlük*. Ankara: TDK.
- Voight, D. (1998). *Spor sosyolojisi (A. Atalay, Çev.)*. İstanbul: Alkım.
- Woolfolk, A., E., & Nicolich, L.M. (1984). *Educational psychology for teaching*, New Jersey: Prentice Hall.
- Yalçın, H. (2010). *Çocuk gelişimi*. Ankara: Nobel.
- Yamaner, F. (2001). *Beden eğitimi ve sporda temel ilkeler*. Bursa: Ekin.
- Yavuzer, H. (1999). *Çocuk psikolojisi*. İstanbul: Remzi.
- Yeşilyaprak, B. (2007). *Eğitim psikolojisi*. Ankara: Pegem A.
- Yetim, A. (2011). *Sosyoloji ve spor*. Ankara: Berikan.
- Yörükoğlu, A. (1978). *Çocuk ruh sağlığı: kişilik gelişimi, yetiştirilmesi ve ruhsal sorunları*. Ankara: Türkiye İş Bankası.

Yörükoğlu, A. (1998). *Çocuk ruh sağlığı, çocuk yetiştirme sanatı ve kişilik gelişimi*. İstanbul: Özgür.

Yörükoğlu, A. (2002). *Çocuk ruh sağlığı*. İstanbul: Özgür.



EKLER



EK.1. GENEL BİLGİ FORMU
ÖĞRENCİNİN;

SPOR BRANŞI			
CİNSİYET	<input type="checkbox"/> Kız		<input type="checkbox"/> Erkek	
YAŞ			
SPOR YAPMA SÜRESİ	<input type="checkbox"/> 1 yıl	<input type="checkbox"/> 2 yıl	<input type="checkbox"/> 3 yıl	<input type="checkbox"/> 4 yıl ve üzeri
ANNE	<input type="checkbox"/> Sağ		<input type="checkbox"/> Vefat	
BABA	<input type="checkbox"/> Sağ		<input type="checkbox"/> Vefat	
ANNE	<input type="checkbox"/> Öz		<input type="checkbox"/> Üvey	
BABA	<input type="checkbox"/> Öz		<input type="checkbox"/> Üvey	
ANNE-BABA	<input type="checkbox"/> Birlikte		<input type="checkbox"/> Boşanmış	
KARDEŞ SAYISI			
AİLE GELİR DÜZEYİ	<input type="checkbox"/> Düşük	<input type="checkbox"/> Orta	<input type="checkbox"/> Yüksek	<input type="checkbox"/> Çok Yüksek
ANNENİN ÖĞRENİM DURUMU	<input type="checkbox"/> Okur-Yazar değil <input type="checkbox"/> İlkokul <input type="checkbox"/> Ortaokul <input type="checkbox"/> Lise <input type="checkbox"/> Üniversite <input type="checkbox"/> Lisansüstü			
BABANIN ÖĞRENİM DURUMU	<input type="checkbox"/> Okur-Yazar değil <input type="checkbox"/> İlkokul <input type="checkbox"/> Ortaokul <input type="checkbox"/> Lise <input type="checkbox"/> Üniversite <input type="checkbox"/> Lisansüstü			
OKUL BAŞARI DURUMU	<input type="checkbox"/> Başarısız <input type="checkbox"/> Orta düzeyde başarılı <input type="checkbox"/> Başarılı <input type="checkbox"/> Çok başarılı			

EK.2. HACETTEPE RUHSAL UYUM ÖLÇEĞİ

	YOK	BİRAZ	ÇOK
1. Sıkılğan, çekingen ve güvensizdir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. Hareketlidir yerinde duramaz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. Korkaktır, Ürkektir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. Sinirlidir, çabuk kızar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. Bencildir, paylaşmaz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. Kıskançtır	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. Her şeye ağlar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. İnatçıdır söz dinlemez	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. Kendi başına bir şey yapamaz, yardım bekler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. Yalan söyler	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. Gece korkar, yalnız yatamaz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 Kendine ait olmayan şeyleri izinsiz alır	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. Kaygılı ve kuruntuludur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. Yaşlılarıyla geçinemez	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. Arkadaşsızdır yalnız oynar	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. Cezadan etkilenmez, uslanmaz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. Okula isteksiz gelir.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. Kavgacı ve saldırgandır	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. Durgun ve içine kapanıktır	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. Kırıcı ve zararlıdır	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. Neşesiz ve mutsuzdur	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. Sorumsuzdur, kendi işini yapamaz	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. Dikkatsizdir	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. Gereksiz titizliği vardır	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



GAZİLİ OLMAK AYRICALIKTIR...