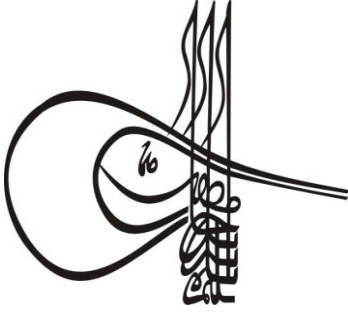




Turkish Studies

Social Sciences

Volume 13/18, Summer 2018, p. 1033-1045

DOI Number: <http://dx.doi.org/10.7827/TurkishStudies.13688>

ISSN: 1308-2140, ANKARA-TURKEY

Research Article / Araştırma Makalesi

Article Info/Makale Bilgisi

✍ Received/Geliş: Haziran 2018

✓ Accepted/Kabul: Eylül 2018

✍ Referees/Hakemler: Prof. Dr. Mehmet Dursun ERDEM –
Prof. Dr. Mehmet KÖÇER - Dr. Öğr. Üyesi Yunus Emre KARAKAYA

This article was checked by iThenticate.

SPOR EĞİTİMİ ALAN ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNİN DUYGUSAL ZEKA DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Serhat ÖZDENK*

ÖZET

Amaç: Bu araştırmada, üniversite öğrencilerinin bazı değişkenlere göre duygusal zekâ düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Bu tanımlayıcı araştırmaya Anadolu Bölgesi'nde bir üniversiteye bağlı Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği, Beden Eğitimi Öğretmenliği ve Antrenörlük Bölümünde okuyan ve araştırmaya katılmayı kabul eden 401 öğrenci alındı. Araştırmanın verilerinin toplanmasında öğrencilerin tanıtıcı özelliklerini belirlemek amacıyla oluşturulan soru formu ve Türkçe formunun geçerliği ve güvenirliği Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından yapılarak Türk araştırmacılar için kullanılabilir hale getirilen, sporcuların duygusal zekâ yeteneklerini ölçmek amacıyla geliştirilen "Sporda Duygusal Zekâ Envanteri" kullanıldı.

Bulgular: Araştırmada sınıf ile duygusal zeka puanı karşılaştırıldığında, dördüncü sınıfta okuyanların duygusal zeka puanı diğer sınıfta okuyanlara göre daha yüksek olduğu saptandı ($p=0.005$). Genel sağlık durumu ile duygusal zeka puanı karşılaştırıldığında, sağlık durumunu iyi algılayanların duygusal zeka puanı diğerlerine göre daha yüksekti ($p=0.025$). Diğer sosyo demografik özellikler ile duygusal zeka puanı karşılaştırıldığında istatistiksel bir fark bulunmadı ($p>0,05$).

Sonuç: Araştırma sonucunda sağlık durumunu iyi algılayan katılımcıların duygusal zeka puanlarının diğerlerine göre daha yüksek olduğu, sınıf ile duygusal zeka puanları karşılaştırıldığında dördüncü sınıf Spor eğitimi alan öğrencilerin diğer sınıfta okuyanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Duygusal Zeka; Beden Eğitimi; Spor; Spor Yöneticiliği; Öğrenci



* Dr. Öğr. Üyesi, Ahi Evran Üniversitesi BESYO Beden Eğitimi ve Spor ABD, El-mek: sozdenk@hotmail.com

EXAMINATION OF THE EMOTIONAL INTELLIGENCE LEVELS OF STUDENTS RECEIVING EDUCATION ON SPORTS

ABSTRACT

Objective: In this research, it is aimed to examine the emotional intelligence levels of university students according to various variables.

Material and Method: 401 students, who were studying in the Sports Management, Physical Education Teaching and Coaching Department, School of Physical Education and Sports of a university located in Anatolia Region, and who accepted to participate to the research, were included to this descriptive study. A question form, which was issued to determine the descriptive characteristics of students, and an “Emotional Intelligence Sports Inventory”, which was developed to measure the emotional intelligence competencies of sportsmen, and Turkish form of which was made available for Turkish researchers after being validated and authenticated by Adiloğulları and Görgülü (2015), were used to collect research data.

Findings: When we compared the emotional intelligence scores obtained by grades, we determined that the emotional intelligence scores of the students studying in fourth grade were higher than those studying in other grades ($p=0.005$). When we compared general health status and emotional intelligence score, emotional intelligence scores of those, who perceived their health status as good, were higher than others ($p=0.025$). When we compared other socio-demographic characteristics with emotional intelligence scores, we did not find any statistical difference ($p>0,05$).

Conclusion: As a result of the research, we observed that the emotional intelligence scores of those, who perceived their health status as good, were higher than others, and when we compared grade and emotional intelligence scores, we observed that the emotional intelligence scores of the students receiving education on Sports in the fourth grade were higher than those studying in other grades.

STRUCTURED ABSTRACT

Purpose of the Study

In this study, it is aimed to determine the emotional intelligence levels of university students receiving sports education by various variables, to determine the difficulties and problems that are experienced by students throughout the university education, and to make a contribution to the field, which aims to increase emotional intelligence levels positively, by making studies for the purpose of eliminating such problems.

It is very critical for a physical training teacher to provide leadership to students in the students’ emotional intelligence development process by using their competencies related with emotional intelligence. This is because the main thing that is expected from a leader is to offer a way of exhibiting behaviours. It is very difficult for a leader, who may not control

and manage his/her emotions, to perform correct behaviours. The foundation of providing a leadership that exhibits accurate skills is to establish an emotional intelligence that determines how to manage himself/herself and his/her relations. This issue shows us that a physical training teacher must use his/her emotional intelligence competence by improving it (Ada, 2009).

It is determined in several studies that individual characteristics (age, sex and etc.) make an effect on the emotional intelligence levels of persons (Yelkikalan et. al., 2012; Ergin, 2000; Börekçi, 2002; Taşkın, Taşgın, Başaran and Taşkın, 2010; Yarmohammadi and Taghibigloo, 2013; Özdenk, 2015; Karademir et. al., 2010). However, it is observed, in the studies conducted, that different results are obtained and therefore, that it is difficult to generalise results.

When one considers the number of factors, which make an effect on emotional intelligence levels, it is obvious that various researches must be made in this field with various samples in various locations by using various variables. In this context, we are of the opinion that this research would make a contribution to the literature in its field. This issue constitutes the main originating point for making this study. From this point of view, we examined whether the emotional intelligence levels of University students vary according to various variables.

Research population was comprised of total of 670 students registered in the Sports Management, Physical Education Teaching and Coaching Department, School of Physical Education and Sports affiliated to a university located in Anatolia Region. In the study, we used "Emotional Intelligence Sports Inventory" in addition to the questions that included personal information. Emotional Intelligence Sports Inventory, Turkish form of which was made available for Turkish researchers after being validated and authenticated by Adiloğulları and Görgülü (2015), was used to collect research data, was developed to measure the emotional intelligence competencies of sportsmen. Lane et. al. (2009) adapted the inventory to sportsmen as 19 items and 5 scales on the basis of the emotional intelligence scale developed by Shutte et. al. (1998). Sub-dimensions of this inventory that was adapted to sportsmen are comprised of five sub-scales, i.e. *self-appraisal of emotions* (3 items), *regulation of emotions* (2 items), *social skills* (3 items) and *utilizing emotions* (6 items). We observed that the Cronbach alpha values of the emotional intelligence sports inventory, which is comprised of 19 items and 5 sub-scales, range between 0,61 and 0,85. We observed that the general internal consistency coefficient of the scale was high, i.e. 0,91. Personal information form that was used in the study includes information on sex, age, studied department and grade, and perceived income level.

We planned not to use sampling method, but to subject all of the students to the questionnaire, but we managed to contact 59.85% (n: 401) of the population due to various reasons, such as absence and not willing to participate to the research etc. Data were obtained by researchers between May 01, 2017 and June 2017 after obtaining required permits from BESYO directorate and after preparing the program of study prior to implementation of the study. Scale form was distributed and collected in class environment. Answering period of the scale is approximately 10 minutes. Figures, ratios, averages and

standard deviation values were used as meta-data. Conformity of variables to normal distribution was examined by Shapiro Wilk normality test and Q-Q graphics ($p > 0.001$). An analysis was made by using Mann-Whitney U test and Kruskal Wallis test in order to compare the categorical variables between average emotional intelligence and socio-demographic characteristics. Dunn-Bonferroni test was used as multiple comparison test. p value of < 0.05 was considered as significant in terms of significance level. SPSS 23.0 program was used for statistical analysis.

In the study, when we made a comparison between emotional intelligence scores and grades, we determined that the emotional intelligence scores of the students studying in fourth grade were higher than those studying in other grades ($p = 0.005$). When we compared general health status and emotional intelligence score, emotional intelligence scores of those, who perceived their health status as good, were higher than others ($p = 0.025$). When we compared other socio-demographic characteristics with emotional intelligence scores, we did not find any statistical difference ($p > 0,05$).

Individuals may express their emotions by using such emotions in daily life, by using receiving physical training and by being engaged in sports behaviours. Interaction in sports environment provides opportunities to control emotions. Sport reinforces intelligence and will. It ensures that personality structure develops positively, and increases fighting and resistance capacity. Sport gives various opportunities to individuals to express themselves and to prove what they may achieve. It improves the competencies to be adapted to developing incidents and events, and to take decisions instantly. It makes a great contribution to an individual's ability to control his/her emotions. It ensures that the sense of responsibility is established. It ensures that individuals' refresh themselves and it also ensures that their emotions are developed (İnal, 2003).

One must not assess students based on their specific characteristics. Each student must be assessed as a different individual, and one must not disregard that they all have different competencies. It may make a positive affect on providing a solution to the adaptation problem of students, who have difficulty in being adapted to the university life, if orientation programs are provided particularly to students, who are new to university life, by using a more comprehensive method.

Education and training programs that may improve the emotional intelligence characteristics of students in the university education process may be implemented, and also, in higher education institutions that provide sports education, curriculum must be developed in a way to develop the emotional intelligence levels of students.

Organizing activities and events, in the education and training process, that are directed towards increasing the social, psychological and physiological characteristics of students may make a positive affect on students, which may make them more equipped individuals both in daily life and business life.

Keywords: Emotional Intelligence; Physical Training; Sports Education; Sports Management; Students.

Giriş

İngilizce "Emotional Intelligence" kelimesinin kısaltmış hali olan duygusal zeka kavramı EI olarak bilinmekle beraber literatürde yaygın olarak kullanımı "EQ" (Emotional Quotient) kısaltmasıdır. Duygusal zeka kavramını ilk olarak 1990 yılında John D. Mayer ve Peter Salovey'dir. Mayer ve Salovey duygusal zekayı ; "kendinin ve başkalarının duygularını izleme, bunlar arasında ayırım yapma ve buradan elde ettiği bilgileri düşünce ve davranışlarına yön vermede kullanabilme yeteneği" şeklinde tanımlamışlardır (Mayer ve Salovey, 1993). Weisinger (1998) ise, "Duygusal zekânın, yükseltilebilen, geliştirilebilen, doğuştan var ya da yok olan bir özellik olmadığını, bireylerde duygusal zekânın, beceri ve yeteneklerini bilip bu özellikleri öğrenerek ve bu alanlarda alıştırmalar yaparak geliştirilebileceğini söylemiştir.

Duygularının farkında olan , duygularını kontrol edebilen, diğer insanlara karşı empati yapıp insanları olduğu gibi kabul edebilen, başka bir deyişle, duygusal zekası yüksek olan kişilerin, iş yaşamında ve sosyal yaşamda daha avantajlı, hayatta daha mutlu ve üretken oldukları belirtilmektedir.

Öte taraftan duygularını kontrol edemeyen bireylerin ise net düşünebilme ve yaptıkları işlere konsantre olabilme özelliklerine engel olan içsel bir mücadeleye girdikleri bildirilmiştir. (Beceren, 2004).

Duygusal zeka düzeyi yüksek olan bireylerin, başkalarının ve kendilerinin duygusal durumlarını daha iyi anlayarak, tecrübe ve deneyimleriyle problemleri durumlara karşı çok daha iyi uyum sağlayabildikleri ve problemleri daha iyi çözebildikleri ileri sürülmüştür (Hisli, 2009).

Duygusal zekâ düzeyi yüksek olan bireylerin; duygularını yönetebilmekte daha başarılı olduğunu, duygusal problemlerin çözümünde ve stres yönetiminde daha başarılı olduğu, bununla birlikte sosyal ve aile içi ilişkilerde daha yapıcı ve pozitif yaklaşımlar sergilemektedirler (Mayer, 2004).

Duygusal zekâ özelliği çok iyi olmayan kişiler ise, aile içi ilişkilerde ve sosyal yaşamlarında, başarısız ve olaylara karşı daha saldırgan davranışlar göstererek olumsuz ilişkiler geliştirmektedir.

Kurumlarda, çalışan kişilerin yüksek duygusal zekâyâ sahip olması, iletişim ve ilişkilerin daha aktif olmasına, ekip ruhunun oluşarak performansın pozitif yönde artmasına, daha huzurlu ve mutlu bir çalışma ortamının oluşması ve bunların sonucunda da kurumun kazanç elde edilebileceği görülmektedir (Canbulat, 2007).

Öğrenme-öğretme aşamasının en temel öğelerinden biri olan öğretmen, öğrenci ile sürekli etkileşim halinde olan, mevcut eğitim programlarını uygulayan, eğitim ortamında öğrencilere istedik davranışları kazandıran, eğitim ve öğretimi yöneten aynı zamanda da öğrencinin değerlendirmesini yapan kişidir (Gürşimşek, Ekinci ve Selçioğlu, 2008). Gelecek nesillerin şekillenmesinde etkili olan öğretmenlerin, öğrencilere rehberlik edip, bu işlevlerini yerine getirebilmesi için yeterli özellikleri kazanmış olması gerekmektedir.

Beden eğitimi öğretmeninin, öğrencilerin duygusal zekâ gelişim sürecinde, duygusal zekâ ile ilişkili yeteneklerini kullanarak onlara liderlik yapması çok önemlidir. Çünkü liderden esas beklenen şey davranışlarını sergileme biçimidir. Duygularını yönetemeyip kontrol edemeyen liderlerin, doğru işleri de gerçekleştirebilmesi çok zordur. Doğru becerileri sergileyici liderlik yapmanın temelini, kendisini ve ilişkisini nasıl yöneteceğini belirleyen duygusal zekâ oluşturmaktadır. Bu da bize beden eğitimi öğretmeninin duygusal zekâ yeteneğini geliştirerek kullanması gerektiğini göstermektedir (Ada, 2009).

Bireysel özelliklerin (yaş, cinsiyet, vs) kişilerin duygusal zeka düzeyleri üzerine etkiye sahip olduğu yapılan birçok araştırmada belirtilmektedir (Yelkikalan ve ark., 2012; Ergin, 2000; Börekçi,

2002; Taşkın, Taşgın, Başaran ve Taşkın, 2010; Yarmohammadi ve Taghibigloo, 2013; Özdenk, 2015; Karademir ve ark., 2010). Ancak yürütülen araştırmalarda farklı sonuçların ortaya çıktığı ve bu nedenle sonuçların genellenmesinin zor olduğu görülmektedir.

Duygusal zekâ düzeylerine etki eden faktörlerin sayısı düşünüldüğünde, bu alanda farklı değişkenler kullanılarak farklı örneklem ve yerlerde çeşitli araştırmaların yapılmasının gerekli olduğu açıktır. Bu bağlamda bu araştırmanın alan yazına katkı da bulunacağı düşünülmektedir. Bu da bu çalışmanın gerçekleştirilmesinin temel çıkış noktasını oluşturmaktadır. Bu görüşlerden hareketle, bu araştırmada Üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre değişip değişmediği incelenmiştir.

Materyal-Metot

Araştırma Evreni

Çalışmada kelime ve sayıları kullanarak bir profil ortaya koymayı ve var olan bir durumu olduğu gibi aktarmayı amaçlayan tarama deseninden faydalanılmıştır (Yurtseven vd., 2013:16; Yıldırım ve Şimşek, 2016:54). Çalışma Anadolu Bölgesi'nde bir üniversiteye bağlı Beden eğitimi ve spor Yüksekokulu'nda (BESYO) yürütüldü. Araştırmanın evrenini BESYO'da bulunan 3 bölümde kayıtlı olan toplam 670 öğrenci oluşturmaktadır. Örneklem yöntemine gidilmeyip, bütün öğrencilere anketin uygulanması planlandı. Devamsızlık ve araştırmaya katılmak istememe gibi nedenlerden dolayı evrenin %59.85'ine (n:401) ulaşıldı.

Araştırmada Kullanılan Araç Ve Gereçler

Çalışmada kişisel bilgi içeren sorular dışında, "Sporda Duygusal Zekâ Envanteri" kullanılmıştır. Türkçe formunun geçerliği ve güvenilirliği Adiloğulları ve Görgülü (2015) tarafından yapılarak Türk araştırmacılar için kullanılabilir hale getirilen Duygusal Zekâ Envanteri sporcuların duygusal zekâ yeteneklerini ölçmek amacıyla geliştirilmiştir. Envanter, Shutte ve diğ. (1998)'nin geliştirmiş olduğu duygusal zekâ ölçeği (emotional intelligence scale) temel alınarak Lane ve arkadaşları (2009) tarafından 19 madde ve 5 boyut olarak sporcular için uyarlanmıştır. Sporcular için uyarlanan bu envanterin alt boyutları; *başkalarının duygularını değerlendirme* (5 madde), *kendi duygularını değerlendirme* (3 madde), *duyguları düzenleme* (2 madde), *sosyal beceriler* (3 madde) ve *duyguların kullanımı* (6 madde)' olarak beş alt boyuttan oluşmaktadır. 19 madde ve 5 alt boyuttan oluşan sporda duygusal zekâ envanterinin, Ölçek alt boyutlarının Cronbach alfa değerlerinin 0,61 ile 0,85 arasında değiştiği görülmektedir. Ölçeğin genel iç tutarlılık katsayısının ise 0,91 olarak yüksek olduğu görülmektedir. Çalışmada kullanılan Kişisel bilgi formunda ise cinsiyet, yaş, devam ettiği bölüm ve sınıfı, algıladığı gelir düzeyi bilgilerini içermektedir.

Veri Toplama, Düzenleme Ve Analizleri

Tanımlayıcı tipte yapılan bu çalışma, Anadolu Bölgesi'nde bir üniversiteye bağlı Beden Eğitimi ve Spor yüksekokulunda bulunan üç bölümde yürütüldü. Çalışma öncesinde BESYO müdürlüğünden gerekli yazılı izinler ve çalışma programı oluşturuldu. Veriler, araştırmacılar tarafından 01.Mayıs-01. Haziran 2017 tarihleri arasında toplandı. Anket formu sınıf ortamında dağıtılıp, toplanması ile elde edildi. Anketin cevaplama süresi yaklaşık 10 dakikadır. Tanımlayıcı verilerde sayı, yüzde ortanca (min-max) değerleri kullanıldı. Değişkenlerin normal dağılıma uygunluğu Shapiro Wilk normallik testi ve Q-Q grafikleri ile incelenmiştir ($p < 0.001$). Duygusal zeka puan ortalaması ile sosyo demografik özellikler arasında ki kategorik değişkenlerin karşılaştırılması için Mann-Whitney U testi ve Kruskal Wallis testi analizi yapıldı. Çoklu karşılaştırma testi olarak Dunn-Bonferroni testi kullanıldı. Anlamlılık düzeyi için p değeri < 0.05 anlamlı olarak kabul edilmiştir. İstatiksel analiz için SPSS 23.0 programı kullanıldı.

Bulgular

Araştırmanın çalışma evrenini oluşturan öğrencileri kişisel özellikleri ile ilgili elde edilen bulguları gösteren tablo aşağıda verilmiştir.

Tablo 1: Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Kişisel Özellikleri

Genel özellikler (n:401)	N (%)
Yaş	
19 ve altı	43 (10.7)
20-24 arası	315 (78.6)
25 ve üstü	43(10.7)
Cinsiyet	
Erkek	241 (60.1)
Kadın	160 (39.9)
Okuduğu bölüm	
Beden eğitimi öğretmenliği	244 (60.8)
Antrenörlük	88 (21.9)
Spor Yöneticiliği	69 (17.3)
Sınıf	
1.sınıf	80 (20.2)
2.sınıf	84 (20.9)
3.sınıf	109 (27.2)
4.sınıf	127 (31.7)
Düzenli fiziksel aktivite	
Evet	186 (49,4)
Hayır	215 (53,6)
Gelecek kaygısı duyuyor musunuz?	
Evet	269 (67.1)
Hayır	132 (32.9)
Algılanan sağlık durumu	
İyi	233 (58.1)
Orta	160(39.9)
Kötü	8 (2,0)
Algılanan gelir düzeyi	
İyi	108 (26.9)
Orta	267 (66.6)
Kötü	26 (6.5)
Akademik başarı	
İyi	124 (30.9)
Orta	251 (62.6)
Kötü	26 (6.5)
Ailesi ile birlikte yaşayanlar	
Evet	157 (39,2)
Hayır	244 (60,8)
Sigara kullanım durumu	
Evet	155 (38.7)
Hayır	246 (61.3)

Tablo 1’de görüldüğü gibi, çalışmaya katılan öğrencilerin %78.6’sı 20-24 yaş arasındaydı. Öğrencilerin %60.1’i erkek, %31.7’si dördüncü sınıf öğrencisiydi. Öğrencilerin %60.8’i beden eğitimi

öğretmenliği bölümünde okuyordu ve %67.1'i gelecek kaygısı duyduklarını belirttiler. Katılın öğrencilerin %46.4'ü düzenli fiziksel aktivite yaptıklarını, %38.7'si sigara kullanmaktaydı. %39.2'si aileleri ile birlikte yaşadıklarını belirtti (Tablo 1).

Tablo 2: Araştırmaya Katılan Öğrencilerin duygusal zeka puan ortalamaları

Alt boyut başlıkları	Ortanca (min-max değerleri)
Duygusal zekâ ölçeği	63.00 (23.00-93.00)
Başkalarının duygularını değerlendirme	16.00 (6.00-25.00)
Kendi duygularını değerlendirme	10.00 (3.00-15.00)
Duyguları düzenleme	7.00 (2.00-10.00)
Sosyal beceriler	10.00 (3.00-15.00)
Duyguların kullanımı	20.00 (6.00-30.00)

Tablo 2'de görüldüğü gibi, Öğrencilerin duygusal zeka ölçeği ortalamaları 63.36 ± 13.80 olarak hesaplandı. Ölçeğin alt boyutları incelendiğinde, Başkalarının duygularını değerlendirme puan ortalaması 16.09 ± 3.48 , kendi duygularını değerlendirme ortalaması ise 10.16 ± 2.84 olarak saptandı. Duyguları düzenleme puan ortalaması 6.63 ± 2.01 , Sosyal beceriler 10.15 ± 5.12 , Duyguların kullanımı ise 20.32 ± 5.12 puan olarak hesaplandı (Tablo 2).

Tablo 3: Araştırmaya Katılan Öğrencilerin genel özelliklerine göre duygusal zeka puanları

Sosyo-Demografik Değişkenler	Duygusal zeka puan Ortancası	X ²	Sd	P
Yaş				
19 ve altı	62 (31-90)			
20-24 arası	64 (23-93)	3,78	2	0,151
25 ve üstü	64 (23-93)			
Okuduğu bölüm				
Beden eğitimi öğretmenliği	63 (23-93)			
Antrenörlük	66,5 (23-93)	5,963	2	0,051
Spor Yöneticiliği	59 (29-91)			
Sınıf				
1.sınıf	61 (31-91)			
2.sınıf	62 (29-93)	12,73	3	0,005
3.sınıf	62 (29-93)			
4.sınıf	68 (23-9)			
Algılanan sağlık durumu				
İyi	64 (23-93)			
Orta	63 (23-91)	7,379	2	0,025
Kötü	54 (29-62)			
Algılanan gelir düzeyi				
İyi	60 (23-90)			
Orta	65 (25-93)	3,9	2	0,142
Kötü	61 (49-91)			
Akademik başarı				
İyi	64 (25-90)			
Orta	63 (23-90)	5,677	2	0,59
Kötü	57 (23-84)			
Ailesi ile birlikte yaşayanlar				
Ailesi ile birlikte	62 (23-84)			
Ev arkadaşı	63 (23-91)	0,115	2	0,944
Yurt	64 (32-93)			

Tablo 3’de görüldüğü gibi, sınıf ile duygusal zeka puanı karşılaştırıldığında, dördüncü sınıfta okuyanların duygusal zeka puanı diğer sınıfta okuyanlara göre daha yüksek olduğu saptandı ($p=0.005$). Genel sağlık durumu ile duygusal zeka puanı karşılaştırıldığında, sağlık durumu iyi algılayanların duygusal zeka puanı diğerlerine göre daha yüksekti ($p=0.025$). Diğer sosyo-demografik özellikler ile duygusal zeka puanı karşılaştırıldığında istatistiksel bir fark bulunmadı ($p>0,05$).

Tablo 4: Araştırmaya Katılan Öğrencilerin genel özelliklerine göre duygusal zeka puanları

		Duygusal zeka puan Ortancası	MW-U	Standart Error	P
Cinsiyet					
	Kadın	64 (23-93)	18,159	1.135,94	0,324
	Erkek	62 (23-90)			
Gelecek musunuz?	kaygısı duyuyor				
	Evet	64 (23-93)	16565	1.090,06	0,275
	Hayır	61,5 (23-90)			
Sigara durumu	kullanım				
	Evet	62 (23-93)	18,951	1.129,59	0,96
	Hayır	63,5 (23-91)			

Tablo 4’ de görüldüğü gibi cinsiyet değişkenine göre katılımcıların duygusal zeka düzeylerinde herhangi bir farklılık görülmemiştir, yine katılımcıların gelecek kaygısı duyup duymadıkları ve sigara kullanım durumuna göre herhangi bir anlamlı farklılık bulunamamıştır.

Tartışma

Küreselleşen dünyada insanların hayatına yön vereceği dönüm noktalarından birisi, istediği ve başarılı olabileceği mesleği seçebilme özgürlüğüne sahip olmasıdır. Meslek seçimi geleceğe dönük hayat biçimini seçmek olup, doğru ve mutlu olacağı meslek seçiminin yapılması büyük bir önem arz etmektedir (Karakaya vd., 2013).

Spor psikolojisi araştırmalarında duygusal zeka, spor ile bağlantılı olduğu düşünülen stres, kaygı, stresle başa çıkma, güdülenme gibi hem bireysel hem de takım performansını etkilediği varsayılan değişkenleri içermesinin yanı sıra, grup içi süreçler ve bireyler arası ilişkilerde de büyük öneme sahiptir. Buna ek olarak, duygusal zeka kavramı psikolojinin pek çok alt dalında ve hatta disiplinler arası kimi çalışmalarda üzerinde çalışılan bir konudur (Tok, 2008).

Spor eğitimi alan Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka düzeylerinin incelendiği araştırmamızda, Araştırmaya katılan öğrencilerin sınıf değişkenine göre duygusal zeka puanlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir (Tablo 3).

Tespit edilen bu sonuç, bu alanda yapılan çalışmaların birçoğuyla paralellik arz etmektedir. Bireylerde sorumluluk düzeyi ve yaşları ilerledikçe olaylara bakış açısı, tepkiler, insanlara yaklaşım tarzı, problem çözme, vb duygusal durumların olumlu yönde artış gösterdiği söylenebilir.

Yalız (2013) beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü öğrencilerinin duygusal zeka düzeylerini incelediği çalışmada öğrencilerin öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre kişisel

yetenekler, kişilerarası yetenekler ve genel ruh durumu boyutları arasında anlamlı bir fark tespit etmiştir.

Avşar, G., Kaşıkçı, M. (2010). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinde duygusal zekâ düzeyini inceledikleri çalışmalarında son sınıf öğrencilerinin duygusal zeka puanlarını diğer sınıf öğrencilerden yüksek olduğunu tespit etmişlerdir.

Çiriş (2014) Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerini incelediği çalışmada, öğrencilerin sınıf seviyelerinin onların sosyal beceri düzeyleri üzerinde etkili bir değişken olduğunu belirtmektedir. Öğrencilerin sınıf seviyeleri arttıkça sosyal beceri düzeylerinin arttığı belirtilmektedir.

Futbol Hakemlerinin duygusal zekâ ve iletişim beceri düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği bir çalışmada ise hakemlerin duygusal zekâ düzeyleri alt boyutlarından şartlara ve çevreye uyum düzeylerinin hakemlerin eğitim durumu değişkenine göre anlamlı olarak farklılaştığı görülmüştür (Özdayı ve Uğurlu, 2015).

Ergin, İsmen ve Özabacı (1999) tarafından liseli ergenler üzerinde yapılan araştırmada 15 yaşındaki öğrencilerin duygusal zekâlarının 16 ve 17 yaşındaki öğrencilerin duygusal zekâlarından daha düşük olduğu ve yaş arttıkça duygusal zekanın da arttığını tespit etmişlerdir.

Araştırma sonucunda sağlık durumunu iyi algılayan katılımcıların duygusal zeka puanlarının diğerlerine göre daha yüksek olduğu görülmüştür (Tablo 3) .

Dünya Sağlık Örgütü algılanan sağlığı “ yalnız hastalık ve sakatlığın olmayışı değil; bedensel, ruhsal ve sosyal yönden tam bir iyilik halidir” tanımından hareketle, iyi ve çok iyi “sağlığın iyi algılanması”, çok kötü ve orta kötüyü “sağlığın kötü algılanması” şeklinde iki kısma ayırmıştır (Fişek NH, 1983).

Hastalıklardan korunabilme ve sağlığın olumlu yönde geliştirmesinde en etkili yöntemlerden biri de yaşam şeklinin farklılaştırılmasıdır. İnsanların sağlıklı bir hayat sürdürebilmeleri için sağlıklı yaşam tarzını benimseyip ve uygulamaları gerekmektedir. Üniversite öğrencileri toplum sağlığının korunması ve geliştirilmesi açısından sağlıklı yaşam biçimi davranışlarını uygulamaları beklenen önemli bir risk grubudur (Babaoglu U, Cevizci S, Ozdenk G, 2014)

Hastalık genellikle hoş olmayan duygular ya da acı ile alakalıdır, bu sebeple hastalıkların varlığı doğrudan olumsuz duyguları arttırmaktadır. Bununla beraber hastalık genellikle kişilerin fizyolojik problemler yaşamasına neden olur, hayatı olumsuz yönde etkileyip yaşantıyı güçleştirir. Bu sebeplerden dolayı olumlu duygu ve yaşam doyumunu azaltabilir (Ryan ve Deci, 2001).

Fiziksel sağlık ve stres arasındaki ilişkinin incelediği bir çalışma da olumsuz duyguların sağlık problemleri ile anlamlı ilişkisi olmasına rağmen uzun süreli sağlık durumu ile güçlü veya sürekli ilişkisinin olmadığı görülmüştür (Watson ve Pennebaker 1989).

Araştırmaya katılan öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre duygusal zeka puanlarında anlamlı bir farklılık görülmemiştir (Tablo 4). Araştırmadan elde edilen bu bulgu, çeşitli araştırmacılar tarafından da desteklenmektedir.

Taşkın, Taşgın, Başaran ve Taşkın (2010) yapmış oldukları çalışmalarında, araştırmaya katılan öğrencilerin duygusal zekâlarına ilişkin kişisel yetenekler, kişilerarası yetenekler, uyumluluk ve genel ruh durumu için elde edilen puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Karademir vd. (2010) Beden eğitimi ve spor öğretmenliği bölümü özel yetenek sınavına giren adayların, benlik saygıları ve duygusal zeka seviyelerinin bazı sosyo-demografik özelliklere

göre incelediği çalışmasında araştırmaya katılan katılımcıların cinsiyet değişkenine göre duygusal zeka düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı fark oluşturmadığını tespit etmişlerdir.

Temeloğlu (2018) Duygusal zekâ ile problem çözme becerisi arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasında, hemşirelik öğrencilerinin duygusal zekâsı ile cinsiyet arasındaki ilişki istatistiki olarak anlamlı bulunmamıştır.

Sonuç

Bireylerin duygularını ifade edebilmesi, bu duyguları günlük yaşamında kullanabilmesi, beden eğitimi ve spor davranışları ile mümkün olabilmektedir. Spor ortamındaki etkileşim, kişilere duyguların kontrolü için uygun fırsatlar sağlar. Spor zeka ve iradeyi güçlendirir. Kişilik yapısını olumlu yönde geliştirir, mücadele ve dayanma kapasitesini arttırır. Spor kişilerin kendilerini ifade etmesini ve neleri yapıp gerçekleştirebileceğini ispatlama konusunda imkânlar sağlar. Sürpriz gelişen durum ve olaylara uyum sağlayabilme ve anında karar verebilme yeteneklerini geliştirir. Bireyin duygularını kontrol edebilmesinde önemli katkı sağlar. Sorumluluk duygusunun oluşmasını sağlar. İnsanın kendini yenilemesine ve hoşgörü duygularının gelişmesini sağlar (İnal, 2003).

Bu araştırma, Spor eğitimi alan üniversitede Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri ile yürütülmüştür.

Araştırmada sınıf ile duygusal zeka puanı karşılaştırıldığında, dördüncü sınıfta okuyanların duygusal zeka puanı diğer sınıfta okuyanlara göre daha yüksek olduğu saptandı ($p=0.005$). Genel sağlık durumu ile duygusal zeka puanı karşılaştırıldığında, sağlık durumunu iyi algılayanların duygusal zeka puanı diğerlerine göre daha yüksekti ($p=0.025$). Diğer sosyo demografik özellikler ile duygusal zeka puanı karşılaştırıldığında istatistiksel bir fark bulunamadı ($p>0,05$). Araştırmanın bulguları taşıdığı sınırlılıklar çerçevesinde değerlendirilmelidir.

Bulgular sadece seçilen örneklem grubuyla sınırlı olduğundan, sonuçların genellenebilmesi ancak aynı konuda, farklı ve daha büyük örneklem grupları üzerinde yapılacak araştırmalarla mümkün olacaktır. Çalışmanın bulgularından hareketle; öğrencileri sadece belirli özellikleriyle değerlendirmemek gerekir. Her öğrenciyi farklı bir birey olarak değerlendirmeli ve hepsinin farklı farklı yeteneklerinin olduğu göz ardı edilmemelidir. Özellikle üniversiteye yeni başlayan öğrencilere oryantasyon programlarının daha geniş kapsamlı bir şekilde gerçekleştirilmesi üniversite yaşamına uyum sağlamada problem yaşayan öğrencilerin adaptasyonunu olumlu yönde etkileyebilir.

Üniversite eğitimi sürecinde öğrencilere duygusal zeka özelliklerini geliştirici eğitim-öğretim programları uygulanabilir, yine spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarında müfredat, öğrencilerin duygusal zeka düzeylerini geliştirici bir şekilde geliştirilmelidir.

Eğitim öğretim sürecinde öğrencilerin sosyal, psikolojik, fizyolojik özelliklerinin arttırılmasına yönelik faaliyet ve organizasyonların onların gerek normal hayatta gerekse de iş yaşamında daha donanımlı bireyler olmasına olumlu katkılar sağlayabilir.

Ayrıca daha geniş örneklem gruplarında nitel ve nicel çalışmalar yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Ada, S. (2009). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Duygusal Zekâ Düzeyleri ve Yetkinliklerinin Belirlenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Yönetimi ve Denetimi Bilim Dalı, İstanbul.
- Adiloğulları, İ. & Görgülü, R. (2015). Sporda Duygusal Zekâ Envanteri'nin uyarlama çalışması. *Int J Sport Exer & Train Sci*, 1(2), 83-94.

- Avşar, G., Kaşıkçı, M. (2010). Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinde duygusal zekâ düzeyi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 13(1): 1-6.
- Babaoglu U, Cevizci S, Ozdenk G. Evaluation of Healthy Lifestyle Behaviors of Female Students in A Public Accommodation Center From Kirsehir, Turkey. *Materia Socio Medica* [Internet]. ScopeMed International Medical Journal Management and Indexing System; 2014;26(6):372.
- Börekçi, A. G. (2002). Çalışma Ortamlarında Duygusal Zekâ Uygulamadan Bir Örnek. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Becerem E. (2004). Duygusal zekâ kavramının gelişimi. 10 Mayıs 2018. <http://duygusalzeka.net/icsayfa.aspx?Sid=7&Tid=3>.
- Çiriş, V. (2014). Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi.
- Fişek NH. Halk Sağlığı'na Giriş. Ankara: Çağ Matbaası, 1983: 1-2
- Hisli Sahin N, Güler M, Basim HN. (2009) The relationship between cognitive intelligence, emotional intelligence, coping and stress symptoms in the context of type A personality pattern. *Turk Psikiyatri Derg* 2009;20:243-54.
- Karademir, T., Döşyılmaz, E., Çoban, B. ve Kafkas, M. E. (2010). Beden Eğitimi ve spor bölümü özel yetenek sınavına katılan öğrencilerde benlik saygısı ve duygusal zekâ. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18 (2), ss. 653-674.
- Karakaya, Y. E. Karataş, Ö. Özdenk, Ç. Karataş, F. (2013). Üniversiteli sporcu öğrencilerin kariyer değeri algıları. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 14 (1),86-94.
- Mayer, J.D., Salovey, P.(1993). The Intelligence of emotional Intelligence. *Intelligence* 17 (4): 433–442.
- Mayer, J.D., Salovey, P., Caruso, DR. (2004). Emotional intelligence: Theory, findings, and implications. *Psychological Inquiry*, 15(3), 197–215.
- Özdayı, N., Uğurlu, M. F. (2015). Futbol Hakemlerinin Duygusal Zekâ ve İletişim Beceri Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, *Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 1(1), 31-39.
- Özdenk, S. (2015). Bireysel Ve Takım Sporuyla Uğraşan Sporcular İle Spor Yapmayan Bireylerin Duygusal Zekâ ve Liderlik Özelliklerinin İncelenmesi. *Ankara: Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı Doktora Tezi*.
- Ryan, R.M., Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.
- Taşkın, A. K., Taşgın, Ö., Başaran, M. H. ve Taşkın, C. (2010). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinde duygusal zekâ düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 12 (2), ss. 98–103.
- Temeloğlu, E. (2018). Duygusal zekâ ile problem çözme becerisi arasındaki ilişki. Yüksek Lisans Bitirme Projesi. Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Bitirme Projesi İşletme Ana Bilim Dalı Yönetim ve Organizasyon Programı, Denizli.

- Tok, S. (2008). Performans sporcusu ve spor yapmayan üniversite öğrencilerinde duygusal zeka ile kişilik özelliklerinin karşılaştırılması. Doktora Tezi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Watson, D., Pennebaker, J. W. (1989). Health complaints, stress, and distress: Exploring the central role of negative affectivity. *Psychological Review*, 96, 2, 234-254.
- Yalız, D. (2013). Anadolu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Duygusal Zeka Düzeyleri. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4(2), 94-111.
- Yarmohammadi, S. ve Taghibigloo, N. (2013). Investigation rate of emotional intelligence in physical education teachers in Zanjan province. *International Journal of Basic Sciences & Applied Research*, 2 (1), pp. 119-122.
- Yelkikalan, N. ve ark. (2012). Emotional intelligence characteristics of students studying at various faculties and colleges of universities. *European Scientific Journal*, 8 (8), pp. 33-50.
- Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2016). Sosyal Bilimlerde Nitel Araştırma Yöntemler. Ankara: Seçkin Yayıncılık
- Yurtseven, H.R., Erkul, H. & Morkoç, D.K. (2013). Örneklerle Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntem ve Teknikleri. Ankara: Beta Yayıncılık.