



Sporcu Ve Sedanter Öğrencilerin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması

The Comparison Of Social Skill Level Of Sportsman And Sedantery Students

Oğuzhan DALKIRAN¹, Cem Sinan ASLAN²,
Emin Daim GEZER³, Tonguç VARDAR⁴

Öz

Bu araştırmanın amacı, sporcu ve sedanter öğrencilerin sosyal beceri düzeylerini spor yapma değişkenine göre karşılaştırmaktır. Araştırmaya bir ortaöğretim okulunda öğrenim gören 81 sporcu, 109 sedanter toplam 190 öğrenci katılmıştır.

Araştırmada veri toplama aracı olarak Riggio (1986) tarafından geliştirilen ve Türkçeye Yüksel (2004) tarafından adapte edilen Sosyal Beceri Envanteri (Social Skill Inventory) kullanılmıştır. Verilerin analizi için SPSS (Ver.13) paket programı kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde, tanımlayıcı istatistikler ile spor yapma değişkenine göre grupların karşılaştırılması için t testi kullanılmış, yanılma düzeyi (α) 0,05 olarak kabul edilmiştir.

Araştırmanın sonunda, spor yapan ve yapmayan öğrenciler arasında sosyal beceri düzeyleri açısından anlamlı farklılık tespit edilmiş ve spor yapan öğrencilerin sosyal becerilerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu durumda; spor yapma değişkeninin ilköğretim düzeyinde öğrencilerin sosyal becerilerini artırdığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Beceri, Sosyal Beceri Düzeyi, Sporcu Öğrenciler, Sedanter Öğrenciler

Abstract

The purpose of this study was to compare differences in social skill levels of the sportsmen and sedentary students who have been attending on a secondary school in Turkey. Groups were composed of totally 190 students as 81 sportsmen students and 109 sedentary students.

This study is limited to the data obtained from these individuals and this research is a descriptive and cross sectional study. Data collecting in this study by using "Social Skill Inventory" was developed by Riggio (1986) and it was adapted to Turkish by Yüksel (2004). It has 90 questions and 6 sub-dimensions. Each sub-dimension consists of 15 items. Data, getting from the scale was analysed statistically by using SPSS for Windows (Ver. 13) programme. Data was evaluated with t-test and the alpha level was set as 0,05.

¹ Yrd. Doç. Dr., Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, odalkiran@mehmetakif.edu.tr

² Yrd. Doç. Dr., Cumhuriyet Üniversitesi, sinancm@hotmail.com

³ Öğretmen, Milli eğitim Bakanlığı, emindaim@hotmail.com

⁴ Arş. Gör. Dr., Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, tongucvardar@hotmail.com

As a result; there was a statistically significant difference ($p<0,05$) between sportsman and sedentary students. Sportsmen had higher social skills than sedentary students according to total of social skills average point. So, it is claim that, doing sports may increase social skill level at the level of secondary school students.

Keywords: *Social Skill, Social Skill Level, Sportsmen Students, Sedentary Students*

1. GİRİŞ

Bugüne kadar birçok bilim adamı ve düşünür, içinde bulunduğumuz toplum için çok önemli olan sosyalleşme olgusunu tanımlamış ve bir kavram olarak bilim dünyasının hizmetine sunmuştur. Bu kavramlar, zaman içerisinde küçük değişimlere uğrasa da sürekli olarak benzer şekilde dile getirilmiştir. Bazı yazarlara göre sosyalleşme, insanın daha çok yaşadığı toplumun grup değerlerini öğrenmesidir. Kızılcelik ve Erjen (1994)'e göre sosyalleşme, bireyin içinde yaşadığı toplumun kültürünü ve toplumdaki rolünü öğrenerek toplumla bütünleşmesi anlamına gelen temel sosyal süreçtir. Erkal (1996), insan davranışının sosyal çevrenin yönlendiriciliği ile meydana geldiğini ve çevre tarafından öğretildiğini söylerken, Tolan (1987) da sosyalleşmenin, toplum açısından kültürün kuşaktan kuşağa devrini ve bireyin örgütlenmiş bir toplumsal yaşam içerisinde belirlenmiş normlara uymasını sağladığından bahsetmektedir.

Sosyalleşmeyi tanımlayan bir diğer yaklaşım ise; Sembolik-Etkileşimci (Symbolic-Interactionist) yaklaşımdır. Bu yaklaşım, sosyalleşme aşamalarında ferdin diğer insanlarla ilişkilerini temsil eden sembollere ve özellikle konuşmanın rolüne önem vermektedir. Birey, çocuk yaşlarından itibaren iletişim kurmaya başladıktan sonra lisan faktörü vasıtasıyla toplumun diğer fertleri tarafından etkilenmekte ve onları etkilemektedir. (Lindesmith ve Strauss, 1956: 124).

İnsan sosyal bir varlık olduğu için bir arada yaşama eğilimi göstermektedir. Ancak bir arada yaşamak bazı kişiler için kolayca gerçekleştirilebilir ve başarılı olabilirken bazı kişiler için zordur. Bacanlı (1999) bu kişilerin “Beceriksiz”, sıkılgan, utangaç, çekingen, ürkek, tutuk, sosyal fobik” vb. olarak nitelendirildiklerini söylemektedir. Sosyal becerilerinde yetersiz olan bu tip bireyler yaşamları boyunca kişiler arası ilişkilerde, duygusal davranışsal alanlarda, okul ve mesleki yaşamlarında çok çeşitli problemlerle karşılaşmaktadırlar (Avcıoğlu, 2005).

İnsanlar sosyal hayatlarında sürekli çevreleriyle etkileşim içinde duygu ve düşüncelerini aktararak iletişimde bulunmaktadırlar. Bu iletişimin kalitesi ise içinde bulunulan sosyal ortama uygun davranma yeteneği olarak tanımlanan sosyal becerilere bağlıdır. Başarılı bir sosyal etkileşim için de çeşitli bilişsel ve davranışsal becerilere sahip olmak gerekmektedir (Efe ve ark., 2008: 69-77).

Sosyal öğrenme kuramının kurucusu Bandura (1977), sosyal beceri ya da öz yeterliği kişilerin belirtilen performans tiplerine ulaşmak için gerekli faaliyetleri düzenleme ve gerçekleştirme yeteneklerine ilişkin yargılar olarak tanımlamaktadır. Öz yeterlik beklentileri ya da inançları kişilerin ne kadar çaba harcadıklarını ve güçlükler karşısında ne kadar uzun süre gayret göstereceklerini ve zor durumlarla karşılaştıklarında, kendilerini nasıl toparlayabileceklerini belirlemelerine yardımcı olmaktadır (Bandura, 1977). Güçlü bir yeterlilik inancı, kişinin girdiği işlerden başarı ile çıkmasına ve kişisel iyilik haline birçok yönden katkıda bulunur. Yetenek ve kapasitelerine yüksek ölçüde güven duyan insanlar, zor görevleri “üstesinden gelinebilir” olarak değerlendirirken, yeteneklerine güven duymayan insanlar, bu tür görevleri “tehlikeli veya tehdit edici” olarak değerlendirir ve kaçınma davranışı gösterirler. Bireyler,

bir konu hakkında yeterli olabileceklerine inandıkları takdirde, gerçek ve kalıcı ilgi gösterir, kendilerine uğraştırıcı hedefler koyar ve bu hedeflere bağlanırlar. Başarısızlıkla karşılaşsalar bile, hedeflerini yükseltir ve çabalarını sürdürürler (Bandura, 1994: 71-81). Yapılan uğraşta çaba gösterebilmek ve başarılı olabilmek için gereken “öz güven ve mücadele” duygusu, sporun bireye kazandırdığı en önemli özelliklerdendir.

Spor, çocuğun temel gelişim alanlarını olumlu yönde etkiler. Özellikle ruhsal, bedensel ve bilişsel gelişimine olumlu katkılarda bulunur. Ayrıca, benlik saygısının gelişmesini ve sosyal beceri kazanmasını destekler. Spor etkinliklerinde belirlenmiş kuralların mevcut olması, çocuğun sosyal yaşama uyum sağlamasına zemin hazırlar ve sosyal yeterliliğe ulaşmasını kolaylaştırır. Çocuğun bu kurallara uygun hareket etmesi, ileriki yaşamında sosyal kurallara uyum sağlamasına bir hazırlık basamağı sayılır. Sosyal uyum becerilerinin kazanılması oldukça önemlidir çünkü insan ruh sağlığının kabul edilir düzeyde olmasının önkoşulu sosyal uyumdur (Özbey, 2006).

Buradan hareketle, bu çalışmanın amacı; spor yapan (sporcu) ve yapmayan (sedanter) öğrencilerin spor yapma değişkenine göre sosyal beceri düzeyleri arasındaki farklılıklarının belirlenmesidir.

2. YÖNTEM

Araştırmada yer alan gruplar, bir ilköğretim okulunda öğrenim gören 93’ü kız, 97’si erkek olmak üzere 81 sporcu, 109 sedanter, toplam 190 öğrencinin gönüllü katılımıyla oluşturulmuştur. Gruplar oluşturulurken, literatürde bu yaş grubunda cinsiyet ile sosyal beceri arasında bir ilişki olmadığını belirten birçok çalışma sonucunun olması nedeni ile cinsiyete ait bir ayırım yapılmamıştır. Ölçümler öncesinde katılımcılara ölçeğin nasıl doldurulması gerektiği ile ilgili ayrıntılı bilgi verilmiş ve katılım konusunda rızaları alınmıştır.

Araştırmada veri toplama aracı olarak Riggio (1986) tarafından geliştirilen “Social Skill Inventory (Sosyal Beceri Envanteri)” kullanılmıştır. Ölçek; “Duyuşsal Anlatıcılık, Duyuşsal Duyarlık, Duyuşsal Kontrol, Sosyal Anlatıcılık, Sosyal Duyarlık ve Sosyal Kontrol” olmak üzere altı alt ölçek içermektedir. Her bir alt ölçek 15 madde olup Sosyal Beceri Envanteri toplamda 90 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin orijinalinin güvenilirliği “ $r=0,94$ ” olarak bulunmuştur. Ölçeğin Türkçeye çevirisi, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları Yüksel (2004) tarafından yapılmıştır. Yapılan güvenilirlik analizi sonucu “ $r=0,92$ ” olarak bulunmuştur. Sosyal Beceri Envanterinin alt ölçeklerinin güvenilirliği ise şu şekilde bulunmuştur: “Duyuşsal Anlatıcılık=0,81”, “Duyuşsal Duyarlık=0,87”, “Duyuşsal Kontrol=0,80”, “Sosyal Anlatıcılık=0,89”, “Sosyal Duyarlık=0,88”ve “Sosyal Kontrol=0,89”. Yüksel (1998), Sosyal Beceri Envanteri’ni Türk halkına göre uyarlayarak, sosyal beceri alt ve üst sınırlarını belirlemiştir. Buna göre Sosyal Beceri Envanteri’nin alt ölçekler toplam ortalama puanlarının alt sınırı kızlar için; 253,79, erkekler için; 251,16 puan ve üst sınırı da kızlar için; 311,76, erkekler için; 310,34 puan olarak belirlenmiştir.

Verilerin analizi için SPSS paket programı kullanılmıştır. Bu çalışmada 190 kişinin yanıtlarına uygulanan “Cronbahe’s Alpha” analizinde, güvenilirlik katsayısı $r=0,82$ olarak bulunmuştur. Ayrıca, verilerin “Saphire Wilks” testi sonucu normal dağılım gösterdiği anlaşıldığından, gruplar arası karşılaştırmalar için parametrik testler uygulanmasına karar verilmiştir. Verilerin çözümlenmesinde

tanımlayıcı istatistikler ile spor yapma değişkenine göre oluşturulan gruplar arası farklılıkların belirlenmesi için “İlişkiz Örneklem t Testi” kullanılmış, yanılma düzeyi (α) 0,05 olarak kabul edilmiştir.

3. BULGULAR

Sporcu öğrencilerin yaş ortalamaları; 15,30 yıl, sedanter öğrencilerin yaş ortalamaları ise 14,89 yıldır. Elde edilen verilerin analiz sonuçları tablolar halinde gösterilmiştir.

Tablo 1. Sosyal Beceri Puanlarının Sporcu ve Sedanter Olma Değişkenine İlişkin t-Testi Sonuçları.

Değişken	n	\bar{x}	S	sd	t	p
Sporcu	81	296,15	27,90	189	2,71	.0007*
Sedanter	109	284,37	30,78			

*p<0,05

Çalışmaya katılan sporcu öğrencilerin sosyal beceri toplam puanları 296,15 ve sedanter öğrencilerin sosyal beceri toplam puanları 284,37 olarak saptanmıştır. İki grubun sosyal beceri seviyelerini karşılaştırmak amacıyla sosyal beceri toplam puanları üzerinden yapılan t testi sonucunda sporcu öğrencilerin lehine anlamlı fark olduğu saptanmıştır (p<0,05). Böylelikle spor yapan öğrencilerin sosyal beceri düzeyi sedanter öğrencilere göre daha yüksek bulunmuştur.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Konu ile ilgili daha önce yapılmış çalışma sonuçları incelendiğinde; Tekin Akandere ve Arslan (2006: 996)'ın spor yapan ve yapmayan ilköğretim öğrencileri ile gerçekleştirdikleri araştırma sonuçlarında, atılganlık açısından spor yapan öğrencilerin lehine anlamlı bir farklılık olduğu ortaya konulmuştur. Fontane (1996), Guavin ve Spence (1996) ve Mc Auley ve ark. (1997)'a ait olan çalışmalarda, düzenli egzersiz programlarına devam eden bireylerin sosyal yetkinlik beklentilerinin arttığı, öz saygılarının olumlu yönde geliştiği, sorumluluk alma ve verilen görevleri yerine getirmede daha başarılı oldukları vurgulanmaktadır. Allison ve ark. (1999), 9-11 yaşları arasında olan öğrencilerin, fiziksel aktiviteye katılmaları, beden eğitimi dersleri, diğer okullarla olan aktiviteleri, engellerin farkında olma ve aşabilme, okul dışındaki faaliyetleri ile sosyal yetkinlik beklentisi arasındaki ilişkiyi incelemişler ve fiziksel aktiviteye katılım ile sosyal yetkinlik beklentisi arasında anlamlı ilişki olduğunu vurgulamışlardır. Ryan ve Dzewaltowski (2002) çalışmalarında, 6 ve 7. sınıf öğrencilerinin bedensel aktivite yoluyla kendilerine olan güvenlerini arttırdıklarını, bedensel aktivitedeki engellerin üstesinden geldiklerini, aktif olmak, kendilerine çevre bulmak ve oluşturmak için diğer arkadaşlarını davet ettiklerini, girişken olduklarını saptamışlardır. Yıldırım ve Özcan (2011) spor yapan ortaöğretim öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin yapmayanlara göre daha yüksek olduğunu, Arslanoğlu ve ark. (2013), sporun kişinin sosyal beceri düzeyini arttırdığını, Keskin (2014) ise çocuklarda sosyal gelişimin desteklenmesinde beden eğitimi ve spora katılımın faydalı olacağını belirtmişlerdir. Bu çalışma

sonucunda, spor yapan ve yapmayan çocukların sosyal beceri düzeyleri arasında tespit edilen anlamlı farklılık, literatür tarafından da desteklenmektedir.

Yüksel (2004), Sosyal Beceri Envanterini Türk halkına göre uyarlamış ve sosyal beceri alt ve üst sınırları belirlemiş ve sosyal beceri envanterinin alt ölçekler toplam ortalama puanlarının alt sınırının 251,16 puan ve üst sınırının 310,34 puan olduğunu bildirmiştir. Bu çalışmada sporcu öğrencilerin sosyal beceri puanları üst sınıra daha yakinken sedanter öğrencilerin puanları ortalama düzeydedir.

Spor bireyin dinamik sosyal çevrelere katılımını sağlayan bir sosyal etkinlik olması özelliğinden dolayı kişinin sosyalleşmesinde ve sosyal becerilere sahip olmasında önemli bir role sahiptir. Modern toplumlarda sporun çoğunlukla kolektif bir etkinlik olduğu göz önünde bulundurulduğunda, sportif faaliyetler aracılığıyla, spor ile ilgilenen bireyler değişik insan grupları ile sosyal ilişkiye girmektedir. Spor, bireyin kendi dar dünyasından kurtularak başka ortamlarda, başka kişilerden, inançlardan, düşüncelerden insanlar ile diyalog içinde bulunmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Bu yönü ile sporun, yeni dostluklar kurulmasına, pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek sağladığı söylenebilir (Çaha, 2000).

Sosyal beceriler bireyin yaşamında önemli bir role sahiptir, çünkü diğer insanlarla iletişimde bulunmayı kolaylaştırıcı önemli bir özelliktir (Yüksel, 2004). Bireyin sosyalleşmesinin erken yaşlarda söz konusu olması, beden eğitimi ve spor aktivitelerinin de çocukluk ve gençlik çağında alışkanlık haline getirilmesi ihtiyacı, spor ile sosyalleşmeyi aynı dönemlerde birlikte ele almayı gerekli kılmaktadır. Çeşitli oyunlar ve spor toplumun yansıtıcılarıdır. Çünkü, bir toplumda sosyalleşme için gerekli süreçlerin pek çoğu oyun ve spor ortamında vardır. Rol oynama, statü, tabakalaşma, onaylama, liderlik etme, disipline uyma, yarışma ve iş birliği gibi sosyalleşmenin tüm alanları, oyun ve spor dünyasını verimli bir eğitim alanı haline getirir. Birey toplumda sahip olduğu statüsü ile yer alır. Okul veya kulüp takımlarında yer alan genç, yaptığı spor dalına, katıldığı beden eğitimi faaliyetine ve bu faaliyetlerdeki rolüne göre bir statü elde eder (Akıncı, 2007). Özellikle küçük yaşlardan başlayarak insanlarla iyi ilişkiler kurabilmek, gerilim yaratan ortamlarda direnç gösterebilmek, zor durumlarla baş edebilmek kişiye başarısızlık durumlarının altından kalkabilme gücü kazandırır (Sevinç, 2005).

Sonuç olarak; bu çalışma ile, aynı okula devam eden, aynı yönetici, öğretmen ve öğrencilerle birlikte olan, kısacası aynı sosyal ortamda bulunan, “spor yapan ve yapmayan” öğrenciler arasında, sosyal beceri düzeyleri açısından spor yapanların lehine anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Bu sonuçtan hareketle; spor yapmanın ilköğretim öğrencilerinin sosyal becerileri düzeylerini arttırdığı söylenebilir. Böylece, özellikle ilköğretim çağındaki çocukların, spora yönlendirilerek hayata, sosyal beceri düzeyi daha yüksek bireyler olarak atılmaları sağlanabilir.

5. KAYNAKÇA

Akıncı, A.Y. (2007), “*Ortaöğretim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Etkinliklerinin Sosyalleşme Süreci ve Şahsiyetin Oluşmasında Katkısı*”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kütahya.

Allison, K.R.; Dwyer, J. J. M. and Makin, S. (1999), "Perceived Barriers to Physical Activity Among High School Students", *Preventive Medicine*, No.28, (608-615).

Arslanoğlu, C., Yaman, M., Özmutlu, İ., Acar, G. (2013), *The Comparision Of Social Skill Of High School Students Doing Sports and Not Doing Sports (Sample of Kars)*, IIB International

Avcıoğlu, H. (2005), *Etkinliklerle Sosyal Beceri Öğretimi*, Kök Yayıncılık, Ankara.

Bacanlı, H. (1999), *Sosyal Beceri Eğitimi*, Nobel Yayınları, Ankara.

Bandura, A. (1994), Self-efficacy. In V.S. Ramachaudran (Ed.), *Encyclopedia of Human Behavior* (Vol. 4, pp. 71-81), Academic Press, New York.

Bandura, A. (1977), *Social Learning Theory*, Prentice Hall International, U.S.A.

Çaha, Ö. (2000), *Spora Yaslanarak Bir Nefes Alma*, Beta Yayınevi, Ankara.

Riggio. R.E. (1986) "The Assessment of Basic Social Skills", *Journal of Personality and Social Psychology*, No.51, (649-660).

Efe, M., Öztürk, F., Koparan, Ş., Şenışık, Y. (2008), "14-16 Yaş Grubu Erkeklerde Voleybol Çalışmalarının Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Atılganlık Üzerine Etkisi", *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, Cilt.1, Sayı.21, (69-77).

Erkal, M. (1996), *Sosyolojik Açıdan Spor*, Milli Eğitim Basımevi, Ankara.

Fontane, P. E. (1996), "Exercise, Fitness and Feeling Well", *American Behavioral Scientist*, No.39, (288-305).

Guavin, L., Spence, J. C. (1996), "Physical Activity and Psychological Well-Being Knowledge Base", *Current Issues and Caveats, Nutritions Reviews*, No.549, (53-63).

Keskin, Ö. (2014), "Çocuklarda Beden Eğitimi ve Spora Katılımın Sosyal Gelişim Üzerine Etkileri", *Uluslararası Multidisipliner Akademik Araştırmalar Dergisi*, Ekim-Kasım-Aralık, Cilt.1, Sayı.1, (1-6).

Kızılcılık, S., Erjen, Y. (1992), *Açıklamalı Sosyolojik Terimler Sözlüğü*, Günay Ofset, Konya.

Lindesmith, A.R., Strauss, A. L. (1956), *Social Psychology*, N.Y., (124).

Mc Auley, E., Milhalko, S.L., Bane, S.M. (1997), "Exercise and Self-Esteem in Middle Age Adults: Multidimensional Relationship and Physical Fitness and Self-Efficacy Influences", *J.of Behavioral Medicine*, No.20, (67-83).

Özbey, Ç. (2006), *Çocuk Gelişiminde Yaşanan Sorunlar*, İnkılap Kitapevi, İstanbul.

Riggio, R.E. (1986), "The Assessment Of Basic Social Skills", *Journal of Personality and Social Psychology*, No.51, (649-660).

Ryan, J.G., Dzewaltowski, D.A. (2002), "Comparing The Relationship Between Different Types Of Self-Efficacy and Physical Activity in Youth", *Health Education And Behavior*, No.29, (491).

Sevinç, M. (2005), *Kendine Güven ve Başarı*, Morpa Kültür Yayınları, İstanbul.

Tekin Akandere M, Arslan F. (2006), "Spor Yapan ve Yapmayan İlköğretim Okullarında Öğrenim Gören Öğrencilerin Çeşitli Değişkenlere Göre Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi", *9. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi*, 3-5 Kasım, Muğla, (996).

Tolan, B. (1987), *Toplum Bilimlerine Giriş*. 2. Baskı, Kalite Matbaası, Ankara.

Yıldırım, S., Özcan, G. (2011), "Lisanslı Olarak Takım Spor ve Bireysel Spor Yapan İle Spor Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması", *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Cilt.2, Sayı.23, (111-135).

Yüksel, G. (1998), "*Sosyal Beceri Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeyine Etkisi*", Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Yüksel, G. (2004), *Sosyal Beceri Envanteri*, Asıl Yayınevi, Ankara.