

Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri Gelişimlerine Dağcılık Eğitiminin Etkisi (Kocaeli Üniversitesi Örneği)*

Şentürk Kurt¹, Betül Bayazıt¹, Özlem Keskin¹, Yavuz Taşkiran²

¹ Kocaeli Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Kurt_senturk@hotmail.com, bayazitbetul@gmail.com, ozlemnht@hotmail.com

² Gedik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

ytaskiran@gmail.com

Özet

Araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin sosyal beceri gelişimlerine dağcılık eğitiminin etkisinin belirlenmesidir. Çalışma grubunu Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu'nda öğrenim gören, dağcılık eğitimi alan ve çalışmaya gönüllü olarak katılan 21 kadın 26 erkek olmak üzere toplam 47 öğrenci oluşturmaktadır. Araştırmada ölçme aracı olarak "Sosyal Beceri Envanteri" kullanılmıştır. Envanter, temel sosyal becerileri ölçmek amacıyla Riggio (1986) tarafından geliştirilmiş ve 1989 yılında gözden geçirilerek bugünkü şeklini almıştır. Türkçe'ye uyarlama çalışmaları Yüksel (1998) tarafından yapılmıştır. Güvenirlik katsayısı $r=.92$ olarak bulunmuştur. Öğrencilere, 16 hafta boyunca dağcılık eğitimi verilmiş, bu eğitimlerin öncesinde ve sonrasında sosyal beceri envanteri uygulanmıştır. Elde edilen verilere betimsel istatistiksel işlemler (ortalama, standart sapma) uygulandıktan sonra katılımcıların sosyal beceri düzeylerinin frekans ve yüzde değerleri alınmıştır. Katılımcıların ön-test ve son-test ölçümleri arasındaki farklar Paired Samples T Testi ile analiz edilmiştir. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

Çalışmaya katılan öğrencilerin ileri konuşma becerileri, kendini kontrol etme becerileri ve sonuçları kabul etme becerilerinin ön-test son-test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Diğer sosyal beceri düzeylerinin ön-test son-test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Anahtar kelimeler: Sosyal beceri, dağcılık eğitimi, üniversite öğrencileri

The Impact of Mountaineering Education on Social Skills Development of University Students (Example of Kocaeli University)*

Abstract

The aim of the research is to determine whether the students who study at the university have changed their mountaineering education at the social skill levels. The study group consists of 47 students, 21 female and 26 male students, who are trained in the Kocaeli University Physical Education and Sports High School, who take mountaineering training and voluntarily participate in the study. "Social Skill Inventory" was used as the measurement tool used in the research. Inventory was developed by Riggio (1986) to measure basic social skills and in 1989, he was taken into consideration and got his present shape. Adaptation studies in Turkish were carried out by Yüksel (1998). Reliability co-efficient is $r=.92$. The participants were given mountaineering training for 16 weeks and social skills inventory was applied before and after these trainings. After applying descriptive statistical procedures (mean, standard deviation) to the data obtained with this scale, the frequency and percentage values of the social skill levels of the subjects were taken. Differences between the pre-test and post-test measurements of subjects were analyzed with the Paired Samples T Test. The significance level of 0.05 was used. There was a statistically significant difference between the pre-test post-test values of the ability of the subjects participating in the study to have advanced speech skills, self-control skills and ability to accept the results ($p<0.05$). There was no statistically significant difference between pre-test post-test values of other social skill levels ($p>0.05$).

Key words: Social skills, mountaineering education, university students

Giriş

Toplumsallaşma, insanın kendi tecrübelerinin ışığında kişiliğinin doğal yapısı ile yaşadığı toplumun sosyo-kültürel öğelerinin benimsetildiği bir çevrede yaşamak durumunda olduğu

** I. Rekreasyon Araştırmaları Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.*

toplumsal çevreye uyumunu sağlayan bir süreçtir (Yetim, 2010).

Bireyin sosyal kabulü olan davranışlar sergilemesi ve etkili iletişim kurabilmesi için birtakım beceriler edinmesi gereklidir. Sosyal beceriler olarak adlandırılan bu beceriler sayesinde insanlar buldukları topluma uyum sağlamaktadır (Erinç, 2008).

Sosyal beceriler, büyük ölçüde empati yeteneğine dayanan ve insanlar arasındaki iyi ilişkilerin temelini oluşturmaktadır (Kansu ve Beceren, 2004). Bireylerin toplum tarafından verilen görevleri yerine getirebilmeleri için, sergilenmesi gereken belirli davranışlar olarak da ifade edilebilir. Fakat bazı gençler bu davranışları kazanmada problemlerle karşılaşmaktadır. Bu gençlerde, yetersiz sosyal beceriler yüzünden, kendi yaşıtları ile aralarındaki etkileşim için yeterli fırsatlar oluşmamaktadır. Bu sebeple, hem sosyal beceri yetersizliği olan gençler ile arkadaşları arasında iletişim problemleri oluşabilmektedir.

Sorias'a (1986) göre sosyal beceriler; kişinin olumlu ya da olumsuz duygularını uygun biçimde anlatabilmesi, kişisel haklarını savunabilmesi, gerektiğinde başkalarından yardım isteyebilmesi ve kendisine ters gelen istekleri geri çevirebilmesini sağlayan beceriler olarak ifade edilmektedir (Çiftçi ve Sucuoğlu, 2003).

Sosyal becerilerde yetersiz olan gençler hayatları boyunca kişilerarası ilişkilerde, duygusal-davranışsal alanlarda, okul ve meslek hayatlarında türlü türlü sorunlarla yüzleşmektedirler. Bu sorunların ortadan kaldırılması için, gençlerin sosyal beceri düzeylerinin arttırılıp, toplumla bütünleştirilmelerinin sağlanması gerekmektedir.

Üniversiteye ilk başladıklarında bazı gençler arkadaşları ile nasıl diyalog kuracağını, nasıl etkileşim içerisine gireceğini bilememektedir. Çünkü, üniversite farklı ortamların ve farklı kültürlerin bir arada bulunduğu bir yerdir. Lise eğitim ortamına göre daha farklı bir çevre, farklı insanlar ve duyuşsal alanlar hepsi bir arada olduğundan bu durum sosyal becerileri yetersiz olan gençlerde iletişim problemlerini ve kendini ifade etme eksikliğini ortaya çıkarabilmektedir.

Normalde üniversiteye gelen bir yetişkinin kendini ifade etme yeteneği, sosyal alanlara girebilmesi ve insanlarla çabuk iletişim kurması gerekmektedir. Gençlerin sosyal gelişim kazanmasında aldığı eğitimlerden biri olan dağcılık eğitimi ile gençlerin kendini tanıması ve kendine güvenmesi sağlanmaktadır. Dağcılık, belirli bir takım ilke ve kurallara dayalı olarak dağlarda yapılan yürüyüş, kampaçılık ve tırmanış sporudur (www.tdf.gov.tr 13.09.2009). Dağcılık eğitimi, kişinin zor koşullar altında yaşamını sürdürmesine, özgüveninin artmasına ve yaşamda bilinçli davranması gerektiğini de öğretilmesi açısından önemli bir eğitimidir (Lai ve ark, 2016).

Eğitime katılacak olan öğrencilerin ekibin oluşum sürecinden itibaren kamp yerinin belirlenmesi, çadır kurulumları ve malzeme dağıtımları sonrasında yapılan ekip yürüyüşleri, teknik iniş, lider tırmanış çalışmalarında emniyetinin hiç tanımadığı bir ğrenci tarafından alınmasına kadar geçen sürecin öğrencide temel konuşma ve ekiple iş yapma becerilerini, zirve tırmanışı esnasındaki değişken hava koşullarına uyumu, uygulamanın zorluk dereceleri ve irtifadan kaynaklı fiziksel ve psikolojik değişimlerin saldırgan davranışlarla başa çıkmayı, kendini kontrol edebilme becerilerini, eğitim başlangıcı süresi ve sonrasında gerçekleşen tüm çalışmaların birbiriyle bağlantılı olarak ortaya çıkan sonuçları kabul etme becerilerini geliştirmesi düşünülmektedir.

Bu alışma ile, dağcılık eğitimi alan gençlerin sosyal becerilerini geliştirmesine bu eğitimin nasıl bir etkisi olduğunu araştırarak sosyal becerisi zayıf olan gençlerin dağcılık eğitimi almalarını sağlayarak akranları ve toplum içinde kendilerini doğru ifade edebilen bireyler haline gelmelerine destek olmak amaçlanmaktadır.

Yöntem ve Araçlar

Araştırma Grubu: Bu araştırmanın çalışma grubunu Kocaeli Üniversitesi Beden Eğitim ve Spor Yüksek Okulu'nda öğrenim görmekte olan öğrenciler oluşurmaktadır. Araştırmada dağcılık eğitimi alan 120 öğrenciye ulaşılmaya çalışılmış, gönüllü olarak çalışmaya katılmak isteyen 76 öğrenciye ulaşılıp envanter dağıtılmış ve geri dönen 54 envanterden 21'i kadın 26'sı erkek olmak üzere toplam 47 ğrenci verileri araştırmaya dahil edilmiştir.

Veri Toplama Aracı: Sosyal Beceri Envanteri; temel sosyal becerileri ölçmek amacıyla Riggio (1986) tarafından geliştirilmiş ve 1989 yılında gözden geçirilerek bugünkü şeklini almıştır. Türkçe'ye uyarlama alışmaları Yüksel (1998) tarafından yapılmıştır. Güvenirlik katsayısı $r=.92$ olarak bulunmuştur. Sosyal beceri envanteri, 14 yaşın üstündeki bireylere uygulanabilen, 90 madde ve altı alt ölçekten oluşan kendini tanımlama türünden bir araçtır. Alt lekler; Duyuşsal Anlatımcılık (DA), Duyuşsal Duyarlılık (DD), Duyuşsal Kontrol (DK), Sosyal Anlatımcılık (SA), Sosyal Duyarlılık (SD) ve Sosyal Kontrol (SK) olarak adlandırılmakta ve (1) Hiç benim gibi değil, (2) Biraz benim gibi, (3) Benim gibi, (4) Olduğ benim gibi ve (5) Tamamen benim gibi olarak derecelendirilmektedir. Ölçekteki maddeler 5'li likert tipi işaretleme gerektirmekte ve ölçek puanlanırken bazı ifadeler tersine çevrilerek toplam puan bulunmaktadır. Ölçeğin bütününden alınabilecek en yüksek puan 450, en düşük puan ise 90'dır. Alt ölçeklerden ise en düşük 15, en yüksek 75 puan alınabilmektedir. Ayrıca Sosyal Beceri

Ölçeği, sosyal yeterlik ya da sosyal becerilerin tümünü kapsayan genel sosyal beceri seviyesini toplam olarak hesaplamaktadır. Ölçeğin Türkçe geçerlik ve güvenilirlik çalışması Yüksel (1998) tarafından yapılmıştır.

Araştırmada, sosyal becerileri geliştirme ölçeği içinden, dağcılık eğitimleri ile geliştirilebilmesi düşünülen özellikler seçilerek 65 maddelik 11 alt ölçekten oluşan 5 li derecelendirmeli likert türünde bir cevaplama anahtarı oluşturulmuştur. Alt ölçekler; temel beceriler, temel konuşma becerileri, ileri konuşma becerileri, ilişkiyi başlatma becerileri, ekiple iş yapma becerileri, duygusal beceriler, kendini kontrol etme becerileri, saldırgan davranışlarla başa çıkma becerileri sonuçları kabul etme becerileri, yönerge verme becerileri, bilişsel becerilerdir. Her bir alt ölçek farklı sayıda maddelerden oluşmaktadır. Maddelerin tamamına tepkiler, her zaman yaparım, çok sık yaparım, genellikle yaparım, az yaparım, hiçbir zaman yapmam olarak derecelendirilmiş olup, her zaman yaparım cevabı 5 hiçbir zaman yapmam cevabı 1 puan almaktadır. Ölçekten alınabilecek olan en düşük puan 65, en yüksek puan ise 325'tir. Alt ölçeklerin her birinden madde sayıları ile bağlantılı olarak alınacak düşük puanlar ve yüksek puanlar farklılıklar gösterebilmektedir.

Verilerin Toplanması: Envanterin uygulamasının ilki dağcılık eğitimlerinin verilme süreci öncesinden katılımcı olacak olan öğrencilere uygulanmış olup 16 hafta süren eğitimler sonucunda değişimlerin tespiti için tekrar aynı katılımcı öğrencilere dağıtılarak uygulanmıştır. Dağcılık eğitimi kişilerin kendisine güvenmesini, farkında olmadığı özelliklerini ve liderlik ruhunu ortaya çıkarmayı hedeflemektedir. Bunu dağda çadır kampı kurarak, dağlara tırmanarak ve doğal ortamda teknoloji olmadan yaşamayı sağlayarak gerçekleştirmektedir. Dağcılık eğitimi, dağa tırmanarak kişinin kendine güvenini geliştirmekte, doğa ile yalnız kalarak kendisi ile yüzleşmesini sağlamakta, dağda bir gün de olsa kamp kurarak yaşamla mücadeleyi, nasıl hayatta kalacağını öğretmektedir. Bu bağlamda yapılan çalışmada uygulanan dağcılık eğitimi 16 haftalık eğitim süreci içerisinde hem teorik hem de pratik olarak gerçekleştirilmiş mümkün olan tüm şartlar ve imkanlar çerçevesinde uygulanmıştır.

Verilerin Analizi: Elde edilen verilere SPSS 19.0 paket programında betimsel istatistiksel işlemler (ortalama, standart sapma) uygulandıktan sonra, deneklerin sosyal beceri düzeylerinin frekans ve yüzde değerleri belirlenmiştir. Deneklerin ön-test son-test ölçümleri arasındaki farklar Paired Samples T Testi ile analiz edilmiştir. Anlam düzeyi 0.05 olarak alınmıştır.

Bulgular

Dağcılık eğitimi alan gençlerin sosyal becerilerini geliştirmesine bu eğitimin nasıl bir etkisi olduğunu araştırarak sosyal becerisi zayıf olan gençlerin dağcılık eğitimi almalarını sağlayarak akranları ve toplum içinde kendilerini doğru ifade edebilen bireyler haline gelmelerine destek olmak amacıyla yapılan bu çalışmada elde edilen bulgular aşağıda verilmiştir.

Tablo 1: Katılımcıların Yaş Verilerine Ait Frekans (N) ve Yüzde (%) Değerlerine İlişkin Dağılımı

Yaş	N	(%)
19	6	12,8
20	14	29,8
21	8	17,0
22	9	19,1
23	8	17,0
25	2	4,3
Toplam	47	100,0

Tablo 2: Katılımcıların Cinsiyet Verilerine Ait Frekans (N) ve Yüzde (%) Değerlerine İlişkin Dağılımı

Cinsiyet	N	(%)
Kadın	21	44,7
Erkek	26	55,3
Toplam	47	100,0

Tablo 3: Katılımcıların Sosyal Beceri Düzeylerinin Ön-Test Son-Test T Testi Sonuçları

Sosyal Beceri Düzeyleri	Ön test X ± Ss	Son test X ± Ss	t	p
Temel Beceriler	44,55±5,915	45,68±5,657	-,873	0,38
Temel Konuşma Becerileri	13,40±2,976	14,49±3,7810	-1,430	0,16
İleri Konuşma Becerileri	18,83±3,246	20,32±3,527	-2,034	0,04*
İlişkiyi Başlatma Becerileri	38,15±6,369	39,11±6,137	-,693	0,49
Ekiple İş Yapma Becerileri	24,89±3,924	25,66±3,835	-1,045	0,30
Duygusal Beceriler	22,23±4,395	22,79±4,457	-,582	0,56
Kendini Kontrol Etme Becerileri	17,45±4,804	22,79±4,457	-3,362	0,00*
Saldırgan Davranışlarla Başa Çıkma Becerileri	15,13±2,028	15,40±3,208	-,532	0,59
Sonuçları Kabul Etme Becerileri	10,68±2,986	11,87±2,559	-2,306	0,02*
Yönerge Verme Becerileri	16,62±4,504	17,04±2,911	-,581	0,56
Bilişsel Beceriler	24,55±6,846	25,21±3,956	-,587	0,56

* p<0,05

Tablo 3'te, katılımcıların ileri konuşma becerileri, kendini kontrol etme becerileri ve sonuçları kabul etme becerilerinin ön-test son-test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p < 0,05$). Katılımcıların diğer sosyal beceri düzeylerinin ön-test son-test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 4: Katılımcıların Sosyal Beceri Düzeylerinin Cinsiyete Göre Dağılımı

Cinsiyet	Sosyal Beceri Düzeyleri	Ön test X ± Ss	Son test X ± Ss	Z	p
Kadınlar n=21	Temel Beceriler	44,90±6,44	46,71±4,59	-654	0,51
	Temel Konuşma Becerileri	13,52±3,60	15,00±4,07	-973	0,33
	İleri Konuşma Becerileri	19,43±3,32	20,28±4,29	-829	0,40
	İlişkiyi Başlatma Becerileri	39,81±6,52	39,28±6,47	-322	0,74
	Ekiple İş Yapma Becerileri	26,67±3,27	25,80±4,20	-746	0,45
	Duygusal Beceriler	22,00±3,78	21,71±3,77	-262	0,79
	Kendini Kontrol Etme Becerileri	16,50±3,97	20,80±4,02	-1,628	0,10
	Saldırgan Davr. Başa Çıkma Becerileri	15,38±1,96	15,47±2,89	-208	0,83
	Sonuçları Kabul Etme Becerileri	11,19±2,58	12,52±2,08	-1,877	0,60
	Yönerge Verme Becerileri	16,76±2,75	17,57±3,07	-951	0,34
	Bilişsel Beceriler	25,14±4,71	26,42±2,9	-1.009	0,31
Cinsiyet	Sosyal Beceri Düzeyleri	Ön test X ± Ss	Son test X ± Ss	Z	p
Erkekler n=26	Temel Beceriler	44,27±5,56	44,84±6,35	-129	0,89
	Temel Konuşma Becerileri	13,31±2,42	14,07±3,55	-730	0,46
	İleri Konuşma Becerileri	18,35±3,16	20,34±2,85	-1,976	0,48
	İlişkiyi Başlatma Becerileri	36,81±6,03	38,96±5,97	-876	0,38
	Ekiple İş Yapma Becerileri	23,46±3,87	25,53±3,59	-1,757	0,79
	Duygusal Beceriler	22,42±4,90	23,65±4,84	-878	0,38
	Kendini Kontrol Etme Becerileri	16,50±3,97	19,38±4,66	-2,483	0,13
	Saldırgan Davr. Başa Çıkma Becerileri	14,92±2,09	15,34±3,49	-587	0,55
	Sonuçları Kabul Etme Becerileri	10,26±3,26	11,34±2,81	-1,287	0,19
	Yönerge Verme Becerileri	16,50±5,58	16,61±2,75	-896	0,37
	Bilişsel Beceriler	24,07±8,24	24,23±4,44	-646	0,51

Tablo 4'te, katılımcıların cinsiyet değişkenine göre sosyal beceri düzeylerinin ön-test son-test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Tartışma ve Sonuç

Günümüz toplumlarında sosyalleşme oldukça sancılı geçen süreçleri içerisinde barındırmaktadır. İnsanların doğdukları yer, büyüdüğü çevre ile etkileşimleriyle başlayan aile, okul ve daha sonrasında toplumsal yapı içerisinde devam eden sosyalleşme süreci temelinde sosyal becerilerin kullanılması kurulacak olan iletişimin ve bireyin kendisini ifade etmedeki çabasını etkilemektedir.

Bu becerilerin geliştirilmesi ve bu becerilerin kullanılarak bireyin diğer insanlarla doğru ilişkiler kurmasının sağlanması için çeşitli eğitimsel yapılardan faydalanılmak istenmiş bu eğitimsel süreçlerin sosyal beceriler üzerinde bir değişim yapıp yapmadığı araştırılmıştır.

Yapılan çalışmada yer alan dağcılık eğitimi programı; uygulanan haftalık planlamalarda sosyal beceri ölçeğindeki parametrelerde değişimlerin olup olmadığını tespit edebilmek için düzenlenmiştir. Bu eğitimleri alan öğrencilerin gerek kendilerini gerekse arkadaşlarını tanımaları, bunun yanında kendi özgüven gelişimlerini sağlayabilip, kendilerine güvendikten sonra arkadaşlarına güvenmenin ne olduğunu öğrenebilmeleri, diğer kişiler tarafından da güvenilir olabilmenin nasıl sağlanacağını anlamaları, dağcılık eğitim plan ve programında yer alan aktivitelerle sağlanmaya çalışılmış ve bunları takiben sosyalleşme sürecinde çalışmaya katılan öğrencilerin sosyal becerilerinin geliştirilmesi amaçlanmıştır.

Dağcılık eğitim programında yer alan yürüyüş ekiplerinin oluşturulmasında çalışmaya katılan öğrenciler, ekip olmanın ne tür etkenlere bağlı olduğunu, ekiple hareket etmenin, ekip içerisinde iş bölümünün yapılmasının nasıl sağlandığını, bir birini tanımayan kişilerden oluşan ekiplerde ekip üyelerinin birbirleri ile nasıl iletişime geçip, tek bir amaç doğrultusunda ekip içerisinde alınması gereken sorumlulukları nasıl almaları gerektiği öğretilmeye çalışılmıştır.

Teknik iniş eğitimlerinde, çalışmaya katılan öğrencilerin yüksek kaya blokları üzerinden inerken, tırmanış eğitimlerinde üstten emniyetli tırmanışları gerçekleştirirken kendilerine, emniyetlerini alan tanıdıkları ya da tanıdıklarını sandıkları arkadaşlarına güvenebilmeleri kazandırılmaya çalışılmıştır.

Öğrencilerin doğal yaşam ortamında yaşayarak öğrenme modelini kullanarak hayatlarına devam etmeye çalışmaları, bir yandan da dağcılık eğitim programında yer alan aktiviteleri yapmaları yönünde programlı ve sistemli uygulamalar gerçekleştirilmiştir.

Çalışmaya katılan katılımcıların ileri konuşma becerileri, kendini kontrol etme becerileri ve sonuçları kabul etme becerilerinin ön-test son-test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Bunun nedeni, kişinin doğal bir ortamda hem kendini kontrol etme hem de arkadaşlarıyla doğru bir iletişim kurularak sorunlarla baş etme stratejilerinin oluşturulmasının önemli olduğuna karar vermesine bağlanabilir. Ayrıca, dağcılık eğitiminin içeriğine ve yapıldığı yerlere bakıldığında, dağcılığın tanımında da geçtiği gibi değişken hava koşulları, değişken malzemeler ve değişken insan yapısı ile karşılaşmaktadır. 16 haftalık yapılan eğitim programı içerisinde yapılan çalışmaların bireysel çalışmalar değil ekip çalışması olması nedeni ile eğitime katılan öğrencilerin birbirilerini daha çok tanıma ihtiyacı ortaya çıkardığından dolayı öğrencilerin sosyalleşmesinde de büyük etkisi olduğu düşünülebilir.

Yapılan çalışmada, öğrencilerin diğer sosyal beceri düzeylerinin ön-test son-test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$). Ayrıca, katılımcıların cinsiyet değişkenine göre sosyal beceri düzeylerinin ön-test son-test değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>0,05$).

Dağcılık eğitimi, kişinin kendine güvenmesinin yanı sıra farkında olmadığı özelliklerini ve liderlik ruhunu ortaya çıkarmayı da hedeflemektedir. Bunu dağda çadır kampı kurarak, dağlara tırmanarak ve doğal ortamda teknoloji olmadan yaşamayı sağlayarak gerçekleştirmektedir. Normal zamanda teknolojiye o kadar bağlı kalınmaktadır ki onsuz herhangi bir şey yapılamayacağı düşünülmektedir, fakat doğa ile baş başa kalınca oradaki adrenalini yaşayınca farklı düşünceler gelişebilmektedir.

Kara ve Çam (2007) tarafından sosyal becerilerin kazandırılmasına yönelik yapılan çalışmada, yaratıcı drama çalışmalarının kişinin kendini kontrol etme becerilerinde etkili olduğunu tespit etmişlerdir. Yapılan çalışmada da katılımcıların kendini kontrol etme becerileri ön test - son test arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p<0,05$). Freeman (2003) 3. ve 4. sınıf öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada yaratıcı dramanın benlik kavramı, sosyal beceriler ve problem çözme üzerine olan etkisini incelemiş, yaratıcı drama yönteminin öğrencilerin sosyal becerileri üzerinde olumlu etkisinin olduğunu bulmuştur.

Üniversite öğrencilerinin sosyalleşmesinde, uygulanacak olan etkinliklerin öğrencilerin iletişim becerilerinin gelişmesine katkı sağlayacağı düşünülmektedir (Özşeker, 2013). Avşar ve Kuter (2004) tarafından yapılan çalışmada, öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin orta düzeyde olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca, Sağlam ve diğerleri (2005) tarafından öğrencilere yönelik

yapılan bir çalışmada da öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri orta seviyede bulunmuştur. Avşar (2004) tarafından beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin sosyal beceri düzeylerinin belirlenmesine yönelik yapılan araştırmada öğretmenlerin genel anlamda sosyal beceri düzeylerinin yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.Yapılan çalışmada da çalışmanın tamamına bakıldığında öğrencilerin sosyal beceri düzeyleri, sosyal beceri envanterinden alınan en az ve en yüksek puanlar göz önüne alındığında öğrencilerin sosyal beceri düzeylerinin orta düzeyde olduğu söylenebilir.

Dağcılık eğitimine temelden başlanılırsa birbirini tanımayan ya da kendini tanıdığını düşünen insanlardan oluşan bir ekibin aynı kamp bölgesinde bulunmalarını hatta aynı çadırda uyumalarını sağlamak, eğitim süreci içerisinde kendi aralarında iletişim kurmalarını ve bu kurulan iletişimlerin sonucu olarak çalışmalarını yürütmeyi sağlamak dağcılık eğitimi ile mümkün olabilir. Yapılan bir çalışmada dağcılık aktivitelerinin sosyalleşmeye ciddi anlamda katkı sağladığı belirtilmiş olup, dağcılık aktivitesi içerisinde sosyalleşmeye en çok katkı sağlayan alt kategorilerin ise büyükten küçüğe doğru; kamp yapma, yürüyüş, yüksek - alçak tırmanış ve yön bulma olduğu vurgulanmaktadır (Miletic ve ark, 2016). Yapılan başka bir araştırmada da dağcılığın en çok yapılmak istenen rekreatif faaliyetler arasında ilk sırada yer aldığıdır (Park ve Seo, 2017). Doğa ile iç içe gerçekleştirilen rekreatif faaliyetlerde bireyin başarıya duygusunu tatması, doğadan keyif alma ve stres yaratan faktörlerden uzaklaşması gibi nedenler bireyin doğaya yönelmesini sağlayan etkenler arasında yer aldığı belirtilmiştir (Talib ve ark, 2015).

Sonuç olarak; dağcılık eğitimi sportif faaliyetten çok yaşamı öğrenme ve öğretme sanatı olarak değerlendirilebilir. Çünkü dağcılık eğitimi tamamen doğa ile insanın kendisi arasında yaptığı bir mücadele olarak görülebilir. Bu mücadele sonunda da kazanılan değerlerin hayat boyu kalıcı olabileceği düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Avşar, Z. (2004).** Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenlerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Belirlenmesi. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi. Bursa.
- Avşar, Z., Kuter, F. Ö. (2007).** Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Belirlenmesi (Uludağ Üniversitesi Örneği). Eğitimde Kuram ve Uygulama, 3(2), 197-206.
- Çiftçi, İ., Sucuoğlu, B. (2003).** Bilişsel Süreç Yaklaşımıyla Sosyal Beceri Öğretimi. Kök Yayıncılık. Ankara.
- Eriñç, E. (2008).** Okulöncesi Eğitim Alan ve Almayan İlköğretim Birinci Sınıf Öğrencilerinin Sosyal Becerilere Sahip Olma Düzeyleri. Pamukkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İlköğretim Ana Bilim Dalı Okul Öncesi Eğitimi Bilim Dalı. Yüksek Lisans Tezi. Denizli.

- Freeman, G. D.,** Sullivan, K. And Fulton, C. R. (2003). Effects of Creative Drama on Self-Concept, Social Skills and Problem Behaviour. *Journal of Educational Research*, 96.
- Kansu, N.,** Beceren, E. (2004). Erken Çocukluk Döneminde Sosyal Beceriler. *Çoluk Çocuk Aylık Anne Baba Eğitimi Dergisi*. 40, 10-11.
- Kara, Y.,** Çam, F. (2007). Yaratıcı Drama Yönteminin Bazı Sosyal Becerilerin Kazandırılmasına Etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(32), 145-155.
- Lai, P. H.,** Hsu, Y. C., ve Wearing, S. (2016). A Social Representation Approach to Facilitating Adaptive Co-management in Mountain Destinations Managed for Conservation and Recreation. *Journal of Sustainable Tourism*, 24(2), 227-244.
- Miletic, V.,** Rajkovic, Z., Vidakovic, H. M. V. (2016). Attitudes of Students of Faculty of Sport and Physical Education from Belgrade about Alpinism Activities Influence on Group Socialization and Future Professional Work. *Physical Education and Sport Through the Centuries*, 3(2), 40-51.
- Özşeker, M. (2013).** Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin İletişim Becerileri ve Benlik Saygılarının Değerlendirilmesi. *International Journal of Now Trends in Arts, Sports and Science Education*. 2 (3), 29-39.
- Park, S.,** Seo, K. W. (2017). Improving Urban Retirees' Well-Being by Leisure Activities. *Journal of Building Construction and Planning Research*, 5(03), 99.
- Riggio, R. E., (1986).** Assesment of Basic Social Skills. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(3), 649-660.
- Sağlam, M.,** Avsar, Z., Ozonay, Q., Özkanal, Ü. (2005). Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Sosyal Beceri Düzeylerinin Belirlenmesi. 14. Eğitim Bilimleri Kongresi. Denizli.
- Sorias, O. (1986).** Sosyal Beceriler ve Değerlendirme Yöntemleri. *Psikoloji Dergisi*, 5(20), 24-29.
- Talib, H.,** Idrus, R. M., Lian, J. C. K. (2015). Recreational Forest Experience: A Case of Mount Kinabalu Climbing Activity, Sabah Malaysia. *International Journal of Research in Applied, Natural and Social Sciences*, 3(5), 95-104.
- Yetim, A. (2010).** Sosyoloji ve Spor. Berikan Yayınevi, s.213, Ankara.
- Yüksel, G. (1998).** Sosyal Beceri Envanterinin Türkçe'ye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışmaları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2(9), 39-48.
- www.tdf.gov.tr** Erişim tarihi: 13.09.2009.