



## ŞİDDET EĞİLİMLİ ERGENLERİN SALDIRGAN DAVRANIŞLARINA FİZİKSEL AKTİVİTE VE SPOR TİF OYUNLARIN ETKİSİ

Hulusi ALP\*

O.Kürşat ERGÜL†

### Öz

Bu araştırmada amaç; ilköğretim çağındaki şiddet eğilimli ergenlerin saldırgan davranışlarına fiziksel aktivite ve sportif oyunların etkisini incelemektir. Araştırma modeli, ön test - son test, kontrol gruplu desenle yapılmıştır. Araştırmanın evrenini Aydın ilinde bir ilköğretim okulunda okuyan 10-12 yaş aralığındaki şiddet eğilimli davranışlar gösteren ergen öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu iki aşamada oluşturulmuştur. Birinci aşamada; okul rehber öğretmeni tarafından, şiddet eğilimli davranışlar gösteren 15 ergen öğrenci belirlenmiştir. İkinci aşamada ise; okul rehber öğretmeni tarafından belirlenen, şiddet eğilimli saldırgan davranışlar gösteren ergen öğrencilerin arasından araştırmacı tarafından basit tesadüfi yöntemle belirlenen 8 ergen öğrenci ile uygulamanın yapılacağı deney grubu, geriye kalan 7 ergen öğrenci ile de kontrol grubu oluşturulmuştur. Araştırma sonunda değerlendirme yapabilmek için deney ve kontrol grubundaki ergenlerin ailelerine "Okul Sosyal Davranış Ölçekleri" çalışmanın başında ön-test ve çalışmanın sonunda son-test olarak uygulanmıştır. Bu testin sonuçları spss istatistik programı ile yapılmıştır. Gruplar arası sıra ortalaması farklarının karşılaştırmasına, sıralı olmayan bağımsız değişkenlere Mann-Whitney U Nan-Par testle, Grup içi ortalama farklarının karşılaştırmasına ise Wilcoxon Nan Par testle bakılmıştır. Tip 1 hata için  $\alpha = 0.05$  ve  $0.01$  düzeyi alınmıştır. Araştırma sonucunda; şiddet eğilimli davranışlar gösteren ergenlerin, şiddet içerikli davranışlarının azalmasında fiziksel aktivite ve spor etkinliklerinin etkili olduğu görülmüştür. İstatistikî sonuçlar ( $p < 0.05$ ) ve ( $p < 0.01$ ) önem düzeyinde anlamlı bulunmuştur.

**Anahtar Kelimeler:** Fiziksel Aktivite, Spor, Şiddet, Ergen

### EFFECTS OF PHYSICAL ACTIVITY AND SPORTS GAMES ON AGGRESSIVE BEHAVIOR VIOLENCE PRONE ADOLESCENTS

#### Abstract

The aim of this research; Violence-prone adolescents in primary schools is to examine the effects of physical activity and sports games on aggressive behavior. Research models, pre - post test was conducted with the control group design. The research population, prone to violence in the 10-12 age range read at an elementary school in Aydın province consists of students with behavior of adolescents. The research sample group was formed in two stages. In the first stage; by school guidance counselor has been identified 15 adolescent students who are prone to violent behavior. In the second stage; Determined by the school guidance counselor, a simple random method specified 8 adolescent experimental group that made the students with the practice by researchers from the adolescent students showing aggressive prone to violent behavior, the remaining 7 with adolescent students in control groups were formed. Research results to parents of adolescents in the experimental and control groups to make an assessment "School Social Behavior Scales" at the beginning of the study was administered a pre-test and post-test at the end of the study. The results of this test was performed with SPSS statistical software. The between-group difference in comparison to the average order, non-sequential argument to the Mann-Whitney U test Nan-par, while the intra-group comparison of mean differences were analyzed with the Wilcoxon test Nan Par. For Type 1 error  $\alpha = 0.05$  and  $0.01$  level has been taken. As a result of the research; Adolescents with behavior prone to violence, physical activity has been shown to be effective in reducing violent behavior and sporting events. Statistical results ( $p < 0.05$ ) and ( $p < 0.01$ ) were significant at the significance level.

**Keywords:** Physical Activity, Sports, Violence, Adolescent.

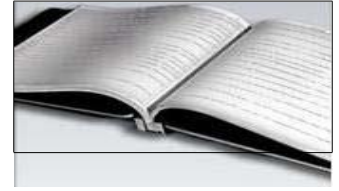
\* Dr. Öğr. Üyesi, Süleyman Demirel Üniversitesi, Eğirdir Sağlık Hizmetleri MYO, [ekim1778@gmail.com](mailto:ekim1778@gmail.com)

† Dr., İzmir, Karşıyaka Gençlik ve Spor Hizmetleri Müdürlüğü, [kursatergul@gmail.com](mailto:kursatergul@gmail.com)



## GİRİŞ

Kişinin sahip olduğu psikolojik, sosyal ve biyolojik faktörler suçlu davranışlara neden olmaktadır. Özellikle ailede çocuğa şiddet uygulanması, aile içi ilişkilerin sağlıklı olması, ailede cezaevine girenlerin bulunması, aile içinde sürekli kavga olması gibi sebepler saldırganlık davranışlarını artırmaktadır (TBMM Araştırma Komisyon Raporu, 2010: 545, 547). Ergenlerin neden olduğu şiddet toplumda en çok göz önünde olan şiddet biçimlerinden biridir. Şiddet sıradanlaştıkça, ergenler ve gençlerce kabul gördükçe, toplumsal yapımız şüphesiz zarar görmektedir. (Akt. Haskan Avcı ve Yıldırım: 157-159). Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ) şiddeti; "Kişinin bilinçli olarak, kendisine, başkasına, bir gruba veya bir topluluğa karşı, yaralama, ölüm, psikolojik zarar, gelişme geriliği ya da yoksunlukla sonuçlanan, ya da sonuçlanma olasılığı olan, tehdit ederek veya gerçekten, fiziksel zorlama ya da güç kullanılması" olarak tanımlamaktadır (DSÖ, 2002: 1). Canlı bir organizmaya dolaylı ya da dolaysız olarak zarar vermeyi amaçlayan davranış söz konusu olduğunda, saldırganlık ya da saldırgan davranıştan söz edilebilir. Saldırganlığın tanımında da bu vardır: Bir nesneye zarar vermek ya da bir canlıyı incitmek, amacını taşıyan ve toplumsal açıdan onaylanamaz davranışlara saldırganlık denir (Zülal, 2001: 34; Boxer ve Tisak, 2005: 172). Saldırganlık gibi davranış problemlerinin erken yaşlarda belirlenmesi, bireyin uyum problemlerini anlamada ve sosyalleşme sürecinde çok önemlidir. İnsanlarda şiddet eğilimli ve saldırgan davranışların görülmesinin altında birçok faktör yatmaktadır. Saldırganlığa neden olan faktörlerin basında aile içi ilişkiler, aile yaşantıları gelir. (Akt. Yeğen, 2008: 33). Otoriter, tutarsız, kontrol yetersizliği, olumsuz tavırlar içeren ebeveyn tutumları büyümekte olan çocuklarda saldırganlığa, anti-sosyal davranışlara ve suç işlemeye eğilimi artırmaktadır (Akt. Yeğen, 2008: 33). Sözel, fiziksel şiddet çocukları ve ergenleri psikolojik açıdan etkilemekte ve ailede, okulda, toplumda yaşanan şiddet onları daha saldırgan yaparak suça itmektir (Arıkan, 2007: 46). Saldırganlık çocuklarda ve ergenlerde görülen başlıca uyum ve davranış bozukluklarından biri olarak görülmektedir (Kulaksızoğlu, 2000: 103). Bilim ve teknolojide meydana gelen hızlı değişimler, hızlı sanayileşme ve düzensiz kentleşme sonucu işsizlik, gelir dağılımında ki eşitsizlik, köyden kente göçler, geleneklerin sarsılması, insanı eskiye kıyasla daha fazla umutsuz yaparak şiddete ve saldırganlığa eğilimli hale getirmiştir (Kılıççı, 2006; Yörükoğlu, 2000; Geçtan, 2006). Ergenlerin özellikle engellenme ve anlaşılma karşısında tepkisel davranabildiklerini, otorite figürlerini düşmanca algılayabildiklerini ve böylece şiddet eğilimi gösterebilmektedirler. Ayrıca kırılma, alınma, gücenme, anlaşılma, reddedilme, engellenme, korku, kaygı, hayal kırıklığı, yalnızlık gibi acı veren temel duyguların kızgınlık, öfke gibi duygulara kolaylıkla dönüşebilmektedir (Çuhadaroğlu-Çetin, 2008: 11, 21). Ergenlik döneminde yoğun olarak yaşanan duygulardan olan öfke, kontrol edilemediği takdirde birtakım olumsuz yaşantılara yol açabilmektedir. Ergenler kontrol edilemeyen öfke sonucunda, kendisi için büyük önem taşıyan arkadaşlarıyla olan ilişkilerinde yoğun öfke patlamaları yaşayabilir ve arkadaşları tarafından dışlanabilirler (Koçak 2008: 5). Ergenler için okulda yalnız kalmamak, akranları tarafından kabul görmek önemlidir. Ergenlerin dünyasında, okul arkadaşları arasında iyi bir konuma, popülerliğe, liderliğe ve güce sahip olmak büyük anlamlar içermektedir. Zaman zaman bu gücü ve popülerliği elde etme ihtiyacı ergenleri şiddet içeren davranışlara yöneltebilmektedir (Cowie, 2000: 26). Fiziksel aktivite, spor ve oyun, özgürce razı olunan, ama tamamen emredici kurallara uygun olarak belirli zaman ve mekân sınırları içinde gerçekleştirilen, bizatihi bir amaca sahip olan, çocuğun kendini ifade edebildiği en dolaysız ve kolay yol olması nedeniyle de çevresindeki bireylerle iletişim kurmasını kolaylaştıran bir faaliyettir (Koçyiğit ve diğ., 2007: 16; Huizinga,



1995: 16). Grup oyunlarının sürekliliği, çocuklar problem yaşadıklarında etkili sosyal problem çözme becerisi ve arkadaş canlısı kalabilmeyi başarmak için iletişim kullanmaları gereklidir (Akt. Dereli-İman, 2013: 479; Neslin Değişen Sesi, 2009: 1-5). İyi planlanmış fiziksel aktivite ve spor ergenler için fiziksel gelişimin yanında psikolojik ve sosyal gelişim içinde önemlidir. Gelişmiş ülkelerde sportif etkinlikler sosyalleşmenin önemli bir aracı olarak kabul edilir (Tel, 2008: 2-8).

## 1. YÖNTEM

### 1.1. Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada, ilköğretim çağındaki şiddet eğilimli ergenlerin saldırgan davranışlarına fiziksel aktivite ve sportif oyunların etkisini belirlemek amaçlanmıştır.

### 1.2. Araştırmanın Yöntemi

Araştırma modeli, ön test - son test, kontrol gruplu desenle yapılmıştır. Araştırma; Aydın ilinde bir ilköğretim okulunda yürütülmüştür. Araştırmanın evrenini Aydın ilinde bir ilköğretim okulunda okuyan 10-12 yaş aralığındaki şiddet eğilimli davranışlar gösteren ergen öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklem grubu iki aşamada oluşturulmuştur. Birinci aşamada; okul rehber öğretmeni tarafından, şiddet eğilimli davranışlar gösteren 15 ergen öğrenci belirlenmiştir. İkinci aşamada ise; okul rehber öğretmeni tarafından belirlenen, şiddet eğilimli saldırgan davranışlar gösteren ergen öğrencilerin arasından araştırmacı tarafından basit tesadüfi yöntemle belirlenen sekiz (8) ergen öğrenci ile uygulamanın yapılacağı deney grubu, geriye kalan yedi (7) ergen öğrenci ile de kontrol grubu oluşturulmuştur. Deney grubundaki ergen öğrencilere 14 hafta boyunca, hafta da 3 (üç) gün 1 (bir) saat çalışma yaptırılmıştır. İçerik olarak; ısınma hareketleri, işlevsel egzersizler, eğitsel oyunlar ve sportif etkinliklerden oluşan etkinlikler programı uygulanmıştır. Kontrol grubunu oluşturan ergen öğrencilere ise; özel olarak hazırlanmış herhangi bir fiziksel aktivite, oyun etkinliği ya da sportif aktivite yaptırılmamıştır.

### 1.3. Veri Toplama Aracı ve Analiz

Grupların saldırganlık ve sosyalleşme düzeylerini belirlemek amacıyla veri toplama aracı “Okul Sosyal Davranış Ölçekleri” kullanılmıştır. Okul Sosyal Davranış Ölçekleri geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları sonucunda, ölçeklerin orijinal ve uyarlanan formu, puanları arasındaki korelasyon kat sayılarının “Olumsuz Sosyal Davranışlar Ölçeği” için  $r=.88$  ve  $r=.62$  arasında değiştiği ve  $p<.001$  düzeyinde anlamlı olduğu tespit edilmiştir. Ölçeklerin madde toplam, madde kalan analizleri sonrasında, “Olumsuz Sosyal Davranışlar Ölçeği” nin korelasyon kat sayılarının  $r=.92$  ve  $r=.48$  arasında değiştiği tespit edilmiştir. Alt ölçeklerden elde edilen ilişki kat sayıları  $r=.83$  ile  $r=1.00$  arasında değişmektedir. Bu sonuçlar “Okul Sosyal Davranış Ölçekleri” nin güçlü güvenilirliğe sahip olduğunu göstermektedir (Yüksel-Yukay, 2009: 1605). Deney ve kontrol grubundaki ergenlerin ailelerine “Okul Sosyal Davranış Ölçekleri” çalışmanın başında ön-test ve çalışmanın sonunda son-test olarak uygulanmıştır. Bu araştırmanın sonuçları, spss istatistik programı ile yapılmıştır. Sıralı olmayan bağımsız değişkenlerin gruplar arası sıra ortalaması farklarının karşılaştırmasına Mann-Whitney U Nan-Par testle, grup içi ortalama farklarının karşılaştırmasına ise Wilcoxon Nan Par testle bakılmıştır. Tip 1 hata için  $\alpha= 0.05$  ve  $0.01$  düzeyi alınmıştır.



## 2. BULGULAR

**Tablo 1:** Deney ve Kontrol Grubundaki Ergenlerin Demografik Özelliklere Göre Yüzdelik Dağılımları

		Deney Grubu		Kontrol Grubu	
		Sayı	%	Sayı	%
Cinsiyet	Erkek	8	.100	7	.100
		$\chi^2=,800$ p=,371			
Yaş	10 Yaş	5	.62.5	4	.57.15
	11 Yaş	3	.37.5	3	.42.15
	Toplam	8	100.0	7	100.0
		$\chi^2=,500$ p=,480			
Ailenin Aylık Geliri	1001TL-2000TL	3	.37.5	3	.42.9
	2001TL- 3000TL	3	.37.5	2	.28.6
	3001TL-4000TL	1	.12.5	1	.14.3
	4001TL ve üzeri	1	.12.5	1	.14.3
	Toplam	8	100.0	7	100.0
		$\chi^2= 2,000$ p=,572			
Anne eğitim Durumu	Lise mezunu	6	.75	4	.57.1
	Ön lisans/lisans mezunu	2	.25	3	.42.9
	Toplam	8	100.0	7	100.0
		$\chi^2= 2000$ p=,157			
Baba Eğitim Durumu	Lise mezunu	6	.75	4	.57.1
	Ön lisans/lisans mezunu	2	.25	3	.42.9
	Toplam	8	100.0	7	100.0
		$\chi^2= 2,000$ p=,157			
Anne meslek durumu	Ev hanımı / çalışmıyor	5	.62.5	3	.42.9
	Serbest meslek	1	.12.5	2	.28.6
	Ssk çalışan(işçi)	1	.12.5	2	.28.6
	Memur	1	.12.5	-	-
	Toplam	8	100.0	10	100.0
		$\chi^2= 6,000$ p=,112			
Baba meslek durumu	Serbest meslek	3	.37.5	2	.28.6
	İşçi	3	.37.5	2	.28.6
	Memur	2	.25	3	.42.9
	Toplam	8	100.0	7	100.0
		$\chi^2=,250$ p=,882			
Anne yaşı	21-25 yaş	2	.25	4	.57.1
	26-30 yaş	6	.75	3	.42.9
	Toplam	8	100.0	7	100.0
		$\chi^2=2,000$ p=,157			
Baba yaşı	26-30 yaş	5	.62.5	3	.42.9
	31-35 yaş	3	.37.5	3	.42.9
	36-40 yaş			1	.14.3
	Toplam	8	100.0	7	100.0
		$\chi^2=,500$ p=,480			
Doğum sırası	İlk çocuk	7	.87.5	4	.57.1
	İkinci çocuk	1	.12.5	3	.42.9
	Toplam	8	100.0	7	100.0
	$\chi^2=4,500$ p=,371				
Kardeş sayılarına göre	Tek Çocuk	5	.62.5	2	.28.6
	İki Kardeş	3	.37.5	4	.57.1
	Üç Kardeş	-	-	1	.14.3
	Toplam	8	100.0	7	100.0
		$\chi^2=,500$ p=,480			



Tablo 1’de Deney ve kontrol grubundaki ergenlerin cinsiyete ve yaşlarına göre, dağılımları görülmektedir. Her iki grubun deneklerinin bu iki bağımsız değişken açısından farklılık göstermediği görülmektedir.

Tablo 1’de Deney ve kontrol grubundaki ergenlerin anne ve baba meslek durumlarına göre dağılımları görülmektedir. Deney ve kontrol grubundaki çocukların ailelerinin yapmakta oldukları mesleklerin birbirine benzer olduğu söylenilebilir.

Tablo 1’de Deney ve kontrol grubundaki ergenlerin anne ve baba yaş durumlarına göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; deney ve kontrol grubundaki çocukların annelerinin yaşlarının 26-30 yaş aralığında yoğunlaştığı görülmektedir. Deney ve kontrol grubundaki çocukların babalarının yaşlarının 26-30 ve 31-35 yaş aralığında yoğunlaştığı görülmektedir. Her iki grubun deneklerinin bu iki bağımsız değişken açısından farklılaşmadıkları görülmektedir.

Tablo 1’de Deney ve kontrol grubundaki ergenlerin ailelerin gelir düzeylerinin her iki grupta 1001 – 2000 TL aralığında yoğunlaştığı görülmektedir. Her iki grubun deneklerinin bu iki bağımsız değişken açısından farklılaşmadıkları görülmektedir.

Tablo 1’de çocukların kardeş sayılarına ve doğum sıralamalarına göre dağılımları görülmektedir. Her iki grubun deneklerinin bu iki bağımsız değişken açısından farklılaşmadıkları görülmektedir.

Tablo 1’de Deney ve kontrol grubundaki ergenlerin kardeş sayılarına ve doğum sıralamalarına göre dağılımları görülmektedir. Her iki grubun deneklerinin bu iki bağımsız değişken açısından farklılaşmadıkları görülmektedir.

Tablo 1’de Deney ve kontrol grubundaki ergenlerin anne ve baba eğitim durumlarına göre dağılımları görülmektedir. Buna göre; deney ve kontrol grubundaki çocukların annelerinin ve babalarının lise mezunu aralığında yoğunlaştığı görülmektedir.

**Tablo 2:** Okul Sosyal Davranış Ölçeği Aile Görüşlerini İçeren Verilerin Mann-Whitney U Ön-Test ve Son-Test Puan Farklarının Karşılaştırılması

Okul Sosyal Davranış Ölçekleri	Grup	Ön-test				Son-test				
		N	Sıra Ort.	Sıra Toplam	U	P	Sıra Ort.	Sıra Toplam	U	P
Saldırgan-Sinirli Davranışlar	Deney Grubu	8	6,63	53,00	17,000	,362	11,19	89,50	2,500	,003
	Kontrol Grubu	7	8,67	52,00			4,36	30,50		
Antisosyal-Agresif Davranışlar	Deney Grubu	8	8,75	70,00	22,000	,484	10,13	73,50	7,500	,045
	Kontrol Grubu	7	7,14	50,00			5,57	46,50		
Yıkıcı-Talepkâr Davranışlar	Deney Grubu	8	8,19	65,50	26,500	,857	4,50	3,600	,000	,001
	Kontrol Grubu	7	7,79	54,50			12,00	84,00		

Tablo 2’ye bakıldığında, fiziksel aktivite ve sportif oyunlar programı uygulanmadan önce, “Okul Sosyal Davranış Ölçekleri” aile görüşlerini içeren verilerin mann-whitney u nan par test analiz sonuçlarına göre; *Saldırgan-Sinirli Davranışlar*, *Antisosyal-Agresif Davranışlar* ve *Yıkıcı-Talepkâr Davranışlar* faktör maddelerinde deney ve kontrol grubundaki ergen öğrencilerin ön-test sıra ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı



görülmektedir ( $p>0,05$ ). Program uygulandıktan sonra; “Okul Sosyal Davranış Ölçekleri” aile görüşlerini içeren verilerin mann-whitney u nan par test analiz sonuçlarına bakıldığında *Saldırgan-Sinirli Davranışlar* ve *Yıkıcı-Talepkâr Davranışlar*, faktör maddelerinde deney ve kontrol grubundaki ergen öğrencilerin son-test sıra ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ( $p<0.01$ ). *Antisosyal-Agresif Davranışlar* faktör maddelerinde deney ve kontrol grubundaki ergen öğrencilerin son-test sıra ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ).

**Tablo 3:** Deney ve Kontrol Grubundaki Ergenlerin Aile Görüşlerini İçeren Verilerin Wilcoxon Test Sonuçlarının Karşılaştırılması

Okul Sosyal Davranış Ölçekleri	Gruplar	N	Ön-test ve Son-test		Z	P	
			Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı			
Saldırgan-Sinirli Davranışlar	Deney Grubu	0	Negatif Sıra	,00			
		8	Pozitif Sıra	4,50	36,00	-2,527	,012
	Kontrol Grubu	0	Eşit	-	-		
		7	Negatif Sıra	4,00	28,00		
		0	Pozitif Sıra	,00	,00	-1,528	,065
		0	Eşit				
Antisosyal-Agresif Davranışlar	Deney Grubu	1	Negatif Sıra	2,00	2,00		
		6	Pozitif Sıra	4,33	26,00	-2,047 <sup>a</sup>	,041
		1	Eşit	-	-		
	Kontrol Grubu	3	Negatif Sıra	2,00	6,00		
		0	Pozitif Sıra	,00	,00	-1,732	,083
		4	Eşit				
Yıkıcı-Talepkâr Davranışlar	Deney Grubu	8	Negatif Sıra	4,50	36,00		
		0	Pozitif Sıra	,00	,00	-2,530	,011
		0	Eşit	-	-		
	Kontrol Grubu	0	Negatif Sıra	,00	,00		
		2	Pozitif Sıra	1,50	3,00	-1,342	,180
		5	Eşit				

Tablo 3’e bakıldığında; deney grubundaki ergenlerin ailelerin verdiği cevapların puanlandırılmasına göre, “Okul Sosyal Davranış Ölçekleri” maddelerinden; *Saldırgan-Sinirli Davranışlar*, *Antisosyal-Agresif Davranışlar* ve *Yıkıcı-Talepkâr Davranışlar* maddeleri yönünden deney grubundaki çocukların ön-test ve son-test sıra ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ( $p<0.05$ ). Kontrol grubundaki ergenlerin ailelerinin verdiği cevapların puanlandırılmasına göre Okul Sosyal Davranış Ölçekleri” maddelerinden; *Saldırgan-Sinirli Davranışlar*, *Antisosyal-Agresif Davranışlar* ve *Yıkıcı-Talepkâr Davranışlar* maddeleri yönünden ön-test ve son-test sonuçları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı görülmektedir ( $p>0.05$ )



## TARTIŞMA

Araştırmadan elde edilen bulgulara göre; fiziksel aktivite ve sportif etkinliklerin, şiddet eğilimli ergenlerin davranışlarının azalmasında olumlu yönde etkili olduğu görülmektedir. Araştırmamızı destekleyen, benzer nitelikte yapılmış araştırmalar mevcuttur.

Fiziksel aktiviteler, gerilim ve anksiyetenin boşalmasına yardım eder ve emosyonel stabilite ve sabır davranışını kolaylaştırır (Baltacı, 2008: 3). Fiziksel aktivite ve oyun etkinliklerine katılan bireyler kişisel deneyimlerini, yaratıcılıklarını geliştirir ve sorumluluk duygusu kazanırlar. Yardımlaşma ve işbirliği yapma, arkadaşlarına ve oyun kurallarına saygı gösterme gibi sosyal davranışları da kazanarak olumlu bir benlik gelişimi sağlar (Mengütay, 2005: 113). Fiziksel aktivite ve oyun, büyüme çağındaki çocuklar için hem bedensel sağlık ve fiziksel gelişme yönünden, hem de iyi bir kişilik oluşması ve ruh sağlığı bakımından yararlı ve gereklidir (Akt. Temür, 2007: 21-22). Fiziksel aktivite ve oyun ile ilgilenmenin, ergenlik dönemindeki çocuklarda akademik başarıyı arttırdığı, psikolojik olarak iyi olma hali sağladığı, depresyon ve kaygı bulgularını azalttığı, kendine saygıyı artırarak, ergenlerin daha atılgan olmalarını sağlamaya katkı yaptığı belirlenmiştir (Çavdar, 2011: 60; Strong ve ark. 2005: 732-737; Taylor ve ark., 1985: 30; Kirkcaldy ve ark., 2002: 50; Penedo ve Dahn, 2005: 93; Parfitt ve Eston, 2005: 701; Sutor ve Kraak, 2007). Spora katılım yaşamın her döneminde önemlidir, özellikle çocuk, ergen, genç erişkinler için sağlığın pekiştirilmesi, hastalıklardan korunma ve psikososyal iyilik hali için daha kritik bir öneme sahiptir. Almanya’da, 2002 yılında spor yapan ve yapmayan 14–18 yaş aralığındaki bin lise öğrencisinin katılımıyla gerçekleştirilen bir çalışmada; spor yapanların yapmayanlara göre daha düşük depresyon ve anksiyete skorlarına sahip oldukları saptanmıştır (Kirkcaldy ve diğ. 2002: 544). Spor faaliyetlerinin anksiyete açısından uzun dönemli etkisini araştırmak amacıyla 14–16 yaş grubundaki ergenlerin spor yapanlar ve yapmayanlar şeklinde ayrılarak dahil edildikleri bir çalışmada; spor yapanlarda hem genel semptom, hem de anksiyete indeksinin anlamlı biçimde düşük olduğu saptanmıştır (Akt. Alpaslan, 2012: 181). Yetiştirme yurtlarında kalan 13–16 yaş grubu sporla uğraşan ergenlerin; sigara, alkol, madde ve ilaç kullanım sıklıkları daha düşük, yaşam kalitesi puanları daha yüksek, genel ruhsal belirti ve depresyon puanları daha düşük, birine zarar verme ve bir şeyleri kırıp/dökme istekleri daha az, ders çalışma ve kitap/gazete okuma sıklıkları daha yüksek bulunmuştur. Ergenlerin spora ayırdıkları süre arttıkça ruhsal belirtilerinin şiddetinin azalmakta olduğu saptanmıştır (Karadağ, 2008). Yetiştirme Yurdu Ergenleri ile yapılmış ve araştırmaya katılan ergenler ile bir yıl süreyle sportif etkinlikler (cimnastik faaliyetleri) düzenlemiş, ayrıca sosyo-kültürel faaliyetlerde de çeşitli etken roller vererek ergenlerin davranışlarındaki olumlu değişikliklere direkt olarak katkıda bulunulduğu saptanmıştır. Ergenlerin küfürlü konuşma, birbirlerine zarar verme, etkinlik sırasında düzen ve disiplini bozma ve arkadaşlarına zarar verme gibi davranış ve tutumları bir yıl sonunda azalma olduğu görülmüştür (Çamlıyer ve diğ., 1999: 29-38). Fiziksel etkinlikler yaşamın temel işlevidir. Çocuğun ve ergenin oyunu sürekli vücut eylemiyle karakterize edilmektedir (Eysenck & Wilson, 1996).

Sportif oyun ve fiziksel aktiviteler ergenlik çağındaki çocukların korkularını yenmesi, özbenliğini bulması gibi bilişsel açıdan, sosyal çatışmaların üstesinden gelmesi, kendisi ve çevresini tanıması gibi duygusal açıdan doyum sağlayan ve onu özgünleştiren ve uygun bedensel gelişimin sağlanması gibi fiziksel açıdan önemli olup ayrıca; sporun, fiziksel aktivitenin ve oyunun çocuk gelişimindeki önemi bilişsel, duyuşsal ve fiziksel açılardan oldukça önemlidir (Çelik ve Şahin, 2013: 467-478; Yavuzer, 2005: 64-65). Sportif oyunlar



hem bilişsel gelişimin aynası hem de sosyal becerilerin öğrenildiği ve duygusal boşalmanın sağlandığı ve bireylerin sosyalleşmelerine olumlu yönde katkı sağlayan bir faaliyettir (Yavuzer, 2005: 64-65; Alp ve Çamlıyer, 2015: 346). Sportif oyunlar; ergenlik çağındaki bireylerin toplum ve ahlak kurallarına uyum göstermesinde, birikmiş enerjisini sarf etmesinde rolü büyüktür (Pehlevan, 2010: 30-31). Sportif etkinliklerin ve oyunun insan gelişiminde etkili olduğu dönemlerden birisi de ergenlik çağıdır. Eğitimciler ve ahlâkçılar, ergenlere kendilerini ifade etme olanağı verilirse davranışlarında sosyal sorumluluk taşıyabileceklerini savunmuşlardır (Muratlı, 1997: 101).

## SONUÇ

Araştırmada elde edilen bulgulara göre, deney grubunun son-test puanları, kontrol grubunun son-test puanlarına göre daha yüksek ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Araştırmada elde edilen bulgulara göre, deney grubundaki ergenlerin; *Saldırgan-Sinirli Davranışlar*, *Antisosyal-Agresif Davranışlar* ve *Yıkıcı-Talepkâr Davranışlar* gibi davranışlarında kontrol grubundaki ergenlere göre azalma olduğu ve ortaya çıkan tüm sonuçlara bakıldığında, şiddet eğilimli ergenlerin saldırgan davranışlarının azalmasında fiziksel aktivite ve sportif oyunların pozitif yönde etkisinin olduğu görülmüştür.

## ÖNERİLER

Ergenlik dönemindeki bireyler fiziksel aktivite ve spor faaliyetlerinde yer almaları için teşvik edilmeli; fakat bir rekabet için zorlanmamalı ve bireysel farklılıkları da göz önüne almalıdır. Ergenlik dönemindeki bireylerin, ilgi ve isteklerini canlı tutabilmek, fiziksel aktivite ve spor yapmalarını cazip hale getirebilmek için uygun, hoş giden araç-gereç seçmeli, ödüllendirme sistemi ve net bir disiplin anlayışını kurarak benimsetmeli, yapılan fiziksel aktivite ve spor uygulamalarının da beklenen hedeflere ulaştırıp ulaştırmadığı da değerlendirilmelidir.

## KAYNAKÇA

- Alp, H., ve Çamlıyer, H., (2015). Sosyal uyum bozukluğu gösteren çocukların uyumsal davranışlarına kaynaştırılmış ders dışı hareket eğitimi ve oyun etkinliklerinin etkisi. *Akademik Bakış Dergisi Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E-Dergisi ISSN:1694-528X İktisat ve Girişimcilik Üniversitesi, Türk Dünyası, Kırgız – Türk Sosyal Bilimler Enstitüsü, Celalabat – KIRGIZİSTAN, Sayı: 49 Mayıs – Haziran*
- Alpaslan A. H.,( 2012). Ergen ruh sağlığı ve spor. *Kocatepe Tıp Dergisi Kocatepe, 13: 181-185/Eylül*
- Arıkan, G., (2007). Çocuklar Yasaların Gölgesinde Suça İtiliyor. *Çoluk Çocuk Aylık Anne Baba Eğitimci Dergisi. Sayı:70, s.46.*
- Baltacı, G., (2008). Çocuk ve spor. *Hacettepe Üniversitesi - Sağlık Bilimleri Fakültesi, Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Bölümü, Birinci Basım: Şubat 2008, Sağlık Bakanlığı Yayın No: 730, ISBN : 978-975-590-246-3, Baskı : Klasmat Matbaacılık - Ankara shf:3*
- Boxer, P., Tisak, M., S., (2005). Children' s beliefs about the continuity of aggression. *Aggressive Behavior, Volume 31, 172-188.*





- Cowie, H. (2000). *Bystanding or standing by: Gender issues in coping with bullying in schools. Aggressive Behavior*, 26, 85-97.
- Çavdar, B., (2011). Öğretilebilir zihinsel engelli öğrencilerde beden eğitimi ve spor aktivitelerinin toplumsallaşma düzeylerine etkisi. *Yüksek Lisans Tezi, İzmir-2011 s: 60.*
- Çelik A., Şahin M., (2013). Spor ve çocuk gelişimi. *The Journal of Academic Social Science Studies International Journal of Social Science Volume 6 Issue 1, p. 467-478, January 2013.*
- Çuhadaroğlu Çetin, F. (2008). Youth and violence. *In M.D. Ulusoy (Eds.). Political violence, organized crimes, terrorism and youth (ss. 11-21). Netherlands: IOS Press.*
- Dereli-İman, E., (2013). Çocuklar için sosyal problem çözme ölçeğinin 6 yaş grubu için türkiye uyarlaması ve okul öncesi davranış problemleri ile sosyal problem çözme becerileri arasındaki ilişkiler. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri • Educational Sciences: Theory & Practice - 13(1) • Kış/Winter • 479-498©2013.*
- Dünya Şiddet ve Sağlık Raporu (DSÖ), (2002). Özet *Genova: World Health Organization.*
- Erwin, P., (2000). Çocuklukta ve erişkinlikte arkadaşlık. *Alfa Kitabevi, Çeviren: Osman Akınhay, İstanbul.*
- Er G, Çamlıyer H, Çobanoğlu G, Er N., (1999). Spor etkinliklerinin çocuk ve ergenlerde davranış ve sosyal gelişim üzerine etkileri. *BESBD 1999; 3: 29–38.*
- Eysenck H.J., Wilson, G., (1996). Kişiliğinizi tanıyın. *İkinci Basım, Remzi Kitabevi, Ekim İstanbul, 1996.*
- Geçtan, E., (2006). Psikodinamik psikiyatri ve normal dışı davranışlar. *18. baskı Metis Yayıncılık, İstanbul.*
- Haskan Avcı Ö., Yıldırım İ., (2014). Ergenlerde şiddet eğilimi, yalnızlık ve sosyal destek. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education) 29(1), 157-168 [2014].*
- Huizinga J., (1995). Homo Ludens, oyunun toplumsal işlevi üzerine bir deneme. (Çev. *Kılıçbay MA), Ayrıntı Yayınları, İstanbul, s: 16.*
- Karadağ Ö., (2008). Ankara'da Bulunan Yetiştirme Yurtlarında Yaşayan Adölesanlarda Sosyodemografik Özelliklerin ve fiziksel aktivite düzeyinin ruhsal belirtiler ve yaşam kalitesi açısından değerlendirilmesi. *Hacettepe Üniversitesi; Yüksek Lisans Tezi, Ankara.*
- Kılıççı, Y., (2006). Okulda ruh sağlığı. *5. baskı Anı Yayıncılık, İstanbul.*
- Kirkcaldy, B.D., Shephard, R.J. ve Siefen, R.G., (2002), The relationship between physical activity and selfimage and problem behaviour among adolescents. *Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, 37(11): 544-50.*
- Koçak, E. (2008). Ergenlerde yalnızlığın yordayıcısı olarak benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi. *Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi, Adana, s:5.*



- Koçyiğit S., Tuğluk M. N., Kök M., (2007). Play as educational activity in the child's development process. *KKEFDI-OKKEF, Yıl: 2007 Sayı:16*.
- Kulaksızoğlu, A. (2000). Ergenlik Psikolojisi. 3. Basım, *Remzi Kitabevi, İstanbul*.
- Mark Wolary ve Jan S. Wilbers. (1985), Including children with special needs in early childhood programs. *Editor: Mark Wolary ve Jan S. Wilbers. (Second Edition). NAEYC, Washington, 1995, s.8-9*.
- Mengütay, S., (2005). Çocuklarda hareket gelişimi ve spor. *Morpa Kültür Yayın Ltd. Ş., İstanbul, s: 113*.
- Muratlı, S. (1997). Çocuk ve spor. *Bağırhan Yayınevi, Ankara, s:101*.
- Neslin Değişen Sesi, (2009). Oyun ve çocuk. *Rehberlik Servisi Bülteni No: 7, S: 1-5*.
- Parfitt, G. ve Eston, R.G., (2005). The relationship between children's habitual activity level and psychological well-being. *Acta Paediatr, 94(12):1699-701*.
- Pehlevan, Ş., (2010). Zihinsel Engelli Çocukların sosyalleşmelerinde türk halk oyunlarının etkisi. *Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, shf: 30-31*.
- Penedo, F.J. ve Dahn, J.R., (2005). Exercise and well-being: A review of mental and physical health benefits associated with physical activity. *Curr Opin Psychiatry, 18(2): 189-93*.
- Strong, W.B., Malina, R.M., Blimkie, C.J., Daniels, S.R., Dishman, R.K., Gutin, B., Hergenroeder, A.C., Must, A., Nixon, P.A., Pivarnik, J.M., Rowland, T., Trost, S., Trudeau, F., (2005). Evidence based physical activity for school-age Youth. *Journal Pediatrics, 146(6), 732-737*
- Suitor, C.W. ve Kraak, V.I., (2007). Adequacy of evidence for physical activity guidelines development: workshop summary. *Institute of Medicine. Washington, DC: National Academies Press*.
- Taylor, C.B., Sallis, J.F. ve Needle, R., (1985). The relation of physical activity and exercise to mental health. *Public Health Rep, 100(2): 195-211. 30*.
- Tel, M., (2008). Çocuklarda sosyalleşme araçlarının spora yönlendirme durumları. *Fırat Üniversitesi Sivrice Meslek Yüksekokulu – Elazığ, s: 2-8*.
- Temür, E. (2007). Polimetrik ve direnç egzersizlerinin, zihinsel engelli çocukların (10-15 yaş) kol ve bacak güç-kuvvet gelişimlerine etkisinin incelenmesi. *Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale, s: 21-22*.
- Türkiye Büyük Millet Meclisi (TBMM), 2010). Çocuklarda ve gençlerde artan şiddet eğilimi ile okullarda meydana gelen olayların araştırılarak alınması gereken önlemlerin belirlenmesi amacıyla kurulan meclis araştırması komisyonu. Dönem: 23 Yasama Yılı: 4, (S. Sayısı: 589) (s:545-547).
- Yavuzer, H., (2005). Çocuğu tanımak ve anlamak. 5. Baskı, *Remzi Kitabevi, İstanbul, s: 64-65*.
- Yeğen, B., (2008). Ortaöğretim öğrencilerinin sosyal uyumları ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü*



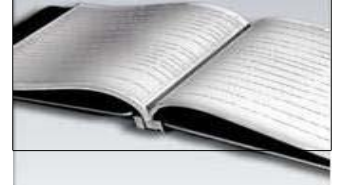
## AKADEMİK BAKIŞ DERGİSİ

Sayı: 66 Mart - Nisan 2018

Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler E-Dergisi

ISSN:1694-528X İktisat ve Girişimcilik Üniversitesi, Türk Dünyası  
Kırgız – Türk Sosyal Bilimler Enstitüsü, Celalabat – KIRGIZİSTAN

<http://www.akademikbakis.org>



*Eğitim Yönetimi ve Denetimi Anabilim Dalı (Kadıköy İlçesi Örneği), Yayımlanmamış  
Yüksek Lisans Tezi İstanbul, 2008, s:33.*

Yörükoğlu, A., (2000). Değişen toplumda aile ve çocuk. 6. Baskı, Özgür Yayınları, İstanbul.

Yüksel (Yukay), M. (2009). Okul sosyal davranış ölçeklerinin (osdö) türkçeye uyarlanması.  
*Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri / Educational Sciences: Theory & Practice 9*  
(3) • Yaz / Summer 2009 • 1605-1650.

Zülal, A., (2001). Çağımıza özgü bir sorun mu? Şiddet. *Bilim ve Teknik Dergisi, Ankara,*  
*Şubat, Sayı: 399, s: 34-41.*