

Okul Sporlarına Katılan ve Katılmayan İlköğretim Öğrencilerinin Ruhsal Uyum Düzeylerinin İncelenmesi¹

Ekrem Levent İLHAN², Eylem GENCER³, Hakkı ULUCAN⁴

ÖZ

Bu araştırma okullar arası spor müsabakalarına katılan ve katılmayan ilköğretim öğrencilerinin ruhsal uyum düzeylerinde anlamlı bir farklılığın olup olmadığını incelemek amacıyla yürütülmüştür. Araştırma grubunu 8-12 yaş aralığında, farklı branşlarda okullar sporları yapan (44 kız, 22 erkek) 66 sporcu-öğrenci ve spor yapmayan (49 kız, 17 erkek) 66 ilköğretim öğrencisi olmak üzere toplam 132 çocuk (93 kız, 39 erkek) oluşturmaktadır. Veri toplama aracı olarak Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde bağımsız örneklemelerde t testi ve kruskal wallis test yöntemlerinden yararlanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre; öğrencilerin nevrotik, davranış ve diğer davranış sorun düzeylerinde okullar arası spor müsabakalarına katılanların lehine istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar görülmüştür. Okullar arası spor müsabakalarına katılan sporcu öğrencilerin branşlarına göre nevrotik, davranış ve diğer davranış sorun düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar görülmemiştir. Sonuç olarak okullar arası spor müsabakalarına katılan çocuklar, katılmayan akranlarına göre ruhsal olarak daha uyumludur denilebilir.

Anahtar kelimeler: Ruhsal uyum, sporcu-öğrenci, okul sporları.

Examining the Emotional Adjustment Levels of Primary School Students Who Participate and Do Not Participate in School Sports

ABSTRACT

The purpose of this study is to examine whether there is significant differences in primary school students' emotional adjustment levels who participate and do not participate in school sports. The sample group consist of 66 students (female 49, male 17) do not participate in school sports and 66 athlete-students (male 44, female 22) participate in school sports from different sports branches totaly 132 children (male 93, female 39). Hacettepe Emotional Adjustment Scale (HEAS) was used to gather data. Descriptive statistics, independet samples t test, kruskal wallis h test techniques were used while analysing data. There are significant differences in primary school students' neurotic,

¹ 19-21 Nisan 2010 tarihleri arasında Yakın Doğu Üniversitesinde düzenlenen 1. Uluslararası Çocuk ve Spor Kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

² Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, e-mail: eleventilhan@gmail.com

³ Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, e-mail: eylemgencer@gmail.com

⁴ Ahi Evran Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, e-mail: hulucan@ahievran.edu.tr

behaviour and other behaviour problem levels in favor of those who participate in school sports. There are no significant differences in athlete-students' neurotic, behaviour and other behaviour problem levels according to sports branches. As conclusion it may be said that the students who participate in school sports are more adjusted emotionally compared to students do not participate in.

Keywords: Emotional adjustment, athlete-student, school sports.

GİRİŞ

Bireyin davranışlarının yaşamını sürdürebilmeye, değişen koşullar ile bir denge oluşturmaya ve bunlara uyum sağlamaya yönelik olduğu kabul edilmektedir. Çocuklarda gelişim dönemlerinin getirdiği doğal zorluklara çevrenin getirdiği olumsuz etkiler de eklendiğinde, tepkisel olarak bazı uyumsuzluk sorunları görülebilmektedir (Yavuzer, 1997; Kaya vd., 2006).

Yavuzer (1999), ruhsal uyumu; bireyin sahip olduğu özelliklerinin kendi benliğiyle içinde bulunduğu çevre arasında dengeli bir ilişki kurabilmesi ve bu ilişkiyi sürdürebilmesi şeklinde tanımlanmaktadır. Uyumlu çocuk, yaşının ve kendi özelliklerinin gerektirdiği bedensel, devinimsel, zihinsel, cinsel, duygusal ve toplumsal davranışları gerçekleştirebilen çocuktur. Her yaşın ve dönemin ayrı gelişim gereksinimleri bulunmaktadır. Çocuk, döllemeden başlayarak gelişim görevlerini başarıyla gerçekleştirince hem yaşından beklenen uyumu sağlamış hem de bir sonraki dönemin gelişimi için gerekli olgunluğa ulaşmış olmaktadır (Altınköprü, 2003).

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

Bütün ruhsal sorunlarını dışa vurmayan çocuklara da rastlanabilmektedir. Onun için, dıştan bir belirti göstermeyen her çocuğa uyumlu ve dengeli diyemeyiz. Dıştan durgun görünmelerine karşılık, içlerinde fırtınalar yaşayan çocukların var olduğu bilinmektedir. Bunlar, iç tedirginliklerini dışa vurmamak için sürekli olarak kendileriyle savaşıyor çocuklarıdır. Küçük bir dış baskı karşısında, çocukların dengelerinin bozulduğu ve ruhsal bozukluk belirtilerini gözler önüne serdikleri görülmektedir. (Özalp, 2005).

Ruhsal uyumsuzluk, çocukların sosyal ve akademik gelişimini olumsuz yönde etkileyebilir (Oswald vd., 2001; Öner ve Yılmaz, 2001; Sugai & Horner, 2002). Davranış sorun düzeyleri yüksek olan uyumsuz çocuklar yarının ruhsal sorunlu erişkinleri olabileceği düşünüldüğünde, çocuklardaki davranış sorunların öncelikle ilkökul çağı gibi erken bir dönemde ele alınması gerekliliği vardır.

Eğitimin temel işlevi, öğrenciye sadece bilgi, beceri kazandırmak değil; onların her yönüyle, sürekli bir şekilde gelişmelerine, topluma aktif uyum sağlayabilecek mutlu, üretken ve kendini gerçekleştirmiş bireyler olarak yetişmelerini sağlamaktır.

Öğrenmeyi, davranışlarda meydana gelen değişiklikler olarak düşündüğümüzde eğitim, söz konusu davranış değişikliğini yani öğrenmeyi sağlama sürecidir diyebiliriz. Genel eğitimin amaçlarına ulaşması noktasında ise sporu bir araç olarak niteleyebiliriz. Özenle planlanan Beden eğitimi ve spor programları, hareketin ve sporun kendi doğasında var olan birçok özelliği itibariye çocukluk çağındaki olası olumsuz davranışların üstesinden gelebilecek bir araç olarak düşünülebilir.

Demirhan'a (2006) göre eğitim sürecine giren bireyin bilişsel duyuşsal ve devinişsel alanla ilgili doğuştan getirdiği özellikleri vardır ve bireylerin gereksinimleri farklıdır. Bu özelliklerden hareketle bireylerin gereksinimlerinden yola çıkılmalı ve hedefler ona göre belirlenmelidir.

Wilgoose (1984) 6-12 yaş grubu çocukların bazı özelliklerini aşağıdaki ifadelerle betimlemiştir:

- Hareket, tırmanma, kovalama ve genel anlamda etkinliği sever.
- Taklit eder ve en çok sevdiklerinin kendisini sevmesini ister.
- Hayal gücü çok kuvvetlidir, şüphecidir ve birçok şeyi dener.
- İş görmekten zevk alır. Duyuşsal histen, kasları kullanmaktan ve kapasitesini test etmektense zevk alır.
- Cesaretli ve maceracıdır. Bağımsızlıktan ve kendisini ifade etmektense hoşlanır.
- Performansta büyüme ve gelişmede hızlıdır.
- Uсталık ve başarı duyumundan zevk alır. Sağlığa ve fiziksel gelişime önem verir.
- Grup statüsü ve toplumsal tanınma sağlanmasını ister.
- Spor eğitimi ve sağlık arasındaki ilişkiyi mantıklı olarak anlar. (Akt. Demirhan, 2006)

Çeşitli araştırmalar, bireylerin spor etkinliklerine katılımının beden, ruh ve kişilik yapısını geliştirdiğini, iradeyi güçlü kılma, grup çalışmasını kolaylaştırma, karşılıklı dayanışma sağlama, özgüven geliştirme, kendini kontrol etme, başkalarına saygıyı öğrenmede ve olumlu davranışlar geliştirmede önemli katkılar sağlandığını ortaya koymaktadır (Suveren,1991; Kapıkıran, 1993; Büyükyazı vd., 2003).

Bu noktadan hareketle araştırmamızın amacı okullar arası spor müsabakalarına katılan ve katılmayan ilköğretim öğrencilerinin ruhsal uyum düzeylerinin karşılaştırmalı olarak incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Araştırma Kırşehir ilinde 2009-2010 eğitim öğretim yılının güz döneminde yürütülmüştür. Araştırmada kullanılan veri toplama aracının yönergesine göre, aşağıda detaylarına değinilecek olan ruhsal uyum maddelerinin kapsadığı kitle 6-12 yaş grubundaki çocuklardır. Araştırmanın yürütüldü Kırşehir ilinde bu yaş grubunda okul sporları yapan çocukların tamamına ulaşılmış ve hedeflenmiş ve 2008-2009 eğitim öğretim yılında okul sporlarına katılan ilköğretim okulları Milli Eğitim İl Müdürlüğünden alınan bilgilere göre belirlenerek, 142 sporcu-öğrencinin 66'sından sağlıklı veri alınmıştır. Bu açıklamaya dayalı olarak; araştırma grubunu 8-12 yaş aralığında, farklı branşlarda (basketbol 35, voleybol 26, hentbol 5) okullar arası spor müsabakalarına katılan (44 kız, 22 erkek) 66 sporcu-öğrenci ve okullar arası spor müsabakalarına katılmayan (49 kız, 17 erkek) 66 ilköğretim öğrencisi olmak üzere toplam 132 çocuk (71 kız, 61 erkek) oluşturmaktadır.

Veri Toplama Aracı

Veri toplama aracı olarak Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek çocukların annelerine uygulanarak çocukların ruhsal uyum verileri annelerinin değerlendirmeleri üzerinden elde edilmiştir.

Ölçek, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı tarafından, ruhsal uyumu değerlendirmek amacıyla uygulanan çeşitli ölçeklerden ülkemizde geçerli olacak sorular seçilerek geliştirilen, geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılmış olan bir ölçektir. Prof. Dr. Bahar Gökler ve Prof. Dr. Psk. Ferhunde Öktem tarafından 1985 yılında geliştirilmiştir. Ölçek, her çocukta olabilecek ruhsal belirtileri içeren 32 maddeden oluşmaktadır. Her madde için "Yok", "Biraz", "Çok" seçenekleri bulunmakta; puanlama, bu seçeneklerin karşılıkları olan 0,1,2 puanlar toplanarak yapılmaktadır.

Sunal (2002), yılında yaptığı araştırmasında, Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeğinin güvenilirliğini sınıamıştır. Ölçeğin geneline ait Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı $r=0,86$ 'dır. Yapılan analizde Guttman Split-half güvenilirlik katsayısı 0.85, Spearman- Brown güvenilirlik katsayısı 0.87. Birinci yarı alpha değeri 0.78, ikinci yarı alpha değeri 0.69, iki yarı arasındaki korelasyon 0.77 olarak bulunmuştur. Total madde korelasyonları 0.20'nin üzerindedir ve yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. Tek ve çift numaralı maddelerinden oluşan iki yarısı birbirleriyle tutarlıdır ve ayrı ayrı güvenilirlikleri yüksek bulunmuştur. Ölçeğin geneline ait güvenilirlik katsayısı da yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. *Nevrotik alt boyutu* güvenilirlik analizi Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0.79, Guttman Split-half güvenilirlik katsayısı 0.76, Spearman-Brown güvenilirlik katsayısı 0.80, birinci yarı alpha değeri 0.74, ikinci yarı alpha değeri 0.52, iki yarı arasındaki korelasyon 0.66 olarak bulunmuştur. Total madde korelasyonları 0.20'nin üzerindedir ve yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. *Davranış Alt*

Boyutu Cronbach Alpha güvenilirlik katsayısı 0.82, Guttman Split-half güvenilirlik katsayısı 0.82, Spearman-Brown güvenilirlik katsayısı 0.83, birinci yarı alpha değeri 0.72, ikinci yarı alpha değeri 0.67, iki yarı arasındaki korelasyon 0.71 olarak bulunmuştur. Total madde korelasyonları 0.20'nin üzerindedir ve yeterli düzeyde yüksek bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık kat sayılarının oldukça yüksek olması, güvenle kullanabileceği yönünde fikir vermektedir.

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizinde bağımsız örneklemelerde t testi ve kruskal wallis h test yöntemlerinden yararlanılmış 0,01 ve 0,05 anlamlılık düzeylerinde test edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. *Okullar Arası Spor Müsabakalarına Katılan ve Katılmayan İlköğretim Öğrencilerinin Nevrotik Sorun Düzeylerinin Karşılaştırılması*

| | Spora katılım | N | X | ss | sd | t | p |
|-------------------|---------------|----|------|------|-----|--------|------|
| Nevrotik Sorunlar | Evet | 66 | 3,95 | 3,10 | 130 | -5,916 | ,000 |
| | Hayır | 66 | 7,00 | 2,80 | | | |

Okullar arası spor müsabakalarına katılan ve katılmayan ilköğretim öğrencilerinin nevroitik sorun düzeyleri bağımsız örneklemelerde t testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere okullar arası spor müsabakalarına katılan sporcu-öğrencilerin nevroitik sorun düzeyleri okullar arası spor müsabakalarına katılmayan akranlarına göre anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur ($p<0,01$).

Tablo 2. *Okullar Arası Spor Müsabakalarına Katılan ve Katılmayan İlköğretim Öğrencilerinin Davranış Sorun Düzeylerinin Karşılaştırılması*

| | Spora katılım | N | X | ss | sd | t | p |
|--------------------|---------------|----|------|------|-----|--------|------|
| Davranış Sorunları | Evet | 66 | 4,09 | 2,96 | 130 | -3,570 | ,001 |
| | Hayır | 66 | 5,84 | 2,68 | | | |

Okullar arası spor müsabakalarına katılan ve katılmayan ilköğretim öğrencilerinin davranış sorun düzeyleri bağımsız örneklemelerde t testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere okullar arası spor müsabakalarına katılan sporcu-öğrencilerin davranış sorun düzeyleri okullar arası spor müsabakalarına katılmayan akranlarına göre anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur ($p<0,01$).

Tablo 3. *Okullar Arası Spor Müsabakalarına Katılan Ve Katılmayan İlköğretim Öğrencilerinin Diğer Davranış Sorun Düzeylerinin Karşılaştırılması*

| | Spora katılım | N | X | ss | sd | t | p |
|--------------------------|---------------|----|------|------|-----|--------|------|
| Diğer Davranış Sorunları | Evet | 66 | ,99 | ,82 | 130 | -3,629 | ,000 |
| | Hayır | 66 | 1,18 | 1,03 | | | |

Okullar arası spor müsabakalarına katılan ve katılmayan ilköğretim öğrencilerinin diğer davranış sorun düzeyleri bağımsız örneklemelerde t testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere okullar arası spor müsabakalarına katılan sporcu-öğrencilerin diğer davranış sorun düzeyleri okullar arası spor müsabakalarına katılmayan akranlarına göre anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur ($p < 0,01$).

Tablo 4. *Okullar Arası Spor Müsabakalarına Katılan Sporcu-Öğrencilerin Nevrotik Sorun Düzeylerinin Branşlara Göre Karşılaştırılması*

| Spor Branşı | N | Sıra Ortalaması | sd | χ^2 | p |
|-------------|----|-----------------|----|----------|------|
| Basketbol | 35 | 33,67 | | | |
| Voleybol | 26 | 32,98 | 2 | ,053 | ,974 |
| Hentbol | 5 | 35,00 | | | |

Okullar arası spor müsabakalarına katılan sporcu-öğrencilerin nevroitik sorun düzeyleri branşlara göre Kruskal Wallis h testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere okullar arası spor müsabakalarına katılan sporcu-öğrencilerin nevroitik sorun düzeylerinde branşlara göre anlamlı farklılıklar bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 5. *Okullar Arası Spor Müsabakalarına Katılan Sporcu-Öğrencilerin Davranış Sorun Düzeylerinin Branşlara Göre Karşılaştırılması*

| Spor Branşı | N | Sıra Ortalaması | sd | χ^2 | p |
|-------------|----|-----------------|----|----------|------|
| Basketbol | 35 | 32,99 | | | |
| Voleybol | 26 | 33,13 | 2 | ,452 | ,798 |
| Hentbol | 5 | 39,00 | | | |

Okullar arası spor müsabakalarına katılan sporcu-öğrencilerin davranış sorun düzeyleri branşlara göre Kruskal Wallis h testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere okullar arası spor müsabakalarına katılan sporcu-öğrencilerin davranış sorun düzeylerinde branşlara göre anlamlı farklılıklar bulunmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 6. *Okullar Arası Spor Müsabakalarına Katılan Sporcu-Öğrencilerin Diğer Davranış Sorun Düzeylerinin Branşlara Göre Karşılaştırılması*

| Spor Branşı | N | Sıra Ortalaması | sd | χ^2 | p |
|-------------|----|-----------------|----|----------|------|
| Basketbol | 35 | 33,77 | | | |
| Voleybol | 26 | 33,65 | 2 | ,137 | ,934 |
| Hentbol | 5 | 30,80 | | | |

Okullar arası spor müsabakalarına katılan sporcu-öğrencilerin diğer davranış sorun düzeyleri branşlara göre Kruskal Wallis h testi ile karşılaştırılmış, tabloda görüldüğü üzere okullar arası spor müsabakalarına katılan sporcu-öğrencilerin diğer davranış sorun düzeylerinde branşlara göre anlamlı farklılıklar bulunmamıştır ($p > 0,05$).

TARTIŞMA ve SONUÇ

Okullar arası spor müsabakalarına katılan ve katılmayan ilköğretim öğrencilerinin ruhsal uyum düzeylerinin karşılaştırmalı olarak incelenmesi amacıyla yürütülen araştırmamızın bulguları ışığında, okullar arası spor müsabakalarına katılan sporcu öğrencilerin ruhsal uyumsuzluğun bileşenleri olan nevrotik, davranış ve diğer davranış sorun düzeylerinde okul sporlarına katılmayan akranlarına göre istatistiksel olarak anlamlı şekilde daha uyumlu olduğu belirlenmiştir.

Toplumda sorumluluk yüklenecek yetişkinlerin iyi alışkanlıklar edinmesinde, bireyler arası ve toplumlar arası sağlıklı ilişkiler kurulmasında çocukluk döneminde başlayan sporun büyük önemi vardır. Çocukların ilkokuldan itibaren sportif faaliyetlere yönlendirilmesi onlara iyi alışkanlıklar kazandırılmasında etkilidir.

Çocuklar için spor, fiziksel gelişimin yanında psikolojik ve sosyal gelişim için de önemlidir. Çocuklarda sosyalleşme süreciyle beraber akran grupları ile iyi ilişkiler kurma, kurallara ve kararlara uyma gibi deneyimler kazanmaktadır (Newcomb & Bagwell,1996, Rubin, vd., 1998).

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

Şenduran (2008), 183 öğrenci üzerinde yaptığı araştırmasının bulgularına göre, düzenli spor yapan öğrencilerin, spor yapmayan akranlarına göre daha fazla kendileri ve çevresiyle uyum içersinde oldukları, kendileri ile barışık oldukları ve çevresi tarafından sevildikleri belirtmektedir.

İlhan (2007), “Eğitilebilir zihinsel engelli çocuklarda beden eğitimi ve spor aktivitelerinin ruhsal uyum düzeylerine etkisi” adlı doktora tezinde, araştırma grubunu, uygulama ve kontrol grubu olarak 2’ye ayırarak, uygulama grubunu 20 haftalık özel beden eğitimi programına dahil etmiştir. Çocukların annelerinden ve öğretmenlerinden, Hacettepe Ruhsal Uyum Ölçeği aracılığıyla elde ettiği verilerle, uygulama grubunda yer alan ve düzenli beden eğitimi ve spor etkinliklerine katılan çocukların nevrotik ve davranış sorunlarında , kontrol grubuna göre azalan bir fark olduğu ve farkın uygulama grubu lehine anlamlı olduğunu bulmuştur.

İlhan ve Gencer (2009) “Çocuklarda Nevrotik Sorun Düzeyleri ve Badminton Eğitimi İlişisine Yönelik Bir Araştırma” adlı çalışmalarında, 12 hafta boyunca düzenli badminton eğitim programı uyguladıktan sonra uygulama grubunun nevrotik sorunlarında kontrol grubuna göre anlamlı bir azalma olduğunu tespit etmişlerdir.

Aydoğmuş vd. (2009) “İlköğretim 1. Kademe Çocuklarına Düzenli Olarak Uygulanan Badminton Antrenmanlarının Davranış Sorun Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi” adlı öntest-sontest kontrol gruplu deneme modelinde yaptıkları çalışmalarında bir gruba 12 hafta boyunca düzenli badminton eğitim programı uyguladıktan sonra uygulama grubunun davranış sorunlarında kontrol grubuna göre anlamlı bir azalma olduğunu tespit etmişlerdir.

Spor bir sosyal ilişki aracıdır ve çocuklar için bir gruba ait olma ihtiyacını karşılayabilir. Aitlik duygusunun tehdit edilmesi genellikle; kaygı, depresyon, yalnızlık, saldırganlık, izolasyon hissi, kıskançlık ve düşük benlik saygısı gibi olumsuz duygusal tecrübelerle yol açmaktadır (Medora vd., 1987; Asher & Paquette, 2003; Twenge vd., 2003).

Demirci’ye (2006) göre, beden eğitimi ve spor etkinlikleri sırasında kurallara uyan çocuk, sosyal kurallara da uymayı öğrenir.

Sosyal ilişkilerin bireyin psiko-sosyal gelişimi üzerindeki belirleyici etkisi ve önemi gelişim psikolojisinde üzerinde önemle durulan konulardan biridir (Kaya, 2005). Smith (2003), yılında yapmış olduğu çalışmada; sosyal ilişkilerin fiziksel aktivite yolu ile daha iyi geliştiği sonucunu elde etmiştir.

Bireyin hareket etmesi hem kendisi hem de çevresi için önemlidir, hareket tıpkı dil gibi insanın çevresiyle iletişim kurduğu kendini anlattığı ve yaşantısını gerçekleştirdiği bir araçtır (Hasırcı, 2000).

İnsanlar yaşamları süresince birçok etkinlikte bulunurlar. Tüm etkinliklerinin amacı, gereksinimlerinin doyurulmasıdır. Bir başka deyişle, her davranışın gerisinde bir ihtiyaç bulunmaktadır. İnsanı anlamak demek, davranışların gerisindeki ihtiyaçları anlamak demektir (Sullivan, 1953).Çocuklar için spora katılım onların birçok ihtiyacının karşılandığı ortamları oluşturabilir.

Becerileri, özel yetenekleri, toplumsal ilişkileri de çocuğun uyum yeteneğini belirleyebilmektedir. Önceki dönemlerini uyum içinde geçirmiş olan çocuk, karşılaştığı sorunu, daha kolay çözebilmektedir. Çocukların sportif etkinliklere ve etkileşimlere katılması, yaşam tarzı değişiklikleri, fiziksel veya sosyal çevrede değişiklikler yapmak uyumsuzlukla baş etmede önemli araçlar olarak görülmektedir (Rokach, 1989). Sosyal etkinlikler ve etkileşimlere olanak sağlayan sporun ruh sağlığı üzerindeki olumlu etkileri bilinmektedir. Çocuklarla yapılan çalışmalarda, fiziksel etkinliklerin ve sporun benlik saygısı, depresyon, kaygı ve davranış sorunları üzerinde olumlu etkisinin olduğu belirtilmiştir (Ekeland vd., 2005; Karakaya,2006).

Eğitim sporun en önemli boyutlarından birisidir. Spor bu boyutu ile ele alındığında iki şekilde değerlendirilmesi gerekir. Spor için eğitim ve eğitim için spor. Spor için eğitimde spor amaçtır ve sporun en üst düzeyde gerçekleştirilebilmesi için eğitimden yararlanır. Eğitim için sporda ise spor, eğitimin hedeflerine ulaşması için kullanılan araçlarda sadece bir tanesi ama

belki de en eğlenceli ve doğru kullanıldığında en etkilisidir (Öztürk, 1998). Her spor branşı kendine ait özelliklere sahiptir. Araştırma grubunda ele aldığımız sporcu-öğrencilerin katıldıkları spor branşları voleybol, basketbol ve hentboldür. Sporcu-öğrencilerin ruhsal uyum düzeyleriyle katılım gösterdikleri spor branşları arasında anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir.

Sporun çocukların gelişimine etkide bulunduğu boyutlar genellikle fiziksel, fizyolojik ve hareket gelişimi olarak algılanmakta olup çoğu zaman diğer boyutlar göz ardı edilebilmektedir. Oysa spor sosyal, zihinsel ve ruhsal boyutlarıyla da toplumun her kesimi için önem arz etmektedir ve özellikle çocukların çok yönlü gelişimlerine önemli katkı sağlayabilecek bir mekanizma olarak düşünülmelidir.

Özellikle okul sporları; çocuklar için sportif hayatın bir başlangıcı olabilmekte, aktif sporculuk devam etmese bile erken yaşlarda sporla tanışmanın fırsatını oluşturabilmektedir. Çocukların okul sporlarına katılımları sosyal, fiziksel, zihinsel ve ruhsal gelişimlerinde önemli rol oynamaktadır. Nitekim araştırmamızda sporcu öğrencilerin nevroitik, davranış ve diğer davranış düzeyleri, akranlarına göre anlamlı şekilde düşüktür. Başka bir ifadeyle sporcu öğrenciler ruhsal bakımdan daha uyumludur denilebilir.

KAYNAKLAR

- Altınköprü, T. (2003). *Çocuğun Başarısı Nasıl Sağlanır*, İstanbul: Hayat Yayıncılık.
- Asher, S.R., Paquette, J.A., (2003). *Loneliness And Peer Relations In Childhood*. Current Directions Psychological Science, 12(3), 75-78.
- Aydoğmuş, N., Aydoğmuş, M., İlhan, L., Gencer, E., Kurt, İ.,(2009). İlköğretim 1. Kademe Çocuklarına Düzenli Olarak Uygulanan Badminton Antrenmanlarının Davranış Sorun Düzeylerine Etkisinin İncelenmesi, Kocaeli Üniversitesi 4. Raket Sporları Sempozyumu, *Bildiriler Kitabı*, (102-108), 11-12 Aralık, Kocaeli.
- Büyükyazı, G., Saraçoğlu, S., Karadeniz, G., Çamlıyer, H., (2003). Sedanterler İle Veteran Atletlerin Cesitli Değişkenlere Göre Atılganlık Düzeylerinin Karşılaştırılması. *Gazi Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi*, 8;2: 13-24.
- Demirci, A., (2006). *İlköğretimde Beden Eğitimi Uygulamaları*, İstanbul:Değişim Yayınları.
- Demirhan, G., (2006). *Beden Eğitiminin Temelleri*, Bağırhan Yayınları, Ankara.
- Ekeland, E., Heian, F.,Hagen, K.B., (2005). Can Exercise Improve Self Esteem In Children And Young People? A Systematic Review Of Randomised Controlled Trials. *British Journal Of Sports Medicine*, 39, 792-798.
- Hasırcı, S., (2000). *Sporla Denetim Odağı*. Ankara: Bağırhan Yayımevi.
- İlhan, E.L. (2007). "Eğitilebilir Zihinsel Engelli Çocuklarda Beden Eğitimi Ve Spor Aktivitelerinin Ruhsal Uyum Düzeylerine Etkisi" Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- İlhan, L., Gencer.,E., (2009). "Çocuklarda Nevrotik Sorun Düzeyleri Ve Badminton Eğitimi İlişikisine Yönelik Bir Araştırma" Kocaeli Üniversitesi 4. Raket Sporları Sempozyumu, *Bildiriler Kitabı*, (94-101), 11-12 Aralık, Kocaeli.
- Kapıkıran, S., (1993). İçten Ve Dıştan Denetimliliğe Sahip Ergenlerin Atılganlık Düzeyinin Saptanması, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir

- Kaya, A., (2005). Çocuklar İçin Yalnızlık Ölçeğinin Türkçe Formunun Geçerlik Ve Güvenirlilik Çalışması. *Eğitim Araştırmaları*, 19, 220-237.
- Kaya, M., Özcan, Ö., Kaya, B., (2006). Malatya İl Merkezinde Farklı Sosyoekonomik Koşullardaki İki İlköğretim Okulu Öğrencilerinde Ruhsal Uyum Taraması, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7: 157-161.
- Karakaya, I., Coşkun, A., Ağaoglu, B., (2006). Yüzücülerin Depresyon, Benlik Saygısı Ve Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi, *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 7, 162-166.
- Mc.Mahon, D.J., (1990), The Psychological Basic Of Exercise And The Treatment Of Delinquent Adolescents, *Sports Medicine*, 9(6) P.344-351.
- Medora, N., Woodward, J., Larson, J., (1987). Adolescent Loneliness: A Cross-Cultural Comparison Of Americans And Asian Indians. *International Journal Of Comparative Sociology*, 28, 204-210.
- Newcomb, A.F., Bagwell, C. L. (1996). The Developmental Significance of Children's Friendship Relations. The Company They Keep: *Friendship in Childhood and Adolescence*. New York: Cambridge University Press; 289-321.
- Oswald, D.P., Cohen, R., Best, A., Jensen, C., Lyons, J. (2001). Child Strengths And The Level Of Care For Children With Emotional And Behavioral Disorders. *Journal Of Emotional And Behavioral Disorders*; 9:192-200.
- Öner, B., Yılmaz, S., (2001). Anne Ve Baba Gözüyle "Çocuk Eğitimi" Bir Sosyal Temsil Ön Çalışması. *Kriz Dergisi*; 9(1): 39-46
- Özalp, A., (2005). Çocuk Ruh Sağlığı, Melisa Matbaası 55-66
- Öztürk, F. (1998). *Toplumsal Boyutlarıyla Spor*. Ankara: Bağırhan Yayinevi.
- Rokach, A., (1989), Surviving And Coping With Loneliness, *Journal Of Psychology*, 124(1), 39-54.
- Rubin, K. H., Bukowski, W.M., Parker, J. G. (1998). Peer Interactions, Relationships, and Groups. *Handbook of Child Psychology: Social, Emotional, and Personality Development*. New York: Wiley; 619-700.
- Simith, A.L., (2003). Peer Relationships İn Physical Activity Context: A Road Less Travelled İn Youth Sport And Exercise Psychology Research, *Psychology Of Sport And Exercise* 4, Purdue University, P.25-39.
- Sugai, G., Horner, R., (2002). Introduction To The Special Series On Pozitive Behavior Support İn Schools. *Journal Of Emotional And Behavioral Disorders*; 10: 130-136.
- Sullivan, H.S., (1953). *Interpersonal Theory Of Personality*. New York: Norton Company Inc.
- Sunal, Ş. (2002). Okul Öncesi Dönemi İşitme Engelli Çocukların Ruhsal Uyum Düzeylerinin İncelenmesi, Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Y.L. Tezi. İzmir
- Suveren, S., (1991), Sporu Teşvik Eden Ekonomik Ve Sosyal Faktörler, *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, Beden Eğitimi Spor Özel Sayısı: 7:1:191-199*.
- Şenduran, F., (2008) Sporcu Olan Ve Sporcu Olmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Uyum Becerileri, *10. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi. Sözel Bildiriler Kitabı*, Bolu, 189-191.
- Twenge, J. M., Catanese, K. R., Baumeister, R. F., (2003), Social Exclusion Causes Self-Defeating Behavior. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 83, 606.
- Yavuzer, H., (1999). *Çocuk Psikolojisi*, İstanbul: Remzikitabevi, S.87.
- Yavuzer, H., (1997), *Çocuk Psikolojisi*, İstanbul: Remzi Kitabevi, 14. Basım.
- Yörüköğlü, A. (2002) ;*Çocuk Ruh Sağlığı*, Ankara: Özgür Yayınları.

SUMMARY

Psychological incompatibility can adversely affect children's social and academic development (Oswald et.al., 2001; Oner and Yilmaz, 2001; Sugai and Horner, 2002). When we consider that the incompatible children with high levels of behavioral problems may be the tomorrow's adults with mental problems, it will be a necessity to address behavior problems of these children as early as primary school age.

Sports which starts from childhood has got a big importance for the adults who will have responsibility in the society to gain good habits and establish healthy relations both between individuals and societies. Guiding students for sports activities at childhood is effective to help them gain good habits. It is a must to make a vast research in the field of sport to raise sport and athlete to the place they deserve in society.

Besides the child's physical evolution, sporting is also important for psychological and social developments. By the help of progression of socialization, the child achieves new experiences such as obeying the rules and having good relationship with his friends (Newcomb and Bagwell, 1996, Rubin et.al.,1998).

Various researches reveals that, participation of individuals in sport activities may result in physical, mental, and personality development and this can contribute to building of a strong will, group work facilitation, providing mutual support, development of self-confidence, self-control, and learning to respect others and developing positive behaviors.

The purpose of this study is to examine whether there is significant differences in primary school students' emotional adjustment levels who participate and do not participate in school sports.

The sample group consist of 66 students (male 49, female 17) do not participate in school sports and 66 athlete-students (male 44, female 22) participate in school sports from different sports branches (basketball 35, volleyball 26, handball 5) totally 132 children (male 71, female 61).

Hacettepe Emotional Adjustment Scale (HEAS) was used to gather data. The scale is developed in 1985 by Gokler and Oktem. The scale is formed of 32 articles which consist of possible mental symptoms for children. For each article there are options such as "None", "A little", "A lot", and scoring is being done by adding 0, 1, 2 points which correspond above options. Across the scale Cronbach's alpha reliability coefficient is $r = 0.86$. In the analysis, Guttman Split-half reliability coefficient was found 0.85, Spearman- Brown reliability coefficient was found 0.87. The first semi-alpha value was found 0.78, second semi-alpha value was found 0.69 and the correlation between the two half was

found 0.77. By applying the scale to mothers of the children, psychological adjustment data of children were obtained from their mothers' reviews.

SPSS 17.0 analyse program and descriptive statistics, independent samples t test, kruskal wallis h test techniques were used while analysing data. Significance of statistics are tested at 0,01 and at 0,05 level.

There are significant differences in primary school students' neurotic, behaviour and other behaviour problem levels in favor of those who participate in school sports [neurotic problem level ($t = -5.916$, $p < 0.01$), behaviour problem level ($t = -3.570$, $p < 0.01$), other behaviour problem level ($t = -3.629$, $p < 0.01$)]. There are no significant differences in athlete-students' neurotic, behaviour and other behaviour problem levels according to sports branches [[neurotic problem level ($\chi^2 = 0.053$, $p > 0.05$), behaviour problem level ($\chi^2 = 0.452$, $p > 0.05$), other behaviour problem level ($\chi^2 = 0.137$, $p > 0.05$)].

Each branch of sport has its own characteristics. Sport branches of athlete-students who participated in the study group are volleyball, basketball and handball. Athlete-students' psychological adjustment levels showed a significant difference between the sport branches they participated in.

Effects of sports on children's development are usually perceived as physical, physiological, and movement developments. Other dimensions of these effects can often be ignored. However, sport is important with its social, mental and psychological dimensions for every segment of society and should be considered as a mechanism to make significant contribution for multi-faceted development, particularly of children.

Especially school sports can be beginning of a sports life for children, even if an active continuation for sports may be unlikely in the future, these children can take the advantages of meeting sports at an early age. Children's participation in school sports plays an important role in their social, physical, mental and psychological development. Indeed, our study revealed that the neurotic behaviors and other behavioral levels of athlete students are significantly lower than their peers. In other words, it can be said that athlete students are more compatible psychologically.