

SPOR BİLİMLERİ FAKÜLTESİ ÖĞRENCİLERİNİN SOSYAL FİZİK KAYGI DURUMLARI VE DUYGUSAL ZEKÂ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

¹Murat SARIKABAK^{ABCDE}

A Çalışma Deseni (Study Design)

B Verilerin Toplanması (Data Collection)

C Veri Analizi (Statistical Analysis)

D Makalenin Hazırlanması (Manuscript Preparation)

E Maddi İmkanların Sağlanması (Funds Collection)



Özet: Bu çalışmanın amacı, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin, sosyal fizik kaygı durumları ve duygusal zekâ düzeylerinin incelenmesidir. Araştırmaya Sakarya Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim görmekte olan 214 üniversite öğrencisi katılmıştır. Araştırma verileri; "Kişisel Bilgi Formu", "Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği" ve "Sosyal Fizik Kaygı Envanteri" kullanılarak, gönüllü katılım esasına göre toplanmıştır. Verilerin istatistiksel analizi için SPSS 21 paket programı kullanılmış, elde edilen verilerin çözümlenmesinde betimsel istatistikler, Pearson korelasyon analizi ve t-testi uygulanmıştır. Edinilen bulgular incelendiğinde; öğrencilerin yaş gruplarının sosyal fizik kaygı düzeylerine göre karşılaştırılmasında, olumsuz değerlendirme beklentisi ve sosyal fizik kaygı toplam puanlarında 21 ve üstü yaş üzeri olan öğrencilerin lehine anlamlı farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Duygusal zekâ puanlarının karşılaştırılmasında ise, iyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi alt boyutu ve duygusal zekâ toplam puanlarında cinsiyete göre kadınların tarafına dönük anlamlı ilişkiye rastlanılmıştır ($p<0,05$). Öğrencilerin duygusal zekâ puanları ile sosyal fizik kaygı puanları arasındaki farklılığı görmek için yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda, duygusal zekâ ve sosyal fizik kaygı puanları arasında da negatif yönde bir anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Bulgular neticesinde üniversite öğrencileri için, ilerleyen yaşın, kaygı düzeyinin azalmasında bir etken olduğu, kadınların duygusal zekâ düzeylerinin, erkeklere oranla daha yüksek olduğu ve üniversite öğrencilerinde duygusal zekâ düzeyi arttıkça, sosyal fiziksel kaygının azaldığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Sosyal Fizik Kaygı, Duygusal Zekâ, Üniversite Öğrencisi.

EXAMINING SOCIAL PHYSICS ANXIETY AND EMOTIONAL INTELLIGENCE LEVELS OF THE FACULTY OF SPORT SCIENCES STUDENTS

Abstract: The aim of this study was to examine the social physics anxiety and emotional intelligence levels of the Sakarya University Physical Education and Sports Faculty students. 214 university students voluntarily participated in the study. To collect data in addition to personal information form Turkish versions of "Schutte Emotional Intelligence Scale" and the "Social Physical Anxiety Inventory" were used. SPSS 21 package program was used for statistical analysis and Pearson correlation and independent samples t-test were used to determine the significant correlations and differences. According to analyzed results, in the comparison of age related social physics anxiety levels of the students, a significant difference was found in favor of the students who were above 21 and over in negative evaluation expectation subscale and in social physics anxiety total scores ($p < 0.05$). In the comparison of emotional intelligence scores, a significant difference was found in favor of women according to gender in total scores of optimism / mood regulation sub-dimension and emotional intelligence ($p < 0.05$). Also, a significant negative correlation was found between emotional intelligence and social physical anxiety scores of the participants. As a result, it can be said that the increasing age is a factor in decreasing the anxiety level of the university students, the emotional intelligence levels of women are higher than the men and the social intelligence anxiety decreases as the level of emotional intelligence increases in university students.

Key Words: Social Physics Anxiety, Emotional Intelligence, University Student.

SUMMARY

Objective: The aim of this study was to investigate the students' level of social physics anxiety and emotional intelligence. 214 university students studying at the Faculty of Sport Sciences of Sakarya University participated in the study. Emotional intelligence, which is defined as the way people recognize feelings about themselves and others, and manage emotions in them and their relationships, can establish a connection with social physics anxiety that is based on the thoughts of others and directs them to negative behaviors. By determining the anxiety level and emotional intelligence levels of the students, the relationship between the emotional intelligence level and social physic anxiety, the possibility of finding a relationship between these situations played an important role in the formation of our research. **Material and Method:** The research was carried out in accordance with the "relational screening" model in terms of purpose and scope. The population of the study consisted of the students studying at the Faculty of Sport Sciences of Sakarya University in the academic year of 2017-2018 and the sample of 214 sports sciences students selected from this universe by simple random method. Research data; The Personal Information Form was collected on a voluntary basis using the Schutte Emotional Intelligence Scale and the Social Physical Anxiety Inventory. **Findings:** As a result of the statistical analysis, no statistically significant difference was found for emotional intelligence scores and age groups ($p < 0.05$). In terms of negative evaluation expectation and social physics anxiety total scores, 18-20 year old students have higher social physics anxiety scores compared to students aged 21 and over. On the other hand, in the results obtained from the comparison of emotional intelligence scores of students according to gender, a significant difference was found in favor of women according to gender, in terms of total optimism / mood regulation sub-dimension and emotional intelligence total scores ($p < 0.05$). Pearson correlation analysis conducted to determine the relationship between emotional intelligence scores and social physic anxiety scores of the students, according to the results of optimism / mood adjustment, physical appearance comfort, negative evaluation expectation and social physics anxiety total score; expectation of negative evaluation with the use of emotions and social physics anxiety total score; negative assessment expectation with the assessment of feelings and social physics anxiety total score; a significant negative correlation was found between emotional intelligence total score and physical appearance comfort, negative expectation and social physics anxiety total scores ($p > 0.05$). Significant differences were found in favor of the students who were older than 21 and over in the social physics anxiety total scores in the comparison of age groups of the university students according to their social anxiety level ($p < 0.05$). In the comparison of emotional intelligence scores, a significant

difference was found in favor of women according to gender in total scores of optimism / mood regulation sub-dimension and emotional intelligence ($p < 0.05$). To determine the relationship between emotional intelligence scores and social phobic anxiety scores, as a result of Pearson correlation analysis, a significant negative correlation was found between emotional intelligence and social phobic anxiety scores. On the other hand, no significant difference was found between the age groups in terms of physical appearance comfort subscale ($p > 0.05$). **Discussion and Conclusion:** When we look at researches on the level of emotional intelligence and age, there was no significant difference in the researches and these studies were found to support our findings. While it was observed that many researchers did not find a significant difference between the levels of emotional intelligence and gender variable, it was stated by the researchers that the emotional intelligence levels of both genders were generally accepted as the same. The result of our research does not support a conclusion, according to the level of physical activity, we find that there are significant differences in the level of mood and social anxiety level in the performance. Emotional intelligence has been shown as the key to excellence in many areas. Likewise, as individuals' emotional intelligence scores rise, it can be said that the ratio of being conscious of their bodies and their life enjoyment rate increased. Nevertheless, it may be thought that the increase in emotional intelligence may contribute to individuals for not affected from their social and professional concerns and not adversely affected by criticism. In the light of the findings of the research, the application of similar studies to different sample groups can be suggested for the contribution to the literature.

GİRİŞ

Öğrenciler, eğitim hayatları boyunca, ekonomik sıkıntılardan, ailelerinden ve çevresel nedenlerden kaynaklanan, stres oluşturabilecek pek çok durumla karşı karşıyadır. Öğrenime uyum, kalacak yerin ayarlanması, derslere ait sorunlar ve sosyal ilişkilerdeki problemler, öğrencilerin kaygı düzeylerini arttırabilir. Bu sorunlar içinde önemli bir yeri de 'diğer insanların ne dediği' oluşturmaktadır. Öğrenciler bu sorunları çözme yoluna gidebilir ya da bu sorunlardan kaçabilirler.

Spor bilimleri fakültelerinde eğitim alan öğrenciler, meslek edinmelerinin ardından, çeşitli toplumsal kurumlarda önemli ve etkili görevler alabilmektedir. Bu öğrenciler, mesleki yaşamları boyunca; tüm yaş gruplarına, sağlıklı yaşam için ihtiyaç duyulan oyunlar, egzersizler ve aktiviteler yaptırabilirler. Dolayısı ile spor bilimleri alanında eğitim gören öğrencilerin, kendisi ile barışık, sağlıklı iletişim kurma kabiliyeti olan ve mesleğine uygun yeterliliklere sahip yapıda olmaları beklenmektedir. Bu nedenle, öğrencilerin eğitim yaşantıları içinde bu özellikleri hangi ölçüde taşıyıp yansıttıklarının, yapılacak araştırmalar yolu ile belirlenerek, gerekli görülen önlemlerin alınması önemlidir.

İnsanların bireysel ve sosyal ilişkilerinde önemli bir etki oluşturan sosyal fizik kaygı; diğer insanlar tarafından, fiziksel olarak değerlendirilmeleri hakkında, duydukları hisler olarak tanımlanmaktadır. Hart, Leary ve Rejeski (1989)'nin tanımında yer bulan ve fiziksel algılanış ile ilgili olan bu duygusal durum, bazen intiharlara, daha basit düzeyde yeme bozukluklarına ve sosyal ilişkilerde sık karşılaşılmaya başlanan, yalnızlıklara neden olabilir (Hart ve ark., 1989).

Mayer ve Salovey (1990)' in yaptıkları bir çalışma ile başlayan ve Goleman (1996) ile tanınmış bir araştırma konusu haline gelen duygusal zekâ, birçok bilim dalına olan yakınlığını ispat etmiştir. Duygusal Zekâ (1996) kitabı, bu yakınlıklar ile ilişkisi sayesinde dünya da en çok alıntılanan kitap olma unvanını kazanmıştır. Literatürde genel olarak iktisat (Özcan, ve ark., 2016), eğitim (Corcoran ve Tormey, 2012), mühendislik (Riemer, 2003), turizm (Aysin, 2018) sağlık (Avşar ve Kaşıkçı, 2010) ve spor (Sarıkabak ve ark., 2018) alanında yapılan sayısız çalışma ile de bu durum gözlemlenebilir.

Goleman (1996) ve Petrides ile Furnham (2000)'ın duygusal zekâyı, "kişinin kendi hislerini çözebilme, sosyal olarak çevresinde bulunanları güdüleyebilme ve etkileşimlerini üst düzeyde bir bilişle yönetebilme yeteneği" olarak tanımlamasında da görüldüğü gibi öğrencilerin kaygı durumlarındaki artışla, duygusal zekâ düzeyleri arasında bir ilişki olması düşünülebilir.

Sosyal fizik kaygı durumu ve duygusal zekâ düzeyi ile ilgili yapılan alan yazın taraması sonucunda, duyguların yoğun olarak etkisinin hissedildiği sosyal fizik kaygı durumu ile duyguların profesyonelce kullanılmasının önemini vurgulandığı duygusal zekâ düzeyinin, spor eğitimi alan öğrencilerin psikometrik özellikleri üzerinde etkili olabileceği (Sarıkabak ve ark., 2014) düşünülmektedir. Ayrıca Goleman (2017) tarafından iletişim süreçlerindeki hisleri tanımları, içlerindeki ve ilişkilerindeki duyguları iyi yönetmeleri olarak tanımlanabilen duygusal zekâ kavramı başkalarının düşüncelerini temel alan ve onları olumsuz davranışlara yönlendirebilen, sosyal fizik kaygı kavramı ile bir bağ kurabilir. Dolayısıyla mevcut çalışmada öğrencilerin sosyal ve mesleki yaşamına etki edebileceği düşünülen; duygusal zekâ ve sosyal fizik kaygı durumlarının incelenmesiyle, literatüre katkıda bulunulması amaçlanmıştır.

2. MATERYAL VE METOD

Araştırma Modeli: Yapılan araştırma, yöneldiği amaç ve kapsam bakımından "ilişkisel tarama" modeline sadık kalınarak gerçekleştirilmiştir. İlişkisel tarama modeli "iki ya da daha çok değişken arasındaki ilişkinin, herhangi bir şekilde bu değişkenlere müdahale edilmeden incelendiği araştırmalardır" (Büyükoztürk ve ark., 2017: 191).

Araştırma Grubu: Araştırma grubunu 2017-2018 eğitim-öğretim yılında Sakarya Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi'nde eğitim gören öğrencilerden basit tesadüfi yöntemle seçilen 214 öğrenci oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları:

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacı tarafından öğrencilerin yaş, cinsiyet, spor yapma durumlarını belirlemek için hazırlanan sorulardan oluşmaktadır.

Sosyal Fizik Kaygı Envanteri: Hart ve diğerleri (1989) tarafından geliştirilen, Türkçe uyarlaması Mülazımoğlu-Ballı ve Aşçı (2006) tarafından yapılan envanter 12 madde ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. Envanterin alt boyutları "fiziksel görünüm rahatlığı"

ve “olumsuz değerlendirilme beklentisi” ‘dir. Envanterdeki maddeler beşli yanıt anahtarı (tamamen doğru, genellikle doğru, bazen doğru, bazen yanlış, tamamen yanlış) kullanılarak yanıtlandırılmaktadır. Envanterden alınabilecek en yüksek puan 60 en düşük puan 12’dir. Envanterden alınan puanlar arttıkça kişinin kendi görünüşünden duyduğu kaygı da artmaktadır. Ölçme aracının bu araştırma için yapılan güvenilirlik analizinde Cronbach’s Alpha güvenilirlik katsayısı .79 olarak tespit edilmiştir.

Schutte Duygusal Zekâ Ölçeği: Duygusal zekânın ölçümünde

, Schutte ve ark. (1998) tarafından geliştirilen, Austin, Saklofske, Huang, ve McKenney, (2004) tarafından revize edilen Tatar, Tok ve Saltukoğlu (2011) tarafından ise Türkçeye uyarlanan Schutte Duygusal Zeka Ölçeği kullanılmıştır. Ölçme aracındaki maddeler 5 basamaklı yanıt anahtarı kullanılarak cevaplandırılmaktadır. Ölçek 41 maddeden oluşmaktadır. Aynı zamanda ölçek “İyimserlik-Ruh Halinin Düzenlenmesi”, “Duyguların Kullanımı” ve “Duyguların Değerlendirilmesi” olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçme aracının bu araştırma için yapılan güvenilirlik analizinde Cronbach’s Alpha güvenilirlik katsayısı .85 olarak tespit edilmiştir.

Verilerin Analizi: Veriler SPSS 21 paket programı aracılığıyla çözümlenmiştir. Elde edilen verilerin çözümlenmesinde betimsel istatistikler, Pearson korelasyon analizi ve bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır.

3. BULGULAR

Tablo 1. Deneklere Ait Tanımlayıcı İstatistikler

Yaş	N	%
18-20 yaş arası	121	56,5
21 yaş ve üstü	93	43,5
Cinsiyet	N	%
Kadın	61	28,5
Erkek	153	71,5
Spor Yapma Durumu	N	%
Spor Yapan	102	47,7
Spor Yapmayan	112	52,3

Tablo 1 incelendiğinde öğrencilerin yaşlarının; 18-20 yaş grubunda 121 kişi (%56,5), 21-35 üstü yaş grubunda 93 kişi (%43,5) olduğu tespit edilmiştir. Öğrencilerin cinsiyete ilişkin bulguları incelendiğinde 61’inin (%28,5) kadın, 153’ün ise (%71,5) erkek olduğu görülmektedir. Öte yandan öğrencilerin 102’ sinin (%47,7) spor yapan, 112’ sinin ise (%52,3) spor yapmayan öğrenci oldukları anlaşılmıştır.

Tablo 2. Öğrencilerin Duygusal Zekâ ve Sosyal Fizik Kaygı Puanlarının Yaş Gruplarına Göre T-Testi Sonuçları

	Yaş Grupları	N	X	SS	t	p
İyimserlik / Ruh Halinin Düzenlenmesi	18-20	121	44,56	6,94	-1,752	0,8
	21-üstü	93	46,15	6,05		
Duyguların Kullanımı	18-20	121	20,00	3,81	,785	,43
	21- üstü	93	20,39	3,29		
Duyguların Değerlendirilmesi	18-20	121	37,80	6,13	-,973	,33
	21- üstü	93	38,63	6,30		
Duygusal Zekâ Toplam	18-20	121	143,97	17,48	-1,884	,06
	21- üstü	93	148,39	16,39		
Fiziksel Görünüm Rahatlığı	18-20	121	12,96	4,00	1,71	,08
	21- üstü	93	12,05	3,69		
Olumsuz Değerlendirme Beklentisi	18-20	121	18,23	5,63	2,05	,04
	21- üstü	93	16,61	5,80		
Sosyal Fizik Kaygı Toplam	18-20	121	31,19	7,48	2,42	,01
	21- üstü	93	28,66	7,68		

Tablo 2 incelendiğinde öğrencilerin yaş gruplarının duygusal zekâ düzeylerine göre karşılaştırılmasında bağımsız örneklem t-testi uygulanmıştır. Sonuçlara göre duygusal zekâ puanları arasında yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilememiştir ($p>0,05$).

Diğer yandan öğrencilerin yaş gruplarının sosyal fizik kaygı düzeylerine göre karşılaştırılması neticesinde olumsuz değerlendirme beklentisi alt boyutu ve sosyal fizik kaygı toplam düzeyinde yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı bir farka ulaşılmamıştır. Olumsuz değerlendirme beklentisi ve sosyal fizik kaygı toplam puanlarında 18-20 yaşında ki öğrencilerin 21-üstü yaşındaki öğrencilere göre sosyal fizik kaygı puanı yüksektir. Öte yandan fiziksel görünüm rahatlığı alt boyutunda yaş gruplarına açısından anlamlı farka ulaşılmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 3. Öğrencilerin Duygusal Zekâ ve Sosyal Fizik Kaygı Puanlarının Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

	Cinsiyet	N	X	SS	t	p
İyimserlik/ Ruh Halinin Düzenlenmesi	Erkek	153	44,43	6,35	-2,92	,00
	Kadın	61	47,31	6,83		
Duyguların Kullanımı	Erkek	153	20,02	3,59	-,97	,33
	Kadın	61	20,55	3,60		
Duyguların Değerlendirilmesi	Erkek	153	37,77	6,37	-1,44	,15
	Kadın	61	39,13	5,67		

Duygusal Zekâ Toplam	Erkek	153	144,01	17,48	-2,58	,01
	Kadın	61	150,62	16,66		
Fiziksel Görünüm Rahatlığı	Erkek	153	12,65	3,90	,49	,62
	Kadın	61	12,05	3,69		
Olumsuz Değerlendirme Beklentisi	Erkek	153	17,39	5,72	-,52	,60
	Kadın	61	16,61	5,80		
Sosyal Fizik Kaygı Toplam	Erkek	153	30,05	7,54	-,13	,89
	Kadın	61	30,21	8,01		

Tablo 3 incelendiğinde katılımcıların cinsiyete göre duygusal zekâ puanlarının karşılaştırılmasında t- testi uygulanmıştır. Sonuçlara göre iyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi alt boyutu ve duygusal zekâ toplam puanlarında cinsiyete göre kadınlar için olumlu düzeyde farklılık görülmüştür ($p < 0,05$). Öte yandan duyguların kullanımı ve duyguların değerlendirilmesi alt boyutlarına cinsiyete göre anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır ($p > 0,05$). Ayrıca öğrencilerin cinsiyete göre sosyal fizik kaygı puanlarının karşılaştırılmasında t- testi uygulanmıştır. Sonuçlara göre sosyal fizik kaygı alt boyutları ve sosyal fizik kaygı toplam puanında cinsiyete olumlu ya da olumsuz bir farklılığa rastlanmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 4. Öğrencilerin Duygusal Zekâ ve Sosyal Fizik Kaygı Puanlarının Spor Yapma Durumlarına Göre T-Testi Sonuçları

	Spor Yapma Durumu	N	X	SS	t	p
İyimserlik/ Ruh Halinin Düzenlenmesi	Spor Yapmayan	112	44,82	7,05	-1,00	,31
	Spor Yapan	102	45,72	6,07		
Duyguların Kullanımı	Spor Yapmayan	112	19,95	3,60	-,94	,34
	Spor Yapan	102	20,42	3,58		
Duyguların Değerlendirilmesi	Spor Yapmayan	112	37,62	6,18	-1,33	,84
	Spor Yapan	102	38,75	6,20		
Duygusal Zekâ Toplam	Spor Yapmayan	112	143,89	16,64	-1,80	,07
	Spor Yapan	102	148,09	17,44		
Fiziksel Görünüm Rahatlığı	Spor Yapmayan	112	12,86	3,80	1,16	,24
	Spor Yapan	102	12,24	3,97		
Olumsuz Değerlendirme Beklentisi	Spor Yapmayan	112	18,13	5,55	1,62	,10
	Spor Yapan	102	16,86	5,92		
Sosyal Fizik Kaygı Toplam	Spor Yapmayan	112	31,00	7,54	1,81	,07
	Spor Yapan	102	29,10	7,73		

Tablo 4 incelendiğinde öğrencilerin spor yapma durumlarına göre duygusal zekâ puanlarının karşılaştırılmasında t- testi uygulanmıştır. Sonuçlara göre duygusal zekâ alt boyutları ve toplam puanlarında fiziksel aktivite ile ilgilenme durumuna göre anlamlı farklılık görülememiştir ($p>0,05$). Benzer şekilde, öğrencilerin spor yapma durumlarına göre sosyal fizik kaygı puanlarının karşılaştırılmasında t- testi uygulanmıştır. Sonuçlara göre sosyal fizik kaygı alt boyutları ve toplam puanında fiziksel aktivite ile ilgilenme durumuna göre anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$).

Tablo 5. Öğrencilerin Duygusal Zekâ Puanı İle Sosyal Fizik Kaygı Puanları Arasındaki İlişki Sonuçları

		Fiziksel Görünüm Rahatlığı	Olumsuz Değerlendirme Beklentisi	Sosyal Fizik Kaygı Toplam Puan
İyimserlik / Ruh Halinin Düzenlenmesi	r	-,393**	-,161**	-,320**
	p	,000	,019	,000
Duyguların Kullanımı	r	-,016	-,192**	-,152*
	p	,816	,005	,026
Duyguların Değerlendirilmesi	r	-,113	-,305**	-,286
	p	,098	,000	,000
Duygusal Zekâ Toplam Puan	r	-,304	-,308**	-,386**
	p	,000	,000	,000

Tablo 5 incelendiğinde öğrencilerin duygusal zekâ puanı ile sosyal fizik kaygı puanları arasındaki durumu analiz edebilmek için Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Sonuçlara göre, İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi ile fiziksel görünüm rahatlığı, olumsuz değerlendirme beklentisi ve sosyal fizik kaygı toplam puanı; duyguların kullanımı ile olumsuz değerlendirme beklentisi ve sosyal fizik kaygı toplam puanı; duyguların değerlendirilmesi ile olumsuz değerlendirme beklentisi ve sosyal fizik kaygı toplam puanı; duygusal zekâ toplam puanı ile fiziksel görünüm rahatlığı, olumsuz değerlendirme beklentisi ve sosyal fizik kaygı toplam puanları arasında olumsuz yönde anlamlı bir ilişki görülmüştür ($p>0,05$).

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu kısımda çalışma sonucunda ulaşılan bulguların değerlendirilmesine yönelik yorumlara yer verilmiştir. Spor Bilimleri Fakültesi'nde okuyan öğrencilerin, duygusal zeka düzeyleri ile yaş değişkenleri arasındaki ilişkiyi belirlemek amacıyla yapılan analiz sonucunda anlamlı farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$). Sarıkabak ve ark. (2018)'nin yapmış oldukları araştırmada; duygusal zeka düzeyi ve yaş değişkeni arasında anlamlı farklılık bulunamadığı sonucuna ulaşılmış ve bu sonuç araştırmamızı destekler nitelikte görülmüştür. Duygusal zeka düzeyi ve yaş değişkenini ele alan araştırmalara bakıldığında (Karademir ve ark., 2010; Shipley ve ark., 2010; Sevindik ve ark., 2012; Öztürk (2006) tarafından yapılan araştırmalar da anlamlı farklılığa rastlanmamış ve bu araştırmalar da bulgularımızı destekler nitelikte görülmüştür.

Öğrencilerin sosyal fizik kaygı durumları ve yaş değişkeni arasındaki farklılığı belirlemek için yapılan t -testi sonucunda anlamlı farklılıklar olduğu belirlenmiştir. Sosyal fizik kaygı durumunun, olumsuz değerlendirme alt boyutu ve sosyal fizik kaygı toplam derecesinde, yaş gruplarına göre istatistiki açıdan anlamlı ilişkiye rastlanılmamıştır ($p<0,05$). Literatür taraması sonucunda, sosyal fiziki kaygı ve yaş değişkinini ele alan çok az sayıda çalışmaya rastlanmıştır. Günümüzde her yaştan bireyin özellikle gençlerin özenle üzerinde durduğu konulardan biride fiziksel görünüşleridir. Bu doğrultuda literatürde sosyal fizik kaygı durumunu ele alan birçok araştırmanın, üniversite öğrencileri ve spor yapan-yapmayan bireyleri karşılaştırmayı amaçladığı görülmüştür (Yaman ve ark., 2008; Villers, 2009; Pekdağ ve ark., 2010; Özdemir ve ark., 2010; Yaşartürk ve ark., 2014).

Araştırmanın diğer bulgusu ise üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeyleri ve sosyal fizik kaygı durumlarının cinsiyet değişkenine göre yapılan analizleri sonucunda elde edilmiş; değişkenler açısından anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ulaşılan bu farkın kadınların lehine olduğu anlaşılmıştır. Duygusal zekâ ve cinsiyet kavramını ele alan çalışmalara bakıldığında, (Gürbüz ve ark., 2011) ve (Güllüce ve ark., 2010) kadınların erkelere göre daha duygusal olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bu bulgular araştırmamızı destekler niteliktedir. Yapılan literatür taraması sonucunda, Duygusal zekâ düzeyi ve cinsiyet değişkeni arasında birçok araştırmacının anlamlı bir fark bulamadığı gözlemlenirken, her iki cinsiyetin de duygusal zekâ düzeylerinin genel olarak aynı kabul edildiği, araştırmacılar tarafından belirtilmiştir (Sonmaz, 2002; Sarıkabak ve ark., 2018; Alpullu ve ark., 2010; Karademir ve ark., 2010; Taşkın ve ark., 2010; Yiğit ve Dilmaç, 2011). Goleman (2000), geniş kapsamlı grupların, özellikle cinsiyet faktörü gibi bir alan kapsadığında, boyutları fark etmeksizin, benzerlik oranlarının farklılıklardan da yüksek olabileceğini belirtmiştir. Bu bulgulara karşın farklı bir bakış açısı ile (Ahmad ve ark., 2009) yapılan bir çalışmanın ardından, erkeklerin kadınlardan duygusal zekâ düzeyi açısından, toplam puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Sosyal fizik kaygı durumu ve cinsiyet değişkeni arasında yapılan analizler sonucunda bir farklılığa ulaşılmamıştır ($p>0,05$). Literatür tarandığında ise, sosyal fizik kaygı durumunun cinsiyete değişkenine göre Kılıç (2015) ile (Alemdağ ve ark., 2015)'nın yapmış oldukları araştırma sonucunda, erkeklerin lehine negatif yönde anlamlı farklılık bulunduğu gözlemlenmiştir. Bu sonuca karşın, (Coşkun ve ark., 2010) kadınların lehine, negatif yönde bir anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Üniversite öğrencilerinin, sosyal fizik kaygı durumları ve duygusal zekâ düzeyleri için, spor yapan-yapmayan değişkenine göre, istatistiksel olarak bir farka ulaşılmamıştır ($p<0,05$). Çalışmamızda bulgumuzu onaylamayan bir sonuca ise, Ersöz (2011)'ün yaptığı doktora araştırmasında karşılaşmaktayız. Bu araştırmada fiziksel aktiviteye göre, duygu durumu ve sosyal fizik kaygı düzeyinde anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin sosyal fizik kaygı durumu ve duygusal zekâ düzeyleri arasındaki ilişkinin açıklanması için yapılan istatistiksel analiz sonuçlarına göre: İyimserlik/ruh halinin düzenlenmesi ile fiziksel görünüm rahatlığı,

olumsuz değerlendirilme beklentisi ve sosyal fizik kaygı toplam puanı; duyguların kullanımı ile olumsuz değerlendirme beklentisi ve sosyal fizik kaygı toplam puanı; duyguların değerlendirmesi ile olumsuz değerlendirme beklentisi ve sosyal fizik kaygı toplam puanı; duygusal zekâ toplam puanı ile fiziksel görünüm rahatlığı, olumsuz değerlendirme beklentisi ve sosyal fizik kaygı toplam puanları açısından anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($p<0.05$). Yapılan çalışmanın ardından, bireylerin duygusal zekâ puanları yükseldikçe, sosyal fiziki kaygı puanlarının düştüğü görülmüştür.

Duygusal zekâ birçok alanda mükemmelliğin anahtarı gibi gösterilmiştir. Sarıkabak ve ark. (2014), bireylerin duygusal zekâ düzeyleri arttıkça, bedenlerinin bilincinde olma oranları ile hayatlarından aldıkları doyumunda yükseldiğini belirtmişlerdir. Bununla birlikte bireylerin sosyal ve mesleki kaygılarından kurtulmalarına ve eleştirilerden olumsuz etkilenmemelerine, duygusal zekâlarındaki artışın katkı sağlayabileceği düşünülebilir. Spor bilimleri fakültesi öğrencileri, mesleki uygulamaları esnasında yaptıkları, eğitsel oyunlar ve egzersizlerle, kendileriyle barışık bireyler yetiştirip, bu bireylerin mutlu bir yaşam sürmelerinde önemli roller edinebilirler. Çalışmanın ardından edinilen bulgular neticesinde, benzer araştırmaların farklı örneklem gruplarına uygulanmasının, yapılacak yeni çalışmalara katkı açısından önemli sayılabileceği söylenebilir.

5. KAYNAKÇA

Ahmad S, Bangash H, Khan, SA. (2009). *Emotional intelligence and gender differences*. Sarhad J. Agric, 25(1), 127-130.

Alemdağ S, Erman Ö. (2015). *Öğretmen Adaylarının Fiziksel Aktiviteye Katılım ve Sosyal Görünüş Kaygılarının İncelenmesi*. International Journal of Science Culture and Sport, 3, 287-300.

Alpullu A, Uslu A, Demir G. (2010). *Beden Eğitimi Öğretmenlerinin Duygusal Zekâ Farkındalıklarının İncelenmesi*. 11th International Sports Sciences Congress, 10-12 October, Antalya vol 10.

Austin EJ, Saklofske DH, Huang SHS, McKenney D. *Measurement Of Trait Emotional İntelligence: Testing And Cross-Validating A Modified Version Of Schutte Et Al.'S (1998) Measure*. Pers Indiv Differ 2004; 36(3): 555-62.

Avşar G, Kaşıkçı M. (2010). *Hemşirelik Yüksekokulu Öğrencilerinde Duygusal Zekâ Düzeyi*. Journal of Anatolia Nursing and Health Sciences, 13(1).

Aysin N. (2018) *Turist Rehberlerinin Duygusal Zekâ İle Rehberlik Stilleri İlişkisi* Yüksek Lisans Tezi, Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Turizm Anabilim Dalı, İzmir.

Ballı ÖM, Aşçı FH. (2006). " *Sosyal Fizik Kaygı Envanteri*" nin Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. Spor Bilimleri Dergisi, 17(1), 11-19.

Baltaş A. (1999). *Duygusal Zekâ Yeterlilikleri*. Erişim tarihi, 12, 2012

Büyüköztürk Ş, Çakmak EK, Akgün ÖE, Karadeniz, Demirel F. (2017). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Pegem Atf İndeksi, 1-360.

Corcoran RP, Tormey R. (2012). *Developing Emotionally Competent Teachers: Emotional Intelligence and Pre-Service Teacher Education*. Peter Lang Ltd, International Academic Publishers. Evenlode Court, Main Road, Long Hanborough, GB-Whitney, Oxfordshire, OX29 8SZ, UK.

Ersöz G. (2011) *Egzersiz Katılım Güdüsü, Sürekli Optimal Performans Duygu Durumu ve Sosyal Fizik Kaygı Düzeyinin Egzersiz Davranış Basamağına ve Fiziksel Aktivite Düzeyine Göre İrdelenmesi*. Yayınlanmış Doktora Tezi. Ege Üniversitesi, İzmir.

Goleman D. (1996) *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*, London: Cox & Wyman Ltd.

Goleman D. (2017). *İşbaşında Duygusal Zekâ*. Varlık Yayınları, İstanbul.

Goleman D. (1998). *Duygusal Zekâ: Neden IQ'dan Daha Önemlidir*. Varlık Yayınları, İstanbul.

Goleman D. (2000). *İş Başında Duygusal Zekâ*. 2. Basım. Varlık Yayınları, İstanbul.

Güllüce AÇ, İşcan ÖF. (2010). *Mesleki Tükenmişlik Ve Duygusal Zekâ Arasındaki İlişki*. Eskişehir Osmangazi Üniversitesi İİBF Dergisi, 5(2), 7-29.

Gürbüz S, Yüksel M. (2011). *Çalışma Ortamında Duygusal Zekâ: İş Performansı, İş Tatmini, Örgütsel Vatandaşlık Davranışı Ve Bazı Demografik Özelliklerle İlişkisi*. Doğu Üniversitesi Dergisi, 9(2), 174-190.

Hart EA, Leary MR, Rejeski WJ. (1989). *Tie Measurement Of Social Physique Anxiety*. Journal of Sport and exercise Psychology, 11(1), 94-104.

Karademir T, Döşyılmaz E, Çoban B, Kafkas ME. (2010). *Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü Özel Yetenek Sınavına Katılan Öğrencilerde Benlik Saygısı Ve Duygusal Zekâ*. Kastamonu Eğitim Dergisi, 18 (2), 653-674.

Kılıç M. (2015). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Görünüş Kaygıları İle Benlik Saygıları Ve Yalnızlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Doctoral Dissertation, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Özcan M, Gecici E, Günlük M. (2016). *Muhasebecilerin Duygusal Zekâ Düzeylerinin Örgütsel Bağlılıkları Üzerindeki Etkisi*. Ege Academic Review, 16(2).

Özdemir RA, Mutlu C, Çelik Ö. (2010). *Genç Yetişkin Üniversite Öğrencilerinde Farklı Türde Egzersiz Uygulamalarının Sosyal Fizik Kaygı Düzeyine Etkisi*. Spor Bilimleri Dergisi, 21(2), 60-70.

Öztürk A. (2006). *Okul öncesi öğretmenlerinin duygusal zeka yetenekleri iş doyumları ve tükenmişlik düzeylerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Doctoral dissertation, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Pekdağ F, Coşkun F. (2010). *Social Physique Anxiety And Body Image Satisfaction Levels Of Collegian Dancers*. Pamukkale Spor Bilimleri Dergisi, 1(2), 17-24.

Petrides KV, Fumham A. (2000). *On The Dimensional Structure Of Emotional Intelligence*. Personality And Individual Differences, 29, 313-320.

Riemer MJ. (2003). *Integrating Emotional Intelligence Into Engineering Education*. World Transactions on Engineering and Technology Education, 2(2), 189-194.

Salovey P, Mayer, JD. (1990). *Emotional Intelligence*. Imagination, cognition and personality, 9(3), 185-211.

Sarıkabak M, Cana H, Genç Hİ, Kolayış İ, Tok, S. (2014) *Psychological and Physical Predictors of Social Physique Anxiety in Male and Female College Student Athletes*. 13th International Sport Sciences Congress, 7-9 November, Konya, 224-225.

Sarıkabak M, Eyüboğlu E. ve Ayrancı M. (2018). *Bocce (Petank) Sporcularının Duygusal Zekâ Düzeyleri, Akademik Erteleme Davranışları Üzerine Etkisinin İncelenmesi*. Uluslararası Kültürel ve Sosyal Araştırmalar Dergisi (UKSAD) , 4 (1), 163-177.

Sevindik F, Uncu F, Dağ DG. (2012). *Sağlık Yüksekokulu Öğrencilerinin Duygusal Zekâ Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Fırat Üniversitesi Sağlık Bilimleri Tıp Dergisi, 26(1), 21-26.

ShIPLEY NL, JACKSON MJ, SEGREST S. (2010). *The Effects Of Emotional Intelligence, Age, Work Experience, And Academic Performance*. Research in Higher Education Journal (9), 1-18

Sonmaz S. (2002). *Problem Çözme Becerisi ile Yaratıcılık ve Zekâ Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Anabilim Dalı, İstanbul

Taşkın AK, Taşğın Ö, Başaran MH, Taşkın C. (2010). *Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinde Duygusal Zekâ Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi, 12 (2), 98-103.

Tatar A, Tok S, Saltukoğlu G. (2011). *Gözden Geçirilmiş Schutte Duygusal Zekâ Ölçeğinin Türkçe'ye Uyarlanması ve Psikometrik Özelliklerinin İncelenmesi*. Klinik Psikofarmakoloji Bülteni-Bulletin of Clinical Psychopharmacology, 21(4), 325-338.

Villiers DP. (2009). *Perfectionism And Social Anxiety Among College Students*, Doctoral dissertation, Northeastern University, Boston.

Yaman Ç, Teşneli Ö, Gelen N, Koşu S, Tel M, Yalvarıcı N. (2008). *Elit Seviyedeki Değişik Spor Branşlarının Fiziksel Benlik Algısı Üzerine Etkisi*. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 5-2.

Yaşartürk F, Çalık F, Kul M, Türkmen M, Akyüz H. (2014). *Analysis Of The Social Physical Anxiety Status Of The Students Attending To Physical Education And Sport Colleges*. International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS), 2(5), 863-869.

Yiğit R, Dilmaç, B. (2015). *Ortaöğretimde Öğrencilerinin Sahip Oldukları İnsani Değerler ile akademik erteleme davranışlarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, (31).

Makale Geliş (Submitted) : 01.12.2018
Makale Kabul (Accepted) : 24.12.2018
Yazışma Adresi (Corresponding Address) : msarikabak@bartin.edu.tr