



T.C.

**ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**REKREASYONEL BİR FAALİYET OLARAK 10 HAFTALIK
BİNİCİLİK EĞİTİMİ PROGRAMININ 9-14 YAŞ GRUBU
ÇOCUKLARDA DUYGUSAL ZEKÂ DÜZEYİNE ETKİSİNİN
İNCELENMESİ: SAFKAN AT ÇİFTLİĞİ ÖRNEĞİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

YURTSEV İŞILAY BECEREN

TEZ DANIŞMANI

DR. ÖĞR. ÜYESİ GÜLÇİN GÖZAYDIN

ÇANAKKALE - 2023



T.C.

ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**REKREASYONEL BİR FAALİYET OLARAK 10 HAFTALIK BİNİCİLİK
EĞİTİMİ PROGRAMININ 9-14 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARDA DUYGUSAL
ZEKÂ DÜZEYİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ:
SAFKAN AT ÇİFTLİĞİ ÖRNEĞİ**

Yüksek Lisans Tezi

Yurtsev Işılray BECEREN

Tez Danışmanı

Dr. Öğr. Üyesi Gülçin GÖZAYDIN

Çanakkale - 2023



T.C.
ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ



Yurtsev Işıluy BECEREN tarafından Dr. Öğr. Üyesi Gülçin GÖZAYDIN yönetiminde hazırlanan ve **18/08/2023** tarihinde aşağıdaki jüri karşısında sunulan “**Rekreasyonel Bir Faaliyet Olarak 10 Haftalık Binicilik Eğitimi Programının 9-14 Yaş Grubu Çocuklarda Duygusal Zekâ Düzeyine Etkisinin İncelenmesi: Safkan At Çiftliği Örneği**” başlıklı çalışma, Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü **Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı**’nda **YÜKSEK LİSANS TEZİ** olarak oy birliği ile kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri

İmza

Dr. Öğr. Üyesi Gülçin GÖZAYDIN

(Danışman)

Prof. Dr. Abdulmenaf KORKUTATA

Doç. Dr. Özlem KESKİN

.....

.....

.....

Tez No : 10567146

Tez Savunma Tarihi : 18/08/2023

.....

Prof. Dr. Ahmet Evren ERGİNAL
Enstitü Müdürü

.././20..

ETİK BEYAN

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına ve şablonuna uygun bir şekilde hazırladığım tezimde; tez içerisinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi, tüm değerlendirme, belge, bilgi ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun bir şekilde sunduğumu, tezi hazırlarken yararlandığım eserlerin tümüne atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi, kullandığım verilerde değişiklik yapmadığımı, bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabul ettiğimi taahhüt ve beyan ederim.

Yurtsev Işılray BECEREN

18/08/2023

TEŞEKKÜR

“Bu tezin çalışma s¼reci boyunca bana destek olan saygı değer danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Gülçin GÖZAYDIN’a, çalışma süresince beni destekleyen aileme ve Safkan At iftliği ailesine sonsuz teŐekkürlerimi sunarım.”

Yurtsev IŐılay BECEREN

anakkale, Ağustos 2023



ÖZET

REKREASYONEL BİR FAALİYET OLARAK 10 HAFTALIK BİNİCİLİK EĞİTİMİ PROGRAMININ 9-14 YAŞ GRUBU ÇOCUKLARDA DUYGUSAL ZEKÂ DÜZEYİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ: SAFKAN AT ÇİFTLİĞİ ÖRNEĞİ

Yurtsev Işılray BECEREN

Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Tezi

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Gülçin GÖZAYDIN

18/08/2023, 64

Duygusal zekânın bireylerin özel yaşamlarında ve eğitim süreçlerinde başarılı ve mutlu olmaları konusundaki etkilerini ve geliştirilebilir bir olgu olduğunu yapılan araştırmalar ortaya koymuştur. Bu araştırma, rekreasyonel faaliyet olarak on haftalık alınan binicilik eğitimi programının 9-14 yaş grubu çocukların duygusal zekâ düzeylerine etkisini incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Ön-test, son-test ve kontrol grubu modeline dayalı deneysel bir çalışmadır. Araştırmanın çalışma grubu Çanakkale İli Ulupınar Köyü Safkan At Çiftliği'nde binicilik eğitim alan, 9-14 yaş grubu aralığında bulunan 22 çocuktan oluşmaktadır. Uygulamanın sonucunda elde ettiğimiz veriler SPSS paket programı ile analiz edilmiştir. Araştırma sürecinde çocukların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla kişisel bilgi formu hazırlanmıştır, duygusal zekâ düzeylerini ölçmek amacıyla Küçükkaragöz ve Kocabaş (2012) tarafından geliştirilen ve toplam 18 maddeden oluşan “Çocuklar için Duygusal Zekâ Ölçeği” kullanılmıştır. Independent-Samples T Testi , Paired Samples t-testi ve One Way Anova testi kullanılarak hipotezlerimiz istatistiksel olarak analiz edilmiştir. Araştırmada veriler normal dağılım göstermiştir bu sebeple verilerin analiz edilmesinde parametrik testlerden Independent-Samples T Testi kullanılmıştır. Araştırmada anlamlılık değeri $P < 0,05$ kabul edilmiştir. Duygusal Zekâ Ölçeği'nin madde ve güvenirlik analizlerinde Cronbach-Alfa testi uygulanmıştır. Araştırmadan elde edilen bulgular sonucunda, grupların ön testlerinde anlamlı bir fark görülmemiş olup gruplar eş değer kabul edilmiştir. Çalışma gruplarının son test puanları arasında deney grubunun lehine olacak şekilde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu fark araştırmacının, uygulanan binicilik eğitimi

programının deney grubunda olan çocukların duygusal zekâ düzeylerine etki ettiği sonucuna ulaşmasını sağlamıştır.

Anahtar Kelimeler: Duygusal Zekâ, Binicilik Eğitimi, Rekreasyon



ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF 10 WEEKS EQUESTRIAN TRAINING PROGRAM AS A RECREATIONAL ACTIVITY ON EMOTIONAL INTELLIGENCE LEVEL OF CHILDREN AGED 9-14: EXAMPLE OF SAFKAN HORSE FARM

Yurtsev Işıl原因 BECEREN

Çanakkale Onsekiz Mart University

School of Graduate Studies

Master of Science Thesis in Physical Education and Sports Department

Supervisor: Asst. Prof. Dr. Gülçin GÖZAYDIN

18/08/2023, 64

Studies have shown that emotional intelligence is a phenomenon that can be developed and its effects on individuals being successful and happy in their private lives and educational processes. This research was carried out to examine the effect of the equestrian training program, which is taken as a recreational activity for ten weeks, on the emotional intelligence levels of children aged 9-14, it is an experimental study based on a model with pre-test, post-test and control groups. The study group of the research consists of 22 children in the age group of 9-14, who are trained in horse riding in Çanakkale Ulupınar Village Safkan Horse Farm. The data obtained as a result of the application were analyzed with the SPSS package program. During the research process, a personal information form was prepared in order to determine the demographic characteristics of the children. In order to measure the emotional intelligence levels of children, the “Emotional Intelligence Scale for Children” developed by Küçükkaragöz and Kocabaş (2012) and consisting of a total of 18 items was used. Our hypotheses were statistically analyzed using the Independent-Samples T-Test, Paired Samples t-test and One Way Anova test.. In the study, the significance value was accepted as $P < 0.05$. The Cronbach-Alpha test was used in the item and reliability analyzes of the Emotional Intelligence Scale. As a result of the findings obtained from the research, there was no significant difference in the pre-tests of the groups, and the groups were accepted as equivalent. A significant difference was found between the post-test scores

of the study groups in favor of the experimental group. This difference led the researcher to conclude that the applied riding training program affected the emotional intelligence levels of the children in the experimental group.

Keywords: Emotional Intelligence, Horse Riding Training, Recreation



İÇİNDEKİLER

	Sayfa No
JÜRİ ONAY SAYFASI.....	i
ETİK BEYAN.....	ii
TEŞEKKÜR.....	iii
ÖZET	iv
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER	viii
SİMGELER ve KISALTMALAR.....	x
TABLolar DİZİNİ.....	xi
BİRİNCİ BÖLÜM	
GİRİŞ	
1.1. Araştırmanın Önemi.....	3
1.2. Araştırmanın Amacı.....	4
1.3. Araştırma Soruları ve Hipotezleri.....	4
1.3.1. Araştırma Soruları.....	4
1.3.2. Hipotezler.....	5
İKİNCİ BÖLÜM	
KURAMSAL ÇERÇEVE/ÖNCEKİ ÇALIŞMALAR	
2.1. Rekreasyon.....	7
2.1.1. Rekreasyon Tarihi.....	8
2.1.2. Rekreasyonun Özellikleri.....	10
2.2. Binicilik.....	13
2.3. Duygusal Zekâ.....	21
2.3.1. Duygusal Zekâyâ Genel Bakış.....	22
2.3.2. Duygusal Zekânın Tanımları	26

2.3.3. Duygusal Zekâ Modelleri ve Kavramsal Farklılıklar.....	28
2.3.4. Duygusal Zekânın Önemi.....	32
2.3.5. Duygusal Zekânın Geliştirilmesi.....	33
2.3.6. Ailede Duygusal Zekânın Geliştirilmesi.....	33

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM ARAŞTIRMA YÖNTEMİ 35

3.1. Araştırma Yöntemi.....	35
3.2. Araştırman Modeli.....	35
3.3. Araştırma Evreni ve Örneklem Seçimi.....	36
3.4. Veri Toplama Süreci.....	36
3.4.1. Binicilik Ders Planı.....	37
3.5. İstatiksel Analiz.....	40
3.6. Araştırmanın Sınırlılıkları.....	41

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM ARAŞTIRMA BULGULARI 42

BEŞİNCİ BÖLÜM TARTIŞMA, SONUÇ ve ÖNERİLER 49

5.1. Tartışma.....	49
5.2. Sonuç.....	52
5.3. Öneriler.....	54
KAYNAKÇA	55
EKLER	I

SİMGELER VE KISALTMALAR

DZÖ	Duygusal Zekâ Ölçeği
EQ	Emotional Quotient
IQ	Intelligence Quotient
H	Hipotez
EFMHA	Equine Facilitated Mental Health Association
AAT	Animal Assisted Therapy



TABLULAR DİZİNİ

Tablo No	Tablo Adı	Sayfa No
Tablo 1	Binicilik Ders Planı	38
Tablo 2	Araştırma Örnekleminin Demografik Özelliklere Göre Frekans ve Yüzdeleri	42
Tablo 3	Çocuklar İçin Duygusal Zekâ Ölçeğinin Güvenilirlik Cronbach's Alfa Değerleri	43
Tablo 4	Çocukların Duygusal Zekâ Değişkenlerinin Standart Sapma, Aritmetik Ortalama, Tepe Değer, Ortanca, Basıklık ve Çarpıklık Katsayısı Değerleri	43
Tablo 5	Araştırma Grubunun Tanımlayıcı Özellikleri	44
Tablo 6	Deney ve Kontrol Gruplarının ön test ve son test puanlarına ilişkin bulgular	45
Tablo 7	Kontrol grubu ön test-son test ve deney grubu ön test-son test puanlarına ilişkin bulgular	45
Tablo 8	Cinsiyet Değişkeni Açısından Ölçülen Özelliklerin Analiz	46
Tablo 9	Aile Gelir Düzeyi Değişkeni Açısından Ölçülen Özelliklerin Analizi	47
Tablo 10	Aile Eğitim Düzeyi Değişkeni Açısından Ölçülen Özelliklerin Analizi	48

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Değişen ve gelişen dünyada teknolojinin de artmasıyla bu durumdan gelişim çağındaki çocuklar etkilenmiş ve teknolojik birtakım öğelere bağımlılıkları artmaya başlamıştır. Son yıllarda ortaya çıkan rekreasyon kavramıyla ve bu tip faaliyetlere katılım ile bireylerin yaşam kalitesini arttırmak, sosyal, duygusal ve fiziksel yönden onları desteklemek amaçlanmaktadır. Boş vakitlerinde gerçekleştirilen fiziksel aktiviteler yetişkinlerin ve çocukların sosyalleşmeleri, kendine güvenli olma ve sorumluluk duygusu alma, sağlıklı olarak yaşamlarını sürdürebilmesine olanak sağlamaktadır. Bu anlamda çocukların yaşam kalitesinin artmasında birçok etkinliğe ihtiyaç duyulmaktadır ve bunlardan bir tanesi son yıllarda bireylerin ilgisini çeken ve katılım oranlarının artış gösterdiği binicilik faaliyetleridir.

Bireylerin isteklerini boş zamanlarında özgür bir şekilde yerine getirmek amacıyla gönüllü olarak katılım sağladıkları deneyimler ve aktiviteler rekreasyon olarak tanımlanır (Torkildsen, 2005).

Hayvanlarla etkileşim kuran çocukların sosyal, duygusal, psikolojik yönden olumlu gelişmeler gösterdikleri yapılan araştırmalar sonucunda ortaya çıkmıştır. İlk çağlardan günümüze yırtıcı ve tehlikeli hayvanlardan korunmak için insanlar ve hayvanlar birbirine yaklaşmışlardır. Daha sonrasında evcilleştirme ile birlikte yerini sosyal ve ekonomik alanlarda olumlu etkileşimlere bırakmıştır. Geçmişten günümüze özellikle atlar sosyal, kültürel yaşamda insanlığın bir parçası olmuştur ve değişik amaçlarla kullanılmıştır. Avcılık amacıyla kullanılan dönemlerin ardından atlar, savaşlarda taşımacılık, ulaşım amaçlarıyla kullanılmış ve her daim askeri gücü ve sürati temsil etmiştir. Atların, evcilleştirilmeleriyle birlikte tarımsal faaliyetlere destek verdikleri ve insanların sesleri arasındaki duygusal farklılıkları ayırt edebildikleri de bilinmektedir.

Eğitim alanında yaşanan son yıllardaki gelişmelere bakıldığında, duygusal zekanın yükseltilmesine yönelik çalışmaların artmış olduğu gözlemlenmektedir. Brockert ve Braun (2000) tarafından yapılan çalışmada bireylerin aile içi ilişkilerinde ve toplumsal yaşam kalite düzeyinin artırılmasında duygusal zeka düzeylerini yükseltmek için yapılan çalışmaların

olumlu sonuçlar verdiği görülmüştür. Schutte vd. (1998) ise duygusal zeka eğitimlerinin bireylerin motivasyonunun düşük olduğu durumlarda onları destekleyici amaçlı kullanılabileceğini belirtmişlerdir (Akt. Karahan ve Özçelik, 2006).

Başkalarının duygularını anlayan, onları idare edebilen, kendi duygularını iyi bilen ve kontrol edebilen, duygusal zekâları yüksek bireylerin hayatlarının özel ve mesleki alanlarında daha mutlu ve üretken oldukları bilinmektedir. Buna karşı doğru şekilde düşünebilme ve iş konsantrasyonunu arttırabilme yeteneklerini engelleyen iç dünyalarında mücadele eden kişilerin duygularını kontrol edemeyen kişiler oldukları bildirilmiştir (Becerren, 2004) .

Bireyler kendilerine ait olan duyguları fark edip onları tanımayı, kontrol edebilmeyi, yaşamlarındaki hedefleri için öz motivasyon geliştirmeyi, bireysel beceri ve yetenekleri sayesinde başarabilirler. Bu bağlamda duygusal zekâ, sosyal açıdan ve bireysel birtakım yetenek ve becerileri, bireylerin kendi duygularının farkına varıp, empati kurarak kendini başkalarını yerine koyabilmeyi ve çevresindeki kişilerle iyi ilişkiler içinde olabilmeyi içermektedir. Araştırmacılar tarafından ifade edilen, bireylerde var olan duygusal zekâ düzeyinin IQ gibi kader olmaması ve her yasta geliştirilebilecek olması duygusal zekânın öneminin artmasında büyük rol oynamaktadır. (Acar, 2001).

Bireyin, duygusal başarısında ve merak etme, düşünme, sorgulama gibi alanlarda kendisine kattıklarını yönetebilmesinde duygusal zekâ seviyesinin katkısı oldukça fazladır. Bireylerin duygusal bir veriyi kullanabilme ve duygularını anlayabilme yeteneklerinin farklılık gösterdiği, bu alanda yapılmış olan çalışmaların hipotezlerinin çoğunda yer almakla birlikte, duygusal zekâ ile ilgili son yıllarda yapılan çeşitli yayınlarda psikoloji alanında yaşanan pozitif ilerlemenin de etkisiyle artış gözlenmiştir (Lewis vd., 2008).

Bu çalışmada binicilik eğitimi alan çocukların, eğitim süreci sonrası duygusal zekâ düzeyleri incelenmiştir. Araştırmanın birinci bölümünde, araştırmanın önemi, amacı, soruları, hipotezleri ile ilgili açıklamalar yapılmıştır. Araştırmanın ikinci bölümünde binicilik, rekreasyon tarihi, rekreasyonun özellikleri ile ilgili ve duygusal zekâyâ ait kavramlar açıklanmış, duygusal zekânın kavramsal çerçevesi, tanımları, önemi ve modelleri hakkında detaylı bilgi verilmiştir. Araştırmanın üçüncü bölümünde ise araştırma yöntemi,

araştırmanın modeli, evren ve örneklem seçimi, verilerin toplaması süreci, istatistiksel analizi ve sınırlılıkları hakkında bilgi verilmiştir.

1.1. Araştırmanın Önemi

Serbest zaman aktiviteleri, bireyin fiziksel yönden, psikolojik yönden ve sosyal olarak sahip olduğu bir takım değerlere katkı sağlamaktadır. Bu aktivitelere aktif ve ya pasif olarak dahil olunmakta ve bireylerin toplum içinde yer almaları sağlanmakta, ilgi alanları dahilinde yaşam şeklini de etkileyen faaliyetleri de içine alarak yaşamlarını güzelleştirmektedir. Günümüzde bireylerin serbest zamanlarını değerlendirme aktivitelerine katılım yaşam şekli halini almış olmakla birlikte bu tip aktivitelerin arttırılıp genişletilebilmesi için çeşitli program ve projelerin geliştirilmesini zorunlu hale getirmiştir (Yerlisu vd., 2009; Kelly, 1990).

Modern yaşam koşulları hayatımıza girerken beraberinde bir takım zorlukları da getirdiği bilinmektedir. Bugün karşılaştığımız sorunlara geçmişte kullanılan yaklaşımlarla çözüm üretilmesi güçleşmiştir. Son yıllarda mutluluğu yada başarıyı yakalamak kişilerin duygusal zekâ düzeyleriyle orantılı olarak görüldüğü araştırmacılar tarafından düşünülmektedir.

Rekreatif faaliyetlerden yararlanabilen ve rekreasyon tanımını iyi kavramış bireyler, zorunlu ihtiyaçları, iş hayatı, derslerinden vakit buldukça serbest zamanlarını sosyal hayatta daha aktif olabilir, psikolojik olumsuzluklardan kurtulabilir, bilgi ve becerilerini sağlamlaştırabilir ve fiziksel anlamda daha sağlıklı olabilirler (Kaba, 2009).

Özellikle çocukların sosyal, bilişsel ve fiziksel anlamda gelişimleri üzerinde olumlu yönde etkiler barındıran faaliyetlerin günlük yaşamda çok fazla yarar sağladığı bilinmektedir. Çocukların bu anlamda sosyal ortamlara uyum sağlama, sorumluluk becerilerini geliştirme, fiziksel açıdan gelişme, duygusal durumlarına katkı sağlama gibi becerilerinin kazanılması açısından farklı etkinliklere katılıma ihtiyaç duymaktadırlar. Bu etkinliklerin bir tanesi de son yıllarda giderek artan popülaritesi ile birlikte binicilik sporudur.

İletişimin olmadığı bir yaşam imkânsızdır. Canlıların hayatları iletişime dayalıdır ve birçok canlı günlük hayatlarının çok büyük bölümünü diğer canlılarla iletişim kurarak geçirirler. Doğumdan başlayıp yaşamının sonuna kadar bireyler kendilerini iletişim ağının içinde bulurlar ve bu iletişim ağından kendilerini soyutlamaları mümkün değildir. Aynı duyguyu paylaşanların, aynı dili konuşanlara göre daha sağlıklı bir iletişim sürecine girdikleri atasözlerimizde de yer almaktadır. Bütün canlı topluluklarının yaşamlarında olduğu gibi hayvanların yaşamlarında da iletişimin büyük önemi vardır. Hayvanlar da temel gereksinimlerini karşılamak için her canlı gibi bir çaba içerisindedirler ve hem birbirleriyle hem de etrafındaki diğer canlılarla iletişim kurarlar. İnsanlarda olduğu gibi doğru iletişim şeklinin hayvanlarda da mutluluğun önemli adımı olduğu bilinmektedir. Olumlu iletişim becerileri geliştirmede duygusal zekânın önemi son yıllarda araştırmacıların odak noktalarından birisi olmuştur.

Bu çalışma, 9-14 yaş grubu çocukların katıldığı rekreasyon faaliyetlerinin ve atlarla iletişim kurmanın duygusal zekâ düzeyini etkileyip etkilemediğini araştırılması amacıyla yapılmıştır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada, Rekreasyonel olarak binicilik eğitimi faaliyetlerine katılan çocukların aldıkları eğitim ile anne, baba eğitim düzeyi, cinsiyet ve aile gelir durumu parametreleriyle birlikte duygusal zekâ düzeylerinde farklılık olup olmadığının araştırılması amaçlanmıştır.

1.3. Araştırma Soruları ve Hipotez

1.3.1. Araştırma Soruları

- Rekreasyonel bir faaliyet olarak binicilik eğitiminin çocukların duygusal zekâlarına etkisi var mıdır?
- Öğrencilerin binicilik eğitimi aldıktan sonraki duygusal zekâ düzeyleri nasıl bir tablo çizmektedir?

- Binicilik eğitimi aldıktan sonra çocukların duygusal zekâ düzeyleri, anne baba eğitim durumu, aile gelir düzeyi, cinsiyet faktörlerinden etkilenmiş olabilir mi?

1.3.2. Araştırma Hipotezleri

Çalışma kapsamında yürütülen anket çalışması ve duygusal zekâ testi ile dört hipotezin nicel sınanması amaçlanmıştır. Hipotezler (H) 4 ana değişken çevresinde şekillenmektedir. Bunlar sırasıyla;

H₁: Rekreatif bir faaliyet olarak binicilik eğitimi alan çocukların duygusal zekâ düzeylerinde anlamlı bir fark vardır.

H₂: Rekreatif bir faaliyet olarak binicilik eğitimi alan çocuklarda duygusal zekâ düzeyi cinsiyete göre anlamlı şekilde farklılaşmaktadır.

H₃: Rekreatif bir faaliyet olarak binicilik eğitimi alan çocuklarda duygusal zekâ düzeyi anne ve baba eğitim düzeylerine göre anlamlı bir fark göstermektedir.

H₄: Rekreatif bir faaliyet olarak binicilik eğitimi alan çocukların duygusal zekâ düzeyleri anne-baba gelir durumuna göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.

İKİNCİ BÖLÜM

KURAMSAL ÇERÇEVE/ÖNCEKİ ÇALIŞMALAR

2.1. Rekreasyon

Kökeni Latince olan yenilenme yeniden yapılanma olarak ifade edilen recreatio kelimesinden türeyen rekreasyon kelimesi Türkçe’de boş zamanda yapılan faaliyetler olarak adlandırılmıştır. Rekreasyon, kişilerin artan zamanlarında dinlenmelerine ve eğlenmelerine olanak sağlayan, zorunlu olarak yapılması gereken işler dışında bireysel veya grupta kendi istekleriyle katılım sağladıkları faaliyetlerin bütünü tanımlanır. Kendini tazeleme şeklindeki bakış açısına göre rekreasyon; bireyleri mecburi yapmaları gereken birtakım uğraşlardan sonra istekli olarak yapılan, tazeleyen ve dinlendiren aktiviteler olarak tanımlanmaktadır (Karaküçük, 2005).

Rekreasyon, tarih öncesi dönemlerin çoğunda avlanmak, balıkçılık gibi yaşam mücadelesini içine alan unsurlarla ilgiliydi, ek olarak mağaraların üzerine boya yapmak, resim çizmek, güreş yapmak gibi rekreasyonel faaliyetler yapıldığı da bilinmektedir (Broadhurst, 2001).

19. yüzyıldaki birtakım teknolojik gelişmeler, çalışma koşullarının farklılaşması, sanayileşme gibi etkenler endüstri öncesi dönemlere göre eğlenme, dinlenme için boş zaman ayırma gerekliliğini arttırmıştır. Boş zamanlar, önceleri tembellik, savurganlık olarak görülmele birlikte daha sonradan insanların fiziksel, ruhsal ve zihinsel açıdan rahatlamalarını sağlayan temel gereksinimlerden olduğu görülmüştür ve kişilerin gündelik yaşamın monoton ve sıkıcı etkisinden kurtulup hoş vakit geçirmek ve dinlenmek amacıyla yaptıkları çeşitli faaliyetlerden oluşan rekreasyon kavramını doğurmuştur (Çidam, 2007).

Eski Yunan kültüründe rekreasyonel faaliyetler güzel sanatlar, bilim, felsefe, spor alanlarını içermekteydi ve halk rekreasyon için önemli toplantı merkezleri olan agoralarda bir araya gelirdi. Ayrıca açık havada inşa edilmiş tiyatroların da rekreasyon faaliyetlerinin yürütüldüğü yerler arasında olduğu belirtilmiştir (Torkildsen, 1999).

Herkesin rekreasyonel faaliyet açısından aynı aktiviteleri gerçekleştirmesi beklenemez, kişiler boş zaman değerlendirme faaliyetlerini seçerken özgürdür ve bu seçim gönüllülük esasına dayanmaktadır. Belirli bir toplumda veya grupta benimsenmiş olan rekreatif faaliyetler, farklı bir grupta benimsenmeyebilir, bu durum kişilerin bireysel olarak rekreatif faaliyet göstermeleri açısından da aynı şekildedir (Yazıcı, 1998).

Rekreasyon genelde bireylerin boş zamanlarında katılım sağladıkları aktif ya da pasif olarak yapılan aktivitelerin tamamıdır (Howe ve Carpenter, 1985).

Neumeyer (1958) rekreasyonu grup şeklinde veya bireysel olarak yapılabilen, doğrudan doğruya kişinin ilgi alanlarından oluşan, zevk hissi veren ve özgürce yapılan, sonucunda bir ödül kazanma duygusunu barındırmayan etkinlikler olarak tanımlamıştır (Akgül, 2011).

Cordes ve İbrahim (2002) tarafından yapılan çalışmada ise bireyler için bir anlam ifade eden, onların boş zamanlarında eğlenceli vakit geçirmesini sağlayan ve gönüllü olarak yer aldıkları aktiviteler olarak tanımlanmış, bu aktivitelerin spor aktivitesi ya da egzersiz niteliğinde yapılabileceği ve açık ve ya kapalı alanlarda yapılabilecek etkinlikler olduğu vurgulanmıştır. Baud-Bovy ve Lawson (1998) ise rekreasyonun, insanların ev işleri ya da zorunlu yapmaları gereken etkinliklerden farklı olduğunu ve boş zamanlarında katılım sağladıkları veya uğraştıkları aktiviteler olduğunu öne sürmüşlerdir (Demirel, 2009).

Rekreasyon ile ilgili yapılan tanımlara baktığımızda rekreasyonun, gönüllülük esasına dayanan, bireyin boş zamanlarında gerçekleştirdiği, özgürce seçtiği, içerisinde kazanma ve kaybetme duygularını barındırmayan ve sonucunda bireyin seçtiği aktivitenin özelliğine bağlı olarak kendisini bedensel, zihinsel ve ruhsal açıdan rahatlamış hissetmesini destekleyen aktiviteleri içerdiği söylenebilir.

2.1.1. Rekreasyon Tarihi

Eski medeniyetlerde insanoğlu yorgunluk hissi ve sıkıntılarında uzaklaşmak için dinsel yaşamın da etkisiyle maneviyat ve huzurun önemli olduğu inancındaydı. Bu dönemlerde en çok inzivaya çekilme ve tapınaklar göze çarpmaktadır. İlerleyen zamanda

insanoğlu bu tip ihtiyaçlarını hafta sonu tatili, mevsim tatili, yaşlılık sresinde dinlenme veya gün içerisinde boş kaldıkları zaman dilimlerinde rekreasyona yönelme şeklinde geliştirmiştir. Eski medeniyetlerde rekreasyon etkinliği örneklere ilk olarak Antik Mısır döneminde rastlanmaktadır ve belirli zümrelerle sınırlıdır. Devlet idarecilerinin tanrı, orta sınıf ise hizmet eden konumundaydı ve zorunlu olarak sürekli çalışmak durumundaydı. Bu sebeple rekreasyonel etkinliklere orta sınıf vakit bulamamakla birlikte, Sadece küçük ve imtiyazlı bir grup aile bireylerinden oluşan gruplar halinde savaş oyunları, sportif aktivite, avcılık gibi rekreasyon faaliyetleri yapmışlardır (Hazar, 2009).

Antik Yunan'da Yunanlılar dışında Ege Denizi'ne kıyısı bulunan coğrafyadaki bütün uygarlıkların felsefe, müzik, güzel sanatlar, spor, bilim, topluca yapılan gezintiler gibi alanlarda yaptıkları aktiviteler rekreasyonel alanda yapılan faaliyetlere örnek teşkil edilebilir. M.. 2000'li dönemde var olan Hititler 'de ise rekreasyon faaliyetleri savaş oyunları, din içerikli törenler ve yemekli şölenler şeklinde görülmekteydi (Aran, 1970).

Roma döneminde rekreasyon faaliyetleri üst sınıfın kendi malikanelerinde düzenledikleri havuz etrafında şölenler, heyecan verici gösteriler, kolezyumlarda yapılan gladyatörlerin dvşmeleri şeklinde görülmekteydi ve bu faaliyetlerin izlenmesi de büyük önem taşıyordu (Pehlivanoglu, 1987). Romalıların boş zamanlarında gerçekleştirdikleri aktiviteler bireyleri destekleyici olmaktan, yaratıcılıklarını geliştirici ve yapıcı olmamakla birlikte eğlenceler barbarca, küçük düşürücü, abartılı, din dışı ve kanlı gösteriler şeklinde düzenlenmekteydi. Romalıların bu tip rekreasyon ve eğlence anlayışı medeniyetin zayıflamasına bir örnek olarak gösterilebilir (Meyer vd., 1969).

Farklı medeniyetler incelendiğinde geçmişten günümüze rekreatif faaliyetlerin toplumdaki sınıf ayrılıkları, dinsel yaşantıların da etkisiyle toplumlarda çeşitli zaman dilimlerinde farklı uygulamalarla karşımıza çıktığı düşünülebilir.

2.1.2. Rekreasyonun Özellikleri

Rekreasyon kavramının tek bir tanımlamasının mümkün olmadığı görülmekle birlikte araştırmacılar tarafından yapılan çalışmalar ve tanımlardan yola çıkacak olursak rekreasyonun özellikleri şu şekilde özetlenebilir (Karaküçük ve Gürbüz, 2007).

- Duygusal ve mental faaliyetleri barındırır, tembelliğe karşıdır.
- Kişilerin sorumluluk zamanları dışında iş saatlerinde yapılır yani serbest zaman etkinliğidir.
- Bireyin sorumluluklarından arta kalan zamanında yapıldığı için özgürlük hissiyatı verir.
- Bireylerin standartlarının dışına çıkmalarını sağladığı için rutinlerinin değişmesine yardımcı olur.
- Bireylerin ilgi ve ihtiyaçlarına göre anlamı katılımcıya göre değişebilir.
- Gelişmiş olmak kişiler açısından bazı toplumsal sorunların önüne geçilmesine yardımcı olduğundan toplumsal ve bireysel anlamda fayda sağlar
- Kişilerin tatmin duygularını geliştirir, faaliyetleri bireyler başkaları için yapmazlar bu nedenle bireyseldir.

21. yüzyılda yoğun ve stres içinde olan kişiler için motivasyonel bir özellik olarak rekreasyon, giderek gereklilik halini alan bir faaliyettir (Özışık 1998; Sabancı 2016).

Cooper ve Cartwright (1994) tarafından yapılan bir çalışmanın sonucu olarak bireylerin işleri ile ilgili stres halinin duygusal ve fiziksel sağlık üzerine zararlı etkilerinin olduğu görülmüştür (Sabancı 2016). Bireylerin bazı duygusal ihtiyaçlarını gidermek için rekreasyonel faaliyetlere katılım sağladıkları görülmektedir. Literatürde görülen birçok

araştırma ile kişilerin günlük yaşamlarında karşı karşıya kaldıkları stres durumundan sosyal, fiziksel ve duygusal yönden etkilendikleri görülmüştür (Tolukan 2010; Sabancı 2016).

Rekreasyon, bireylerin gönüllü olarak katılım gösterdikleri, boş zamanlarını değerlendirme aktiviteleri olarak görülen ve kişisel doyum sağladıkları aktiviteler olarak nitelendirilir. Ayrıca ortak olarak heyecan ve ilgilerinin paylaşıldığı ortamlarda kişilerin birbirlerine karşı yabancılaşmalarından kurtarmakta sosyal uyum süreçleri meydana getirmekte, hoşgörü ve sosyal anlamda gelişmiş ilişkiler meydana getirmektedir (Ramazanoğlu vd., 2004).

Rekreasyonda başlıca güdü memnuniyet ve yapılan aktivitelerden zevk almadır. Bireylerin rekreasyon faaliyetlerine katılım sağlamasına neden olan güdüler arasında sosyal, fiziksel ve entelektüel ihtiyaçlar vardır. Birtakım durumlarda rekreasyon eğlence olanağı sunmakla birlikte fazlasıyla disiplin ve bağlılık gerektirmektedir. Boş zaman deneyimleri bireylere göre anlam kazanmaktadır bu doğrultuda kişilerin rekreasyon faaliyetlerine ve rekreasyona yüklediği anlamlar da farklılık göstermektedir. Bireylerin rekreasyon deneyimlerine yükledikleri anlamlar; yenilenme isteği, gün içerisinde yapılan rutin işlerden kaçma duygusu, yaşanan birtakım zorluklara karşı bireyin kendisini deneme fırsatı bulma, rahatlamak isteme, kişisel olarak imaj oluşturma, kişinin kendisini doğanın bir parçası olarak hissetmek istemesi, kişisel değerlerde artış, kişisel gelişim, bireyin canlanma ve tazelenme duygusu, grup çalışmaları ile ortaklaşa çalışma deneyim elde etme, zorluklarla mücadele edebilme, farklı deneyimler yaşama risk alma duygusu ve korku yaşama, heyecan, manevi barış, özgürlük, yaratıcı olma, uyumlu olma, belirlenmiş, anlaşılması kolay kurallar, sınırlılıklar ve belirlenmiş bir düzen içerisinde olma, bir grupla beraber işbirliği içinde ve ortaklaşa hareket etme, gibi özetlenebilir (Torkildsen, 2005).

Hazar (2003), rekreasyonun özelliklerini şu şekilde sıralamıştır:

- Rekreasyon kişilerin boş zamanlarında katıldıkları etkinliklerdir. Ancak belirtilen boş zamanların hepsi değerlendirilmiş zaman değildir.
- Gönüllülük gerektiren, kişilerin eğlenmek, vakitlerini güzel geçirmek, mutlu olmak, dinlenmek koşulu ile memnun edici etkinliklerdir.

- İlgi, alaka ve isteğe bağlı seçilmiş aktivitelerdir.
- Çalışmanın tam zıttıdır ve çalışılmayan zamanı içerir.
- Tembellik olmamakla birlikte, mental ve fiziksel olarak güçlü olma amacı ile kişilerin veya grupların sosyal, ekonomik, kültürel ve fizyolojik olanaklarıyla düzenli bir şekilde boş zamanlarında katılım sağladıkları etkinliklerdir.
- Kentleşmedeki düzensizlik ve aşırılık, çevre kirliliği, yorucu ve yoğun mesai sebebiyle yaşamlarında yıpranan kişilerin fiziksel, zihinsel ve ruhsal açıdan güçlenerek kendilerini yenilemek amacıyla tercih ettikleri etkinliklerdir.
- Rekreasyonun pozitif etkileri gelir düzeyi, yaş, meslek, gereksinim gibi faktörlerle birlikte değişiklik gösterir.
- İnsanların başarıma, kendini kanıtlama, takdir edilme, toplumda statü sahibi olma, kendini ifade etme ve yeni deneyimler kazanma ihtiyaçlarına yöneliktir.
- Bireyler farklı kişiler veya kuruluşların organize ettikleri faaliyetlere katılabilecekleri gibi etkinlikleri kendi imkânları ile de düzenleyebilirler. Örneğin; kitap okuma etkinliği, müzik dinleme saati, sergi organize etme vb.
- Rekreasyon faaliyetlerine katılan bireyler veya gruplar zamanı, hangi etkinliğe katılacaklarını ve etkinliğin yerini kendileri seçerler.
- Rekreasyon faaliyetlerinin belirlenmesinde kişilerin gereksinimleri dikkate alınmalıdır.
- Rekreasyon, toplumun sosyal değerlerine karşı durumda olmamalıdır, ahlak yönünden toplumun manevi bir takım değerlerine ve geleneklerine uygun olmalıdır.
- Rekreasyonel faaliyetler konaklama sürelerinin artmasıyla ve sezon sürelerinin uzamasıyla turizm sektörüne katkı sağlamaktadır. Bu sebeple turistik bölgelerde rekreasyon alanları bulunmalıdır.

- Çocuklar çocukluk çağında oynadıkları oyunlar ile (doktorculuk, polisçilik vb.) yaşamlarının ilerideki dönemlerinde yaşayacakları eylemleri deneyimleme fırsatı bulurlar ve bu sayede çocuk oyunları aracılığıyla hayata hazırlanma fırsatı bulurlar. Çocukluk çağında sportif oyunlara yönelen çocuklar sporda, sanatsal oyunlara yönelen çocuklar ise sanat alanlarında başarılı olabilmektedirler.
- Bireyler rekreasyon faaliyetleri aracılığı ile kültürel birtakım eylemleri tekrar ederek gelecek kuşaklara kültür aktarma fırsatı sağlanmış olurlar.
- Müzik, spor, dans, doğa gezileri, el sanatları, oyun gibi çeşitli rekreasyonel faaliyetler kişilere sosyolojik, fizyolojik ve psikolojik faydalar sağlamakla birlikte tıpta tedavi edici ve iyileştirici olarak da kullanılmaktadır.
- İnsanların yaşayabilmek için beslenme ile elde ettikleri enerjinin bir kısmı oyunlar ve sportif aktiviteler aracılığı ile dışarı atılır ve gerginliklerinin azalmasına ve rahatlamalarına sebep olur.

Bir yerleşim yeri, mahalle, park ya da bölgeye karşı duygusal bağ geliştiren insanlar kendilerini yüksek refah seviyesinde hissetmektedirler ve o çevrede bulunan topluluğa karşı fazlasıyla bağlıdırlar. Kişiler pozitif yönde anılarının ve deneyimlerinin bulunduğu bölgelere karşı duygusal anlamda bir bağ geliştirirler ve sosyal anlamda ve toplumsal bağlarını pozitif olarak geliştirmelerini sağlayan bu yerleri daha sık görmek isteyebilirler. Mekân planlarını ve tasarımlarını yapan kişiler; insanların oyalanmaları için farklı mekânlar yaratarak mekân ve kişiler arasında bir bağ kurulması ihtimalini geliştirebilirler ancak bu tip duygusal bağları pozitif yönde etkilemek için kullanılacak bir formül geliştirilmemiştir (Altman ve Low 1992).

2.2. Binicilik

İnsanlık tarihinde ilk çağlardan beri yerini almış olan atların tarihi serüveni içinde çok farklı amaçlara hizmet ettiği, önceleri bir av hayvanı olarak beslenme amaçlı kullanıldığı, insanların onun farklı özellikleri olduğunu fark etmiş olmaları ve atlardan

faydalanmak için onları evcilleştirmeleri sonucunda tarih boyunca atların bireyler ve toplumların vazgeçilmez bir unsuru olarak görev aldıkları bilinmektedir.

Atlara özgü kabiliyet ve imkânları zaman içinde anlayan ve farkedenden insanoğlu, ulaşımında hızlı bir vasıta olarak onları kullandığı, sonraki dönemlerde ise taşımacılıkta, tarım hizmetlerinde, posta faaliyetlerinde onun gücünden ve süratinden faydalandığı bir çok araştırmada yazılmıştır.

Binicilik, bireylere hayvan ve doğa sevgisi aşılama temeli ile yaşam biçimi olarak görülmektedir ve binicilerin bu soylu varlıkla birbirlerini tanıyarak, etkileyerek ve tamamlayarak uyumlu bir şekilde hareket etmeleriyle, izleyenlerde bir etki bıraktığı için bir sanatsal bir alan olarak da tarif edilebilir. Bununla birlikte binicilik, binicisi ve atın sahip olduğu beceri ve kudreti bir görsel bir şölene dönüştürme süreci içinde, evrensel gerçeklerden tamamıyla yararlanan ve sürekli bir gelişim sürecinde olan bir bilim olarak tanımlanabilir (Ünver, 2003).

Atın işlevselliği bu saygın birliktelik içerisinde hep ön planla olsa da pek çok sosyolog ve antropolog tarafından atların bireyler ve toplumun maneviyatı üzerinde yoğun etkilerinin olduğu belirtilmiştir. Atlar, yaratılışlarındaki görkemli duruşundan dolayı sadece asaleti ile bilinmekle kalmamış, insanlık için her durumda güvenin ve sadakatin de temsili olmuştur. Sükûnet içindeki davranışları ve çevresiyle uyumunun, insan üzerinde güven sağlayan ve sakinlik veren bir etkiye sebep olduğu söylenebilir.

Atın sahip olduğu beceriler araştırmalar sonucu ortaya çıkmakta ve atlar, günümüzde binicilik sporu adıyla farklı branşlarda hünelerlerini sergileyerek toplumlar tarafından büyük bir ilgiyle takip edilmektedir. Yapılan araştırmalarda tarih boyunca birçok medeniyetin, yeryüzünde en soylu varlıklardan biri olan at ve binicisi arasındaki estetik ve uyumdan faydalanarak çeşitli yarışmalar ile sonuçlandırdıkları uygulamalara yer verdikleri görülmektedir.

Yapılan çalışmalar sonucunda, eski çağlarda insan iskeletlerinin yanında at iskeletlerine de rastlandığı ve insan ile at arasındaki tanışıklığın insanlık tarihi kadar eski olduğu bilinmektedir.

Tarihteki ilk Türk devleti olarak bilinen Çin'in belirli bir bölgesinde yaşamış olan Chou sülalesinin hakimiyeti döneminde, binicilik sporunun ilk izlerine rastlanmıştır. Türk asıllı bir imparator olan ve M.Ö. 900'lü yıllarda yaşamış olan Hiao'nun mükemmel bir binici olduğu tarihi kroniklerde yazılmıştır (Alpman, 2001).

Tarihi birçok araştırma, binicilik konusundaki ilk kitabı bilginin M.Ö. XIV yy'da Anadolu'da yazıldığını açık ve net ortaya koymuştur. Hitit kralı bulunduğu bölgede ordusuna güç katmak istemesi üzerine çok sayıda at alınmış, at eğitimi üzerine Kikkuli görevlendirilmiş. At eğitimi için yaklaşık beş aylık geliştirilmiş bir sistem ile bir eğitim süreci planlanmıştır. Daha sonrasında Kikkuli'nin at eğitimi sürecini yazdığı dört adet tablet 1930'da Hattuşaş'ta arkeolog Bedrich Hrozny tarafından bulunmuştur. Kikkuli tarafından yazılan bu tabletler, günümüzde tarihin ilk at kitabı olarak at eğitimi ve atların kullanımı konusunda önemli bilgiler vermekle birlikte, dönemin dilbilimi ve tarihi için de oldukça önemlidir (Emiroğlu ve Yüksel, 2002).

Binicilik atı, zamanında, sakin, tam yerinde ve güven içerisinde, atın yapılan işe uygun düzeyde kuvvet sarfetmesini sağlayarak onu kullanma sanatıdır. Her spor, sanat ve bilim dalında olduğu gibi devamlı bir gelişme göstermektedir (Temurlenk, 2000).

Bilimsel adı Equus Caballus olarak bilinen atın geçmişi elli beş milyon yıl öncesine dayanmakla birlikte, eski çağlardan beri insanoğlu ile birlikte yaşamaktadır (Temurlenk, 1996).

Edebiyatın güzel bir sanat olduğu düşünülürse, güzel konuşmak ve yazmak bu sanatı oluşturuyorsa, biniciliğin en sanatsal yönü dresaj olmalıdır. Dresaj, at ile iletişimin en üst düzeyde olması, binicisi üzerindeki herhangi bir hareket olmaksızın atın kendi isteği doğrultusunda dans ediyormuş gibi yürümesidir. Dresaj sırasında, denge, uyum ve yumuşaklık hep birlikte bir uyum içinde gözükür ve binicilik sporunun temel unsurunu oluşturmaktadır. Binicinin kendi isteğini ata iletmek, bunu sıralı bir şekilde yapmasının onun açısından fayda sağlayacağını anlatmak ve sonucunda bu durumu ona kendi isteği doğrultusunda kabul ettirmek, at terbiyesinin temel unsurlarıdır (Taton, 1935).

Eski Türklerde at, sağladığı beşeri imkânlar sayesinde insanların kendilerini başkalarına karşı üstün hissetmelerine sebep olmakla birlikte, süratli olması sebebiyle kısa zamanda istedikleri yere ulaşabilmelerini sağlamıştır (Sertkaya, 1995).

Göktürk kitabelerinde korkusuz ve mücadeleci insanların çoğunun hayatlarında ok, yay ve at ile ilişkili olduğu görülmüştür. Bu yazıtlarda, at ölümlerinden erlerin ölümü gibi bahsedilmektedir ve bu Türkler'in atı uyasallaştırdığı ve at ile bütünleştiğini gösteren bir anlatımdır (Güven, 1999).

Toplumlarda kültürlerin kuşaklar arasında aktarılması, başka toplumlara tanıtımı ve devamlılığının sağlanması açısından geleneksel sporların önemi büyüktür. Binicilik sporunun ülkemiz için önemli ata sporlarından biridir. Ülke genelinde yaygınlaştırılması ve geliştirilmesi, bu sporda ülkemizin başarıya ulaşması için tek yoldur. Nitelikli elemanlar, eğitmenler yetiştirmek, üniversitelerde bu branşa özgü programlar uygulamak, tesisleri çoğaltmak başarıya ulaşmak için alınması gereken tedbirlerin başında gelmektedir. Ülkelerin kalkınması, eğitilmiş bireylerin çok olmasına bağlıdır. Eğitim, kendilerine tanımlanan görevleri, en verimli şekilde yerine getirecek bireyler yetiştirir. Bugün binicilik, sanat, endüstri ve bilimin bir dalı olup, diğer tüm spor branşlarında olduğu gibi eğitimin ayrılmaz bir parçasıdır. Aynı zamanda zihinsel ve duygusal açıdan sağlıklı, yetenekli, sosyal, doğal bireylerin yetişmesi için en etkin araçlardan biridir. Sosyal bir olgu olarak toplumun birbiriyle kaynaşmasını sağlamakla birlikte, diğer toplumlarla yakınlaşmaya da olanak sunmaktadır (Temurlenk, 2000).

Binicilik günümüzde istihdam sağlama açısından endüstride de yerini almıştır. Bireylerin birçok farklı yönden gelişmesini, modern çağın yaygın hastalıklarına karşı insanların dirençlerinin artmasını sağlayan etkin bir vasıta olarak görülmektedir. Binicilik, özellikle genç nüfusun zararlı alışkanlıklardan ve faaliyetlerden uzak durmasını sağlayıp onları olumlu yöne kanalize eden, izleyene heyecan, coşku ve zevk veren, toplumları bütünleştirici, yabancılaşmadan uzak tutan, sosyalleştirici ve bütünleştirici bir eğitim aracıdır. Bir ülkede binicilik alanında yapılan faaliyetlerin gelişmesi, o ülkenin ekonomik gelişimiyle de doğru orantılıdır. Binicilik alanında uluslararası kazanılan başarılar, toplumun moral ve sevinç kaynağıdır (Temurlenk, 2000).

Binicilik, at ile insan arasında bir arkadaşlık ve bağ kurulmasını sağlar. Günümüzde zaman geçtikçe teknik hale gelen, insanların doğa ile iç içe olmasını sağlayarak fiziki ve ruhsal gelişimlerine katkıda bulunan binicilik, günümüzde soylu bir spor branşı olarak karşımıza çıkmaktadır. Dolayısıyla toplumların kültürel ve sosyal gelişimlerine büyük katkı sağlamaktadır. Atını ustaca yöneterek, zarif ve kıvrak hareketlerle ona yön vermek zorlu ve uzun bir çalışma sonucu ortaya çıkmaktadır. Binicilik atı, tam yerinde, güven içerisine, sakince ve yapılan işe uygun bir kuvvet harcatarak kullanma becerisi ve aynı zamanda sanattır. Her spor, bilim ve sanat alanında olduğu gibi binicilik te sürekli bir gelişim içerisindedir (Temurlenk, 2000).

Binicilik hissiyatı, kişiden kişiye değişiklik gösteren ve doğuştan getirilen bir yetenek olmasına rağmen, yapılacak olan çeşitli çalışmalar aracılığıyla geliştirilebilecek bir özelliktir. Atın gösterebileceği tepkileri öncesinde algılayarak duruma karşı hazırlıklı olma, onu bedenlen ve ruhen daha iyi ve çabuk anlama şeklinde kendini gösteren ve atla bütünleşme olarak tanımlanan bu his, binicinin aldığı eğitim sürecindeki devamlılığı ve ata olan yakınlığı ölçüsünde gelişme gösterir. Eğer bir binicinin atın üzerindeki oturuş pozisyonu iyi değilse, binici kendisini eyer üzerinde güvende hissetmez. Bu hissiyat hızlıca ata aktarılır (Temurlenk, 1996).

At üzerinde dururken yüksek bir hissiyat ve buna bağlı bir ahenk meydana gelir. Bu hisse yüksek derecede herkes sahip olabilir. Bir binicinin atın üzerinde oturuş pozisyonunun iyi olması, doğru oturuş tekniğine bağlı gibi görünse de gerçekte binici ve at arasındaki duygusal aktarımlara ve etkilere bağlıdır (Muzeler, 1973).

Ata biniş sırasında at ile binici arasında her zaman medeni ve nezih bir anlaşma yapılmalıdır. Atın kendisinden istenen hızlanma, yön değiştirme, yavaşlama, hareket etme, durma, atlama gibi hareket ve komutlar binicinin isteme şekli ve atın buna cevap vermesi hızlıca, estetik ve tereddütsüz şekilde olmalıdır. Eğer at binici tarafından istenen bu hareketleri beklenen zamanda ve doğru bir şekilde yapmıyorsa binicisinin ne istediğini tam olarak anlamamış, eğitim düzeyi olarak istenilen zihin ve kas gelişimine ulaşmamış veya o an için çeşitli sebeplerden dolayı bir rahatsızlık hissediyor olabilir (Bayley ve Davi, 1994).

Yapılan araştırmalar bir binicinin, atın ona itaat etmesi konusunda zorluk çıkarmasını istemiyorsa, kendi eğitimine zen göstermeli ve eğitim sürecine önce kendisinden başlanması gerektiğini göstermektedir. At ile iyi bir iletişim kurmak noktasında binicinin, vücudunun fonksiyonları ve onların at üzerinde doğru bir şekilde konumlandırılması, ata verdiği uyarı, komut ve yardımlar evrenseldir. Bu yardımların neler olduğunu, nerede ve nasıl kullanıldığını doğru bir şekilde bilmek ve uygulamak sabır gerektirir. At eğitimi konusunda bugüne kadar eğiticilerin edindiği tecrübeleri bir kenara bırakarak, onları göz ardı edip yeni arayışlar içerisine girmek boşa vakit geçmesine ve ciddi emek kaybına sebep olacağı söylenbilir.

At kendisine nasıl davranılırsa bu davranış şekli onun binicisine karşı olan davranışlarını da etkileyecektir. Ata karşı yapılan tereddüt etme, şiddet gösterme ya da sevgi gibi davranışlar olumlu ve olumsuz karşılık görür. Bir atın yapabileceği hareketleri en st seviyede yapması ve bunları yapma aşamasında kendisine ve binicisine karşı risk almaması eğiticisinin konuya ustaca yaklaşması ve kullandığı eğitim yöntemlerinin başarılı olması yani atın iyi eğitilmiş olmasıyla alakalıdır (Emiroğlu ve Yüksel, 2002).

At ile binicisi arasındaki etkileşme, her ikisinin de birbirine karşı görevlerinin olduğu karşılıklı bir süreçtir. Bu sistem içerisinde at, binicinin isteklerini yerine getirir. Binici isteklerini ata iletir, at ise bu duruma itaat etmelidir. Binici en uygun yöntemlerle isteklerini ata iletmelidir, iletim zorla olmamalıdır. Binici ata tereddütlü yaklaşmamalıdır. Ata uygun davranılmalıdır, aralarındaki uyumlu ilişki korunmalı ve devamlılığı sağlanmalıdır. Atın yapması istenilen hareketler hızlı bir şekilde ve içgüdüsel olarak tasarlandıktan sonra komutun seçilen doğru yöntemlerle ata kabul ettirilmesi ve atın kendi isteği ile bunları yapması önemlidir. Eğer binici atın durumuna uygun olmayan yöntemlerle istediği etkiyi yaratmaya çalışsa, at binicinin komutları ile bağdaşmayan bir tutum sergileyebilir. Atın binici tarafından yanlış yöntemle iletilmiş isteğine itaat etmesi beklenmemelidir.

At ve binici arasındaki doğru etkileşim, binicinin atının zihinsel ve fiziksel fonksiyonlarını çok iyi bilmesinden geçer. Binicilikte her iki taraf için de hissiyatın gelişmesinde en önemli faktör binicinin atın üzerinde doğru oturmasıdır. Binicinin atı doğru hissetmesi onun üzerinde doğru oturuş tekniği sergilenmesinden geçtiği, bu şekilde istenilen uyumun yakalanabildiği ve binicinin atına doğru olarak etki edebildiği söylenbilir.

Binicinin atın üzerinde uzun yıllar geçirmiş olması veya atın çok eğitimli olması, yanlış oturuş tekniğinin doğuracağı olumsuz koşullara engel olmadığı, yanlış tekniklerin kullanılmasıyla sistemin belli bir standardın üzerine çıkamamakla kalmayıp, gerilemeye de başladığı araştırmacıların yaptıkları gözlemler sonucu ortaya çıktığı belirtilebilir.

Türk tarihinde her dönemde güven kaynağı olan, sevilen, saygınlık kazanan ve ilgi gören at, kutsal sayılmış ve edebiyat, sanat ve müzik alanlarında da yerini almıştır. Atların Türkler tarafından M.Ö. 6. yüzyılda evcilleriştirildikleri tarih bilimciler tarafından belirtilmiştir. Atla ilgili her türlü malzemeyi bulup geliştiren Türkler'in benzersiz ve görkemli bir şekilde oluşturdukları atçılık kültürü dünyada büyük ilgi görmüş, adeta tüm dünyaya armağan edilmiştir (Güleç, 2006).

17. yy'ın başlarında, aydınlanma çağının başlangıcı olarak bilinen dönemde hayvanlar zihinsel engeli olan bireylerin ve çocukların sosyalleşme süreçlerine katkı sağlayan bir araç olarak kullanılmaya başlanmıştır (Serpell, 2010).

1790 yılında İngiltere'de, ruhsal olarak rahatsız olan hastaların öz kontrollerinin geliştirilmesinde tavşanlar ve tavuklar kullanılmıştır (Salotto, 2001).

Yine İngiltere'de 1830 yılında bir yardım kuruluşu ruhsal hastalıkları tedavi eden hastanelerde hayvanların olmasının bu tip kurumlardaki ortamların daha hoş olacağını söylemiştir (Serpell, 2010).

Florence Nightingale, kronik olarak teshisi konulmuş hastalıkları tedavi etmede evcil hayvanların hastalara iyi bir arkadaş olduğunu, Hemşirelik mesleği üzerine kitapta belirtmiştir (Serpell, 2010).

1867 yılında Almanya'da yapılan çalışmada atlar ve çiftlik hayvanlarının epilepsi tedavisi gören hastaların tedavi süreçlerine dahil edildiği görülmüştür. 1942'de Amerika Birleşik Devletleri Ordu Hava Birliği Dinlenme Hastanesi'nde hayvanlarla desteklenen tedavi biçiminin tıbbi tedavi yöntemleri ile karşılaştırıldığında daha huzur verici olduğu vurgulanmıştır (Bustad, 1980).

At desteği ile yapılan psikoterapi (equine-facilitated psychotherapy) yönteminde terapist yasal olarak eğitim almış olmalıdır. Bu terapi şekli atlar kullanılarak uygulanan bir terapi yöntemi olup, profesyonel eğitim almış terapistin geliştirdiği tedavinin sonuca ulaşması için terapötik yönden ilişki doğurur (Equine Facilitated Mental Health Association [EFMHA] 2011).

İnsanoğunun dünya üzerindeki varoluş sürecinden bu yana çeşitli coğrafya ve iklimlerde medeniyetler ve kültürler oluşturmakla birlikte sürecin en başında öncelikli olarak yaşayabilmek ve varlığını koruyabilmek için çevresel faktörlerle mücadele etmiştir. Farklı iklimlerde ve bölgelerde verilen ve uzun sürecek olan bu mücadelenin en önemli unsurlarından birinin de hayvanlar olduğu bilinmektedir. Yapılan araştırmalar sonucunda bir hayvana dokunmanın bireyde bir takım olumlu gelişmeler yarattığı belirtilmiştir.

Montagu (1978), bir hayvan ile temas etmenin ve ona dokunmanın bireylerde ruhsal ve fiziksel bir takım iyi oluş hali uyandırdığını belirtmiştir. (Bronson, 1987).

Diğer bir çalışmada ise hayvanların bireylerin motor ve becerilerinin gelişimine katkı sağladığı belirtilmiştir. Evcil bir hayvanı yürüyüşe götüren yaşlı kendisi için de yürüyüş egzersizi yapmış olur. Bu durum kişiyi kalp damar hastalıklarından korumakla birlikte Kan basıncının düzenlenmesine yardımcı olur. Aynı zamanda hayvanlar eğlence kaynağı olarak görüldüğünde bireylerin anksiyete sorunlarının azalmasına sebep olur. İletişim kurma süreçlerinde göz teması kurmalarını, kendi duygularını kolayca ifade edebilmelerini, empati kurma becerilerinin gelişimini, beden dilini kullanma becerisini arttırmaktadır (Anonim,2000).

1966 yılında Norveç'te bir klinikte fiziksel engelli hastaların fiziksel aktivite düzeylerini arttırmak amacıyla atlar ve köpekler kullanılmıştır. Başka bir çalışma ise 1901'de İngiltere'deki bir ortopedi hastanesinde yapılmıştır. Süreçte hastalar Ata bindirilerek hem fiziksel aktivite yaptırılmış hem de sosyal gelişimlerine destek olunmuştur. Evcil hayvanlar kullanılarak yapılan resmi ilk terapi yöntemi 1942 yılında Amerika'da Pawling Army Air Force Convalescent Hastanesi'nde gerçekleşmiştir. Bu çalışmada yaralı olan askerler ve fiziksel engeli bulunan hastalar hayvanların bakımı ile ilgili konularda desteklenmişlerdir (Tor, 1986).

Orhan Şaik Gökyay (1973), atın Türklerin hayatında başka hiçbir varlıkla ölçülemeyeceğinin önemini vurgulamış, atın sadece dünya üzerindeki bir silah arkadaşı olarak düşünülmemiş, öbür dünyada da her şekilde kendisinden yararlanıldığına inanılmış ayrı ve eşsiz bir varlık olduğunu, bu sebeple atın birçok efsanede, inançta, atasözünde destanlarda yani hayatın her sürecinde karşımıza çıkmasının olağan olduğunu belirtmiştir.

İnsanlık tarihindeki en büyük dönüm noktalarından biri atın kullanılması ve evcilleştirilmesidir ve bu durum tarih bilimciler tarafından uygarlık alameti olarak yorumlanmıştır (Karadoğan, 2003).

Mitolojide ve sonrasındaki birkaç yüzyıllık süreçte atlar genel olarak insanlara yardım eden varlıklar ve şifa kaynağı şeklinde betimlenmiştir. 19. yy'da at biniciliğinin nörolojik tanımı yapılmış bozukluklar ve birçok engel grubu için tedavi edici bir yöntem olarak yararlı olduğu ile ilgili bilimsel çalışmalar yapılmıştır (Bieber, 1983). Rehabilitasyon alanında tedavi yöntemi olarak kendisine konulan Poliomyelitis teşhisi üzerine, at biniciliğini kullanan Liz Hartel, günümüzde bu alanda yapılan çalışmalara da ışık tutmuştur.

İnsanların, özellikle çocukların üzerinde derin bir etkiye sahip olan büyük bir hayvan ile temas etme durumu özellikle hipoterapiye ihtiyaç duyan bireylerin duygusal deneyimlerini arttırmaktadır. At, binicisinin zihinsel faaliyetleriyle etkileşim kurarak çevresel faktörlerden daha fazla haberdar olmasını sağlar ve biniciye tutarlı tepkiler verir. uysal bir at ile sürüş keyfi yaşayan bireylerde dikkat ve daha iyi odaklanma süresinin uzadığı belirtilmektedir (Barba, 1995).

2.3. Duygusal Zekâ

Duygusal zekâ kavramına son yıllarda giderek artan bir yönelimin söz konusu olduğu, bu ilginin sebebinin özel yaşamda mutlu olamama, performans kaygısı gibi sebeplerle gelişen ve ilerleyen olumsuz duyguların pozitif yönde yönetilememesi olduğu bilinmektedir.

Günlük yaşantıda zekânın herkes tarafından bilinen bilişsel yanlarından ziyade, duygusal zekâyı geniş anlamda ele almak gerekirse sosyal ve duygusal boyutlarıyla da ele alınmasının önemli olduğu bilinmektedir.

Duygusal zekâ seviyesi yüksek bireylerin çalışma yaşamlarında duygusal zekâ seviyesi daha düşük olan bireylere göre yaşamlarında daha başarılı oldukları görülmüştür. Günümüzde IQ düzeyi bireylerin başarılı olmalarında tek başına yeterli olmamakla birlikte istenilen başarının sağlanması için belirli düzeyde EQ düzeyine de sahip olmaları gerekmektedir (Doğan ve Demiral, 2007).

Duygusal zekâ düzeyinin gelişim süreci ilk çocukluk döneminde gerçekleşmemekle birlikte kalıtsal olarak karşımıza çıktığı da tayin edilmemektedir. IQ düzeyinin genetik olarak sabit olmasının aksine EQ' nun öğrenilme ihtimali de fazladır (Yüksel, 2006).

Zekâ kavramının toplumsal olarak başarılı bir şekilde dönüştürülmesi, bireylerin diğer bireyler arasında kabul görmesi, iş yaşamında başarılı bir yol izlemesi için IQ' nun duygusal zekâ ile beslenmesinin gerekli olduğu düşünülmektedir (Oral, 2002).

2.3.1. Duygusal Zekâyâ Genel Bakış

Geçmişten günümüze bireyin başarısının ve işlevsel olmasının IQ ile orantılı olduğu bilinmektedir. Ancak son yıllarda duygusal zekânın da önemli rol oynadığı düşünülmektedir. IQ çoğunlukla kişinin zekâ ile ilgili fonksiyonlarını değerlendirmekle birlikte, duygusal zekâ tespit ve fonksiyonlarına ve duygusal senteze yönelik eğilimlerine katkı sağlamaktadır (Doğan, 2005).

Duygusal zekâyı akıllı olmanın başka bir türü olarak tanımlayan Goleman'a göre duygusal zekâ IQ'ya alternatif olarak değil ilave olarak yorumlanmıştır. En iyi olabilmenin koşulu olarak zekânın her iki türüne de ihtiyaç duyulmaktadır. Başarılı bir atılım için kalp ve akıl beraber çalışmalıdır (Konrad, 2001).

Zekâ katsayısı olarak bilinen IQ bireyin kavrama kabiliyetini ve beyin kapasitesini belirtir ve tesler ile ölçülebilir. Geçmişten günümüze yapılan çalışmalar zekânın genetik bir faktör olduğunu, doğumla birlikte sınırlarının çizildiğini göstermektedir. Basit tanımıyla duygusal zekâ ise duyguların zekice kullanılması şeklinde ifade edilmektedir. Duygusal zekâyı daha geniş kavramıyla başkalarının duygularını ve kendi duygularımızı tanıma, onları anlama, kendi motivasyonumuzu arttırma, empati kurma, ilişkilerimizde hislerimizi hayatımızı daha fazla zenginleştirecek şekilde düzenleme yetisi şeklinde tanımlayabiliriz. Duygusal zekâ hayatımızın her alanında yaşamımıza dair bir beceri olarak karşımıza çıkar. Çünkü tutumlarımız duygu, düşünce ve davranışlarımızı oluşturmaktadır (Rock, 1999).

IQ'dan farklı olarak duygusal zekâ yükseltilebilir ve geliştirilebilir. Bireyin zihinsel kapasitesini belirlemede zekâ, güvenilir ve değerli bir kavramdır. Günümüzde duygusal zekâ da bu kapasitenin gösterilmesinde önemlidir.

Kişi daima çevresiyle uyum ve etkileşim içerisinde. Bunun için doğuştan getirilen yetenekleri kullanır. Bu yetenekleri sürekli öğrenerek amaçlı bir şekilde organize eder ve beklenen nitelikleri kazanmak için uyum sağlamaya devam eder. Bu süre içerisinde rastlantılar sebebiyle gerçekleşen değişimlerin ortadan kaldırılması ve planlı olarak elde edilen kazanımlar sağlamak için yaşantıların amaca hizmet edecek şekilde düzenlenmesi gerekmektedir. Planlama sürecine giren kişi kendine özgü özellikleri keşfetmenin yanı sıra sosyal ilişkiler kurarak kendine güveni gelir. Böylece kendine özgü özellikler ile toplumdan farklı olduğunu hissederken geliştirdiği uyumlu ve dengeli ilişkiler sayesinde çevresi ile bütünleşebilir.

Duyguların zekâyı etkilediği düşünülen görüşler eskiye dayanmaktadır. Örneğin Plato'ya göre öğrenmelerin tümü duyuşsal temellere sahiptir. Vygotsky (1986) tarafından geliştirilen öğrenme kuramında öğrenme ve geliştirme sürecinde bilişsel yeteneklerin verimli ve etkili bir şekilde kullanılabilmesinde duyguların önemli rol oynadığını belirtmiştir. Çocuğun toplumla uyum içinde hareket etmesini sağlayan öğrenme, bilişsel bir davranış olarak kabul edilse de duyuşsal ve sosyal bir takım faktörlerden etkilenmektedir. Bunlara ek olarak topluma uyum sağlama yeteneği, çocuğun kendisi hakkında ve toplum ile ilgili düşünebilme, kendisinden farklı niteliklere sahip çocuklar ile iletişim kurabilme, problem çözme yeteneği geliştirme, hoşgörü sahibi olma gibi özelliklerinin olmasını

gerektirir. Bu gereklilik bireyin sosyal ve duygusal özelliklerini ön plana çıkarmasına olanak sağlar. Bütün bunlardan hareketle birey toplumla uyum sağlayacak öğrenme ortamının sosyal ve duygusal temellere sahip olduğu düşünülebilir. Planlı öğrenmenin gerçekleştiği ortamlar duygusal, sosyal yaşamışlıklarla doludur. Sınıf ortamlarındaki öğrenci ve öğretmen etkileşimleri buna örnek gösterilebilir. Bu etkileşimler öğrencinin öğrenmeye karşı kendini motive etmesi, öncesinde öğrenilmiş olan becerileri ve bilgileri hatırlaması gibi durumlarda kendini gösterir. Başka bir deyişle sosyal ve duygusal zekâ ve bilişsel kapasitenin etkin olarak kullanılabilmesinde belirleyici görev alırlar. Eğitim ortamlarında geliştirilen ve bilgiye dayalı olan amaçlı ve planlı öğrenmelerin başarıya ulaşması için sosyal ve duygusal becerilerin önemli rolü olduğu ve bu becerilerin önceden kazanılmış olmasının gerekliliğinin önemli olduğu düşünülebilir (Humphrey vd., 2007).

20. yüzyıl eğitim anlayışının, zihinsel becerilerin geliştirilmesi konusuna önem vermekle birlikte, toplumsal dönüşüm ile birlikte gelen sosyal, çevresel etmenler gibi bir takım etkilere yeterli düzeyde çözüm üretmediği görülmüştür. Bu eğitim anlayışı öğrencileri duygusal olarak zenginleşme açısından geride, duygusal olarak yaşanan bir takım zorlukları aşma yönünden yetersiz ve çevresiyle nitelik anlamında daha iyi ilişkiler kurmakta zorlanan bireyler haline getirmiştir. Bu sorunlar belirli bir eğitim sistemine ve ülkeye bağlı olmamakla birlikte evrensel bir özellik arz etmektedir (Espelage ve Swearer, 2003; Zeidner vd., 2002).

Duygusal ve sosyal becerileri kişilerin, yaşam başarısı, eğitim hayatı, iyi oluş düzeyleri ve zihinsel iyi oluş durumu üzerinde gözle görülür bir etkiye sahiptir. Bu sebeple sosyal yeteneklerin ve duygusal becerilerin belirli kavramlar çerçevesinde bilimsel yollarla nitelikli olarak sistemli bir şekilde yapılandırılması ihtiyacı ortaya çıkmıştır. Bu kavramların içinde duygusal zekâ kavramı en önemlilerindedir. Duygusal zekâ geçmişe dayalı olarak çoklu zekâ kuramının geliştiricisi Gardner'a dayanır. Gardner, duyuşsal ve sosyal özellikleri eğitim süreçlerinde teorik temellere oturtarak bunu 'Frames of the Mind' adlı eserinde ele almıştır. Gardner (1983) çoklu zekâ kuramında zekânın akıl yürütebilme, soyut düşünme, çevreyle uyum içerisinde hareket edebilme gibi tek boyutlu bir yapı olmadığını, bireyin duyuşsal ve sosyal becerilerinin zekâ kavramının içerisinde olduğunu, kişiler arası zekâ ve öze dönük zekâ olmak üzere sosyal ve duyuşsal özelliklere yönelik iki tür zekâ olduğunu ortaya koymuştur.

Duygusal zekâ, duyguları doğru yöntemler kullanarak anlama, bilişi geliştirecek şekilde düzenlemek ve üretebilmektir. Bu tanım duygu ve biliş arasında etkileşim olduğuna odaklanmış ve duygusal zekâ kavramını bir zekâ türü olarak nitelendirmiştir (Mayer ve Salovey, 1997).

Duygusal zekâ, psikoloji sözlüğünde bireylerin kendilerine ve başkalarına ait duyguları düzenleme, akıl yürütme becerisi olarak tanımlanmaktadır (Masaroğulları ve Koçakgöl, 2011).

Yapılan bu tanımlamalar doğrultusunda duygusal zekâ kavramı, duyguları alabilme, değerlendirebilme kabiliyeti ve düzenleme ve denetleme ile birlikte ifade edebilme yeteneği içeren bir tanımla karşımıza çıkmaktadır (Yaylacı, 2008).

Kişinin kendi duygularının ve yeteneklerinin farkında olması, yeteneklerini yenileyebilmesi ve gelişime açık olması, belirlediği hedeflere ulaşmada istekli olması, başarıya odaklanması, iletişim kurmaya elverişli olması ve karşılıklı anlayış, ikna kabiliyetinin yüksek olması şeklindeki yetenekleri de içermektedir (Bridge, 2003). Zekâ kavramı ile düşünüldüğünde, duygu kavramını da içeren bilişsel yeteneklerin ve duyguların koordineli bir şekilde kullanılmasını sağlayan bir kavramdır. Buradan hareket edildiğinde günlük hayatta karşılaşılan sorunların çözülmesinde, başarıya ulaşmasında ve mutlu bir yaşam sürmesinde yol gösterici bir kabiliyet, doğuştan getirilen, çocukluk ve yetişkinlik dönemiyle bireyin yaşamının sonraki aşamalarında kazanılan deneyimlerle birlikte bir çok özelliği içinde barındıran kişisel davranış ve tutumları ve iletişim becerilerini de kapsar. Aynı zamanda duygusal zekâ, bireyin iyi ve kötü arasındaki farkı yaşantıları içinde ayırt edebilmesi ve yaşanan iyi hisleri sürdürebilmesi, olumsuz yaşantıları olumluya çevirebilmesi, duygusal olarak güçlü yada geri planda kalmış yönlerinin farkına varabilmesi ve bu farkındalığını doğru karar almada kullanabilme tetenek ve becerisini hayatına adapte edebilmesidir (Kocayörük, 2004).

Duygusal zekâ, bireyin duygularının neler olduğunun farkına varıp, duygularını mantıklı bir çerçevede kullanması ve yaşam kalitesine katkıda bulunmasıdır. Bu farkındalık bireyin sağlıklı ilişkiler kurmasında profesyonel bir ağ oluşturmasında etkin rol almaktadır

(Üzel ve Hangül, 2012). Duygusal zekâsı yüksek kişiler çalışma yaşamlarında ekip halinde çalışma ruhunu etkili bir şekilde oluştururlar ve sosyal ilişkilerini verimli bir şekilde kullandıkları için çalışma performanslarını arttırlar. Ayrıca çalışma ortamlarında bulunmaktan mutluluk duyarlar ve bütün bu etmenlerle birlikte kar elde ettikleri bir yaşam sürdükleri gözlemlenmektedir (Altan, 1999).

Bireyin kendisi ve çevresi ile uyum içerisinde hareket edebilmesinde, duygusal zekânın önemli bir rol üstlendiğine vurgu yapan Konrad ve Hendl (2001) yaptıkları araştırmada duygusal zekâyı, kişinin kendisinin ve çevresinde bulunan diğer bireylerin motivasyon düzeyini arttırmak için soğukkanlı davranma, çaba gösterme gibi durumlardan oluşan nitelikli gelişim gösteren duygusal bir oluşum şeklinde ifade etmişlerdir.

Duygusal zekâ ile ilgili literatürdeki taramalara bakıldığında genel olarak duygusal zekâ; bireyin kendi duygularını ve başkalarının duygularını kontrol edebilme, duyguları düzenleme ve muhakeme etme yeteneği olarak ifade edilebilir. Yapılan tanımlamaların anlam karmaşası yaratmaktansa, duygusal zekânın daha net bir şekilde anlaşılmasına yardımcı olacağı düşünülmektedir.

2.3.2. Duygusal Zekânın Tanımları

Goleman (1995) tarafından duygusal zekâ kişinin kendisini harekete geçirebilmesi, zorluklara rağmen ilerleyebilmesi, dürtülerini kontrol edebilmesi ve bu sayede tatmin durumunu erteleyebilmesi, ruh halini düzenleyebilmesi, sıkıntılı durumlarda düşünme yeteneğinin engellenmesini önleyebilmesi, empati becerisine sahip olması ve iyimser olarak düşünebilmeye yönelik yetenekler bütünü olarak tanımlanmıştır. Goleman'ın tanımında duygusal zekâ bilişsel yönden, kişisel özelliklere dayalı ve sosyal açıdan farklı boyutlar içermektedir.

Bar-On (2006) ve Goleman (1995) duygusal zekânın sadece yetenekten ibaret bir yapı olmadığını belirtmişlerdir. Motivasyon, beceri, duygusal anlamda yeterli olma, kişilik gibi faktörlerle ilişkili olduğunu savunmaktadır ve bu yapıyı karışık model (mixed models) olarak adlandırmaktadır. Bu modellerde duygusal zekâyâ yönelik yeterlilikler kişilerin kendilerini samimi olarak değerlendirebilmesine (self-report) dayanır (Zeidner vd., 2009).

Weisinger (2006)'e göre duygusal açıdan zeki olma durumu, duygunun akli başarılı ve olumlu neticeler alacak şekilde yönlendirmesini, duyguların yerinde ve zamanında ifade edilebilmesini ve yansıtılmasını kapsar.

Bu tanımlar doğrultusunda duygusal zekâyâ ilişkin bir takım becerilerin geliştirilmesi sonucunda bireyin duygularını tanıma fırsatı olacağı, ifade edebileceği, öz-saygı düzeyinin yüksek olacağı, kendi var olan potansiyelini azami ölçüde kullanabileceği, diğer kişilerin duygularını daha iyi anlayabileceği, ilişkilerinde doyum düzeyinin yüksek olacağı, zor duygularla daha etkili şekilde baş edebileceği söylenebilir (Bar-On, 1997).

1983 yılında Çoklu Zekâ Kuramı'nı oluşturan Gardner'ın zekâ görüşünün de bir parçası olan duygusal zekâ çok yönlü ve çoğuldur. Gardner'a göre zekâ çok yönlü ve çoğuldur. Bu sebeple zekâyı sekiz türe ayırmıştır. Bu türlerden biri kişisel zekâdır. Kişisel zekâyı da kendi içinde kişinin kendisi (içsel zekâ) ve başkaları (kişiler arası zekâ) hakkında bilgi sahibi olması şeklinde ikiye ayırmıştır. İncelendiğinde içsel zekânın duygusal zekâ kavramına çok yakındır (Titrek, 2002).

Wayne Leon Payne 1985'te "A Study of Emotion: Developing Emotional Intelligence" (Duygular Üzerine Bir Çalışma: Duygusal Zekâyı Geliştirmek) adlı araştırmasında duygusal zekâ terimini kullanmıştır ve bu çalışma duygusal zekâ teriminin ilk akademik olarak görülmektedir. Payne tezinde, yaptığı çalışmanın duygusal zekâyı geliştirmek için bir kılavuz niteliğinde olmasını amaçlamıştır (Hein, 2005; Aksaraylı ve Özgen, 2008).

Wayne Leon Payne'nın yazdığı doktora tezinden sonra ilk kez duygusal zekâ kavramını 1990 yılında John Mayer ve Peter Salovey kullanmışlardır. Duygusal zekâyı düşünmeyi desteklemek için duyguları anlama ve daha iyi kullanma, duygusal iyi oluşu ve entelektüel açıdan gelişimi sağlayabilmek için duyguları düzenleme kabiliyeti olarak tanımlamışlardır. Bu tanımla birlikte duygular ile ilgili daha gerçekçi bir düşünme şekli olabileceği fikri doğmakta ve zekâ ve duygu arasında bir ilişki olduğu belirtilmektedir (Akt. Aşan ve Özyer, 2003).

Bütün bu tanımlara göre duygusal zekâyâ yönelik becerilerin geliştirilmesi sonucunda kişinin duygularını tanıyıp ifade edebileceği, kendi potansiyelinden maximum düzeyde yararlanabileceği, öz saygı seviyesinin yüksek olacağı, empati yeteneğinin gelişmiş olabileceği, başkaları ile olan ilişkilerinin doyum düzeyinin yüksek olabileceği ve karmaşık duygularla etkili bir şekilde mücadele edebileceği söylenebilir (Bar-On, 1997).

2.3.3. Duygusal Zekâ Modelleri ve Kavramsal Farklılıklar

İnsanın hayatında duyguların öneminin farkına varılmasının ardından bir çok duygusal zekâ modeli geliştirilmiştir. Kavramsal açıdan modeller incelendiğinde üç tane farklı model ortaya çıkmıştır. Bunlardan birincisi Mayer ve Salovey (1997) tarafından geliştirilen yetenek modeli, ikincisi Petrides (2001)'in kişilik özelliği modeli, üçüncüsü ise karışık modeldir.

Yetenek modeline göre duygusal zekânın duygusal ve bilişsel özelliklerin ve yeteneklerin birleşiminden oluştuğu öne sürülmektedir. Duygularla bağlantılı içsel süreçler bir zekâ türü olmakla birlikte öz varlık ve davranışlardan oluşan gözlenebilir veya ölçülebilir bilgilerden ziyade zihinsel bir performans çeşidi olarak görülmektedir. Bu modelde duygusal zekâyâ ait yetenekler, aşamaları sıralandırılmış olarak ve birbirine bağlı dört adet alt boyuttan oluşmaktadır.

Duyguları algılama boyutu olan birinci boyut, yüz ifadesi, ses tonu gibi duygusal olarak iletilmek istenilen mesajların şifrelerini çözmeyi içermekle birlikte, bireyin başkalarında gördüğü ve kendi yaşadığı duyguları saptayabilme yeteneğini içerir. Yetenek modelinde duyguları algılama, en alt seviyedeki duygusal zekâ yeteneği olarak kabul edilmektedir. İkinci boyut ise duyguları kullanma boyutudur. Bu boyut bilişsel işlevleri geliştirebilmek ve onları harekete geçirebilmek için bireyin duygularını kullanabilme becerisini geliştirir. Örneğin birey kendisini üzgün olarak ifade ettiğinde üzgün olma durumu bilişsel, üzgün olduğunu hissetme durumu ise duygusal öğeler içermektedir. Duyguları kullanma boyutu, duygularımızın bilişsel özelliklerimizi ne şekilde etkilediği ve bilişsel öğelerin duyguları olumlu yada olumsuz yönde ne düzeyde etkilediğini fark edebilme becerisi üzerine odaklanmaktadır. Duyguları anlama boyutu olan üçüncü boyut, duyguları anlamanın yanı sıra, duygular arasındaki karmaşık olan etkileşimi ve duygusal bilgiyi

anlamaya dönük olan yetenekleri kapsar. En üst seviyedeki duygusal zekâ yeteneği olan duyguları düzenleyebilme ve onları yönetebilme boyutu en son boyuttur ve kendi duygularını düzenleme ve yönetme yeteneğine ek olarak başkalarının duygularını düzenlemeye ve yönetmeye dönük beceriler içerir (Mayer ve Salovey, 1995; Mayer ve Salovey, 1997; Mayer vd., 2004).

Yetenek modelinde bebeklik dönemindeki mutluluk ve korku gibi duyguları içeren saf ve duygusal tepkiler sonraları bilişsel duruma ait bazı özellikleri kapsayabilirler. Bireyler zamanla geliştikçe, yaşadığı bir takım durumları anlamlandırabilmek ve bunların üstesinden gelebilmek için duygularını ve bilişsel özelliklerini bir arada kullanır ve bireylerin tepkileri karmaşık bir hal alır. Bilişsel niteliklere de sahip olan suçluluk, pişmanlık gibi duygular bu duruma örnek teşkil etmektedir (Mayer ve Salovey, 1995).

Duygusal zekâ alanında başka bir yaklaşım olan kişilik yaklaşımı (Trait Emotional Intelligence), Petrides (2001)'in yaptığı bir çalışmada geliştirilmiştir. Kişilik özellikleri yaklaşımına göre duygusal zekâ bir zekâ türü olmaktan ziyade bir kişilik özelliğidir ve duygusal zekâyı öz geri bildirimler yolu ile ölçülebilen duygular ile ilgili bir takım özellikler ve öz algılamalar şeklinde tanımlamaktadır. Bu yaklaşımda duygusal zekâna ait özellikler bireyin kişiliği içinde yer almaktadır. Duygusal olarak hissettiğimiz özellikler öznel ve nesnel olarak ölçülememektedir. Bu sebeple kişilik özellikleri yaklaşımında duygusal zekâyı ait özelliklerin ölçümü doğru, yanlış cevapların belirlendiği yetenek testleri yöntemiyle değil ancak katılımcıların kendi kendilerini değerlendirdiği kişilik testlerinde olduğu gibi, öz bildirim (self-report) yoluyla ölçülebilir.

Kişilik özellikleri yaklaşımı duygusal zekâyı 15 alt boyutlu bir yapı içinde ele alır. Bu boyutlar, kendine güvenme, uyumluluk, kendi duygularını anlama, başkalarının duygularını anlama, duyguları düzenleme, yönetme, ifade etme, düşük seviye dürtüsellik, ilişki kurma becerileri, öz saygı ve motivasyon, stres yönetimi, sosyal yeterlilik, mutluluk, iyimserlik ve empati kurabilme boyutlarıdır (Petrides ve Furnham, 2001).

Goleman'ın duygusal zekâ modeline göre duygusal zekâ, bilişsel zekâ da dahil olmak üzere bireyin sahip olduğu yeteneklerinin ne kadarından yararlanabileceğini belirler. Bu modelde bireyde var olan duygusal yeterlilikler büyük önem taşır. Goleman'ın duygusal zekâ modelinde duygusal yeterlilikler, duygusal zekâyâ bağlı olarak öğrenilmiş becerilerin bütünüdür. Goleman'ın duygusal zekâ modeli beş alt boyuttan oluşmaktadır. Birinci alt boyut olan öz farkındalık, bireyin kendi duygularını ortaya çıktığı şekliyle tanıyabilmesi olarak tanımlanırken, ikinci alt boyut duyguları yönetme (öz yönetim), bireyin kendi duygularını uygun şekilde ele alabilmesi, yönetebilmesi, güçlü olan duyguları ile etkili bir şekilde başa çıkabilmesi gibi becerileri içerir. Üçüncü alt boyut olan kendini motive edebilme, bireyin motive olmasını ve hedefe odaklanmasını sağlar. Başarıya odaklı olma, azimli ve iyimser olma, insiyatif alabilmeyi gerektirir. Dördüncü alt boyut, başkalarının duygularını bilme, empatidir. Bireyin karşısındaki kişinin ne hissettiğini ve dünyayı ne şekilde algıladığını anlayabilme olarak tanımlanır. İnsan ilişkileri açısından temel becerilerden birisi empatidir. Empatinin farklılıklara saygı duymanın en temel elemanı olduğu söylenebilir ve çocuk büyüme sürecinde etrafındaki kişilerin kendisinden farklı düşündüğünün ve hissettiğinin farkına varır. Goleman'ın duygusal zekâ modelinin beşinci alt boyutu başkalarıyla ilişkileri yürütebilme, sosyal becerileridir. Empati kurma becerisinin ötesinde başkalarıyla nitelikli ilişkiler kurabilmek için sosyal beceriler gereklidir. Bu sosyal beceriler, etkili iletişim kurma, karşısındakini etkileme, çatışma durumunu yönetebilme, liderlik yapabilme, işbirlikçi olma, takım halinde birlikte çalışabilme becerileri olarak sıralanabilir (Goleman, 1995).

Duygusal zekâyâ ait geliştirilen başka bir model ise Bar-On modelidir. Bar-On'un duygusal zekâ modeli de Goleman gibi karmaşık model olarak bilinmektedir. Bu modele göre duygusal zekâ bireyin kendisini anlama ve ifade etme, başkalarıyla ilişki kurma, dışarıdan gelen talepler ile başa çıkabilme gibi yeteneklerden oluşan, birbirleriyle bağlantılı olan sosyal ve duygusal yeterliliklerin bütünüdür. Bar-On modeli duygusal zekâyı, başkalarını ne derece iyi anladığımızı, ve onlarla ne kadar iyi ilişki kurabildiğimizi, sosyal çevremizden gelen taleplerle başa çıkabildiğimizi, kendimizi ifade edebilme becerimizi belirleyen sosyal-duygusal beceri ve yeterliliklerin kesişimi olarak görmektedir. Bu modele göre duygusal zekâ içsel beceriler, kişiler arası beceriler, uyum sağlama, stres yönetimi ve genel ruh hali olmak üzere beş alt boyuttan oluşmaktadır. Bu modelde duygusal olarak zeki olmak demek çevremizde gelişen değişikliklere karşı gerçekçi ve esnek bir şekilde uyum

sağlayabilmek ve aniden gelişen durumlarda sorunları çözebilme, doğru karar verme ve sorunlarla başa çıkabilme becerilerine ilişkin yeterliliğe sahip olabilme anlamını taşır. İçsel beceriler, bireylerin güçlü ve zayıf yanlarının farkına varabilme, duygularını ve düşüncelerini yapıcı olacak şekilde ifade edebilmesine yönelik yeterliliklerden oluşmakla birlikte dışsal beceriler yani kişiler arası dışsal boyut ise başkalarının duygularının farkına varma, işbirliğine dayalı yıkıcı olmayan ilişkiler kurma ve kurulan bu ilişkileri sürdürebilme beceri ve yeterliliklerinden oluşmaktadır (Bar-On, 1997; 2006).

Bu alt boyutların ele alınışları bakımından Bar-On duygusal zekâ modeli ile Goleman duygusal zekâ modeli arasında farklılıklar olduğu söylenebilir.

Duygusal zekâ modelleri tarafından ortaya konulan faktörler birbirleri ile örtüşmekle birlikte, hepsi bireyler arası ilişkilere, empati geliştirmeye, duyguların doğru bir şekilde hissedilip ifade edilmesine ve yönetimine vurgu yapmaktadır. Modeller arasındaki farklılığın ise duygusal zekâ özelliklerinin ölçme şeklinden ve duygusal zekânın kişilik ve biliş ile ilişkisinden dolayı olduğu yorumu yapılabilir (Chernis, 2004).

Duygusal zekâ ile ilgili yapılan araştırmalar, Karma Model ve Yetenek Modeli arasında kavramsal olarak farklılıklar olduğunu göstermektedir. Yetenek Modelinde (Salovey ve Mayer, 1990) duygusal zekânın, bireye özgü davranışlardan farklı bir zekâ çeşiti olarak değerlendirilmesi gerektiği savunulurken, buna karşıt olarak Goleman (1998) ve Bar-On (2005) Karma Duygusal Zekâ Modelinde duygusal zekâ, kişinin farklı bireysel özelliklerini beraberinde taşımasına destek olan bir niteliktedir. (Doğan ve Şahin, 2007). Bu duygusal zekâ modelinin doğru bir ölçüm şekli olmasının savunulması ile, farklı kişilik özellikleri güçlü, genel zekâ özellikleri ile güçsüz bir ilişkinin çıkması neticesinde iddianın zayıfladığı görülmüştür. Yetenek modeli ise duygusal zekâ ve genel zekânın birbiriyle bağlantılı ilişki içerisinde olduğunu ileri sürmüştür ve bu modelin bireylerin zekâ seviyelerinin belirlenmesinde doğru kullanılan bir ölçüm aracı olduğu düşünülmüştür.

Yetenek temelli olan ve gerçek düşüncelere sahip duygusal zekâ ile bilişsel özellikler arasında bir bağlantı var mı? Eğer bağlantı varsa bu durum kişilikten ayrı mı? Soruları yakın tarihte ortaya koyulmuştur ve bu konu ile ilgili daha bir çok araştırma yapılmasına ihtiyaç olduğu düşünülmektedir (Mayer vd., 2004).

Bazı araştırmacılar ve bilim insanları ise, bireyin sadece zihinsel becerilerinin seviyesini ölçen duygusal zekâ ölçümlerinin gruplandırılmasını savunmakta, bunun üzerine araştırmalar yapmakta ve tartışmaktadır (Doğan ve şahin, 2007).

İnsanlar sosyal varlıklardır. Biz çocuğun ebeveynlerinin sevgisine ve onu korumalarına olan ihtiyacı, doğumla birlikte gelişen sosyal duyguların bir belirtisidir. Yeni doğan bir bebeğin annesinin yanında olduğunu hissettiğinde duyduğu huzur ve güven sosyal bir davranış olarak nitelendirilir. Bir çocuğun korunmaya gereksinim duyması onu mecburi bir iş birliğine iter ve doğduğunda yetersiz olması çevresine sımsıkı sarılmasına sebep olur. Bu durum onun kendisini sosyal bir ortamın içinde bulmasına sebep olur. Çocukta gelişen bu sosyal olgu ömür boyu devam eder, bazı durumlarda evrensel bir nitelik taşımakla birlikte bazen de sınırlandırılabilir. Çocuk yaşam sürecinde hem kendisi olma hem de içinde bulunduğu topluma ait olma bilinciyle yaşar ve gelişir (Özbey, 2005).

2.3.4. Duygusal Zekânın Önemi

Yapılan araştırmalar sonucunda bireylerin başarılı ve mutlu olmalarında, hayatlarını yönlendirmelerinde zekânın etkisinin az olması ve bu durumun en belirgin sebeplerinden birinin, bireyin düşünme yeteneğinin zekâ ile sınırlandırılmış olup, motivasyon ve isteğin duygusal zekâ sayesinde ortaya çıktığı bilinmektedir.

Duygusal beceri sahibi çocuklar gerek okulda gerekse aile ortamında öğrenme ve başarılı olma duygularına karşı isteklidirler. Motivasyon sağlamada etkili merak, heyecan ve gurur duyma gibi bireyi pozitif yönde etkileyen duygulara sahip olmak çocukların hedeflerine ulaşmalarında kolaylık sağlar.

Aile içinde ve okulda duygusal zekânın kazandırılması, çocukların hayal kırıklıklarıyla başa çıkmalarına ve hayatlarındaki engelleri aşmalarında onlara yardımcı olur. Duygusal becerisi yüksek olan çocukların kendilerine zarar verecek davranışlardan kaçındıkları, kavga türü anlaşmazlıklara daha az girdikleri gözlemlenmiştir.

2.3.5. Duygusal Zekânın Geliştirilmesi

Duygusal zekâ, öğrenilebilir bir takım becerilerden oluşmaktadır ve yaş ilerledikçe gelişmektedir. Bireylerin ilerleyen yaşlarda çevrelerinde yaşanan olayları ve toplumsal ilişkileri daha dengeli bir şekilde değerlendirmeye başladıkları, etkin iletişim kurabildikleri, uyumlu ve kontrollü davrandıkları belirtilmektedir (Gürsoy, 2005).

Çocuklar bebeklik dönemlerinde pek çok durumdan etkilenirler. Çevreden gelen tepkilere göre hareket ederler. Kendileriyle ve içinde yaşadıkları dünyayla ilgili fikirler edinir, davranış ve tutumlarını bunlara göre geliştirirler. Çocuklar ebeveynlerinin ve hayatlarının ileriki dönemlerinde etkili olan yetişkinlerin onlara verdiği değerleri olduğu gibi alırlar.

2.3.6. Ailede Duygusal Zekânın Geliştirilmesi

Duygusal zekânın ilk edinildiği yer ailedir. Çocuğun duygusal yaşantısında anne ve baba davranışları kalıcı ve derin etkiler yaratır. Çocuğun duygusal ihtiyaçlarına karşılık vermeyen ve duygularını önemsemeyen anne ve babalar onların duygusal zekâ gelişimlerinin yanı sıra zihinsel gelişimlerine de engel olurlar.

Şiddet eğilimli çocuklar genellikle aileleri tarafından önemsenmemiş, sürekli eleştiriye maruz kalmış, ilgi gösterilmemiş, yeterince dinlenmemiş, anlaşılammış ve ceza yöntemiyle davranış bozuklukları giderilmeye çalışılmış çocuklardır. (Kansu, 2002).

Çocuklara kendilerini özel hissettirecek zaman ayırmak, önemsendiklerini, sevildiklerini hissettirmek onların özgüven gelişimine katkıda bulunacak ve başkalarıyla kurdukları ilişkilerin daha sağlıklı olmasını sağlayacaktır.

Aile içerisinde duyguları eleştirel olmadan dinlenip anlaşılan ve duygusal ihtiyaçlarına karşılık verilen çocuklar, anne ve babalarına karşı güven duyacaklar, zor durumda kaldıklarında bunu endişe etmeden paylaşacaklar ve onlardan rahatlıkla yardım alabileceklerdir (Becerren, 2002).

Okulda ve ailede mutlu ve eğlenceli ortamlar olmalıdır. Çocukların duygusal açıdan sağlıklı olmaları ile etkili öğrenme ve düşünme becerileri birbiriyle yakından ilişkilidir.

Çocuklara kendilerini güvende hissettikleri, mutluluk ve neşenin olduğu, korku ve hayal kırıklığının olmadığı ortamların sağlanması, onların öğrenme süreçlerini olumlu yönde etkileyecektir (Kansu, 2002).

Yapılan bilimsel çalışmalar, genetik yeterliklerin duygusal zekâyâ etkili olduğunu göstermektedir. Gelişimsel ve psikolojik araştırmalar ise duygusal zekâ gelişim sürecinde genetik alt yapılar kadar eğitimin de önemli bir rol üstlendiğini göstermektedir. Henüz çok fazla bilinmiyorsa da yapılan uygulama ve araştırmalar duygusal zekânın öğrenilebilir bir olgu olduğunu ortaya koymaktadır. Duygusal zekânın yaşla birlikte artış göstermesi de duygusal zeka ile ilgi önemle vurgulanmış başka bir konudur (Goleman, 1998).

Çocuklar okul çağına geldiklerinde ailelerinde edindikleri alışkanlıkları, kendisi ve diğer kişilerden edindikleri inançları, davranışları beraberinde getirirler. Çocukların birbirinden farklı olmasının okulda çatışma ve anlaşmazlıklara sebep olması doğaldır. Okulda yaşanan duygusal sıkıntıların ve uyumsuz ilişkilerin, çocukların çatışma durumlarında problem çözme becerilerinin yeterince gelişmemiş olmasından kaynaklandığı bilinmektedir.

Duygusal zekâ gelişiminde öğretmenlerin ve okulun rolü büyüktür, çocuklar arasında anlaşmazlık ve çatışma olması durumlarını engellemek için, onların duygusal ve sosyal becerilerinin geliştirilmesi noktasında desteklenmelidirler (Kansu, 2002).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

9-14 yaş dönemindeki çocukların, at ile dokunsal temas etme, göz teması kurma, iletişim kurma, ata biniş, attan iniş, atın bakımı gibi aşamalardan geçen bir eğitim sürecinin duygusal zekâya etkisinin incelendiği çalışmada, araştırmaya katılan çocukların, mevcut duygusal zekâ durumları ve uygulamalar sonrası duygusal zekâlarındaki gelişim incelenmiştir. Bu bölümde araştırma modeli, evren ve örneklem seçimi, veri toplama, verilerin analizi ve yorumlanması, üzerinde durulmuştur.

3.1. Araştırma Yöntemi

Bu çalışmada Çanakkale ili, Ulupınar Köyü’de bulunan Safkan At Çiftliği’nde boş zamanlarında eğitim gören 9-14 yaş aralığındaki çocukların duygusal zekâ düzeylerini belirlemek için Küçükkaragöz ve Kocabaş (2012) tarafından geliştirilen ve toplamda 18 maddeden oluşan “Çocuklar için Duygusal Zekâ Ölçeği” kullanılmıştır. Grupların demografik özelliklerini belirlemek amacıyla da kişisel bilgi formu uygulanmıştır.

Araştırmada bir deney ve bir kontrol grubuna ihtiyaç duyulmuştur. Deney ve Kontrol gruplarının belirlenmesinden sonra ön test olarak uygulanan DZÖ puanlarının gruplara göre farklılaşp farklılaşmadığına bakılmıştır. Grupların ön test duygusal zekâları alt boyutları arasında anlamlı bir farklılık olup olmadığını belirlemek için bağımsız gruplar t-testi analizi yapılmıştır.

3.2. Araştırma Modeli

Bu araştırmada deneysel modellerden biri olan “ön-test, son-test kontrol gruplu yarı deneysel desen” kullanılmıştır (Büyüköztürk, vd., 2008).

Bu araştırma deseni deneysel araştırma sürecinde deney ve kontrol grubu şeklinde adlandırılan iki farklı grubun araştırmaya dahil olması, deney grubunun işlem sürecine dahil edilmesi sonrasında elde edilen sonuçların her iki grubun sonuçlarıyla karşılaştırılmasının ardından oluşan istatistiksel bir yöntemdir (Ekiz, 2009).

Bu modelde bir grup deney, diğler grup kontrol olacak şekilde iki grup bulunur. İki gruba da deney öncesi ve sonrası ölçümler yapılır. Bu araştırma modelinde ön testlerin yapılması, grupların deney öncesi benzerliklerinin bilinmesinde ve son test sonuçlarının da ön test sonuçlarına göre belirlenmeside yardımcı olur (Karasar, 2003).

Araştırmanın bir bağımsız değişkeni bir bağımlı değişkeni vardır. Bağımsız değişken boş zaman faaliyeti olarak yapılan binicilik eğitimi programıyken, bağımlı değişken duygusal zekâ düzeyidir. Duygusal zeka düzeyi değişkenine ilişkin ölçme araçları binicilik eğitimi öncesi ön test ve binicilik eğitimi sonrası son test olarak uygulanmıştır. Eğitim sadece deney grubunda olan çocuklara uygulanmış olup kontrol grubuna herhangi bir eğitim uygulanmamıştır.

3.3. Araştırma Evreni ve Örneklem Seçimi

Araştırmamızın evrenini Çanakkale Merkez Ulupınar Köyü Safkan At Çiftliği'nde serbest zamanlarında binicilik eğitimi gören 22 deney grubu çocuk ve rastgele belirlenmiş ve hiç binicilik eğitimi almamış 32 kontrol grubu çocuk oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini toplamda 54 çocuk olarak belirlenmiştir. Araştırma grubundaki öğrencilerin yaşları 9-14 yaş aralığında değişmektedir.

3.4. Veri Toplama Süreci

Araştırmanın gerçekleştirilmesi için etik onay alındıktan sonra araştırmacının Çanakkale İli Merkez Ulupınar Köyü'nde bulunan Safkan At Çiftliği'nde bulunması suretiyle eğitime gelen veliler ile görüşülmüştür. Görüşmelerde araştırmanın amacı, süresi, uygulanacak olan ölçek, binicilik eğitiminin faydaları hakkında bilgilendirme yapılmıştır. Bilgi verildikten sonra, katılmayı kabul eden çocuk ve velilerinden bireysel onam alınmıştır. Araştırma verileri, eğitim süreci başlamadan hemen önce (ön-test) ve eğitim sürecinin bitimini takip eden 10 ders saati bitiminin hemen ardından (son test) toplanmıştır. Çocuklara eğitim sürecinde uyulması gereken kurallar açıklandıktan sonra, ön test - son testler araştırmacı tarafından gerçekleştirilmiştir. Tüm eğitimler Safkan At Çiftliği'nde

gerçekleştirilmiştir. Eğitimler çiftlikte bulunan antrenör ve eğitimler tarafından yürütülmüştür.

Araştırma katılımcıları, Safkan At Çiftliği'nde eğitim göreceğ olan çocuklardan seçilmiştir. Öğrencilere duygusal zekâ ölçeğ uygulandıktan önce ölçek ile ilgili bilgi verilmiştir. Çalışma kapsamında deney grubu binicilik eğitimi alan gruba ata biniş tekniklerinin yanı sıra doğruluk, atı anlamaya yönelik empati, onun ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik merhamet ve sorumluluk gibi davranışların kazandırılmasına yönelik sözlü yönergeler verilmiştir, kontrol grubuna bu uygulamalar yapılmamıştır. Araştırmada çocukların duygusal zekâ durumlarına ilişkin bilgi edinmek amacıyla ön test ve son test olarak “Duygusal Zekâ Ölçeğ ve Kişisel Bilgi Formu” uygulanmıştır. Ayrıca deney grubuna yönelik eğitim uygulamaları yapılmıştır. Aynı test uygulamalar sonunda son test olarak tekrar uygulanmıştır.

3.4.1. Binicilik Ders Planı

Araştırma grubu çocuklarına verilen binicilik eğitimi ders planı aşağıdaki tabloda belirtilmiştir.

Tablo 1

Binicilik planı

İlk 3 Ders	
Hazırlık Aşaması	Atla doğru iletişim kurma, ata yaklaşma, atın binişe hazır hale getirilmesi (kapatma), binicinin hazırlanması, kıyafetlerin giyilmesi ve gerekliliği bilgisi, ekipman ve güvenlik kontrollerinin yapılması (antrenör eşliğinde)
Isınma	Yedekte at ile yürüyüş, binicinin ısınma hareketleri
Ana Evre	At binme ve inme, at üzerindeki doğru vaziyet ve uyum tekniklerinin anlatımı ve uygulaması, atla iletişim kurmada uyarı ve yardım, lonj ile kolyeli ve kolyesiz denge uyum çalışmaları, serbestte dizgin ile adeta harekete geçirme ve durdurma çalışmaları, lonjda kolyeli süratlilde uyum çalışmaları (otur-kalk hareketleri), serbest alanda yedekte orman turu
Bitiş Evresi	Manejden çıkış, kontrollü (yedekte) bir şekilde atın ahıra götürülmesi, at ve binici ekipmanlarının çıkarılması, atın tımar ve bakımı ve yerine konulması
Genel Bilgiler	Atın tanıtımı, Atların davranış şekilleri, ata nasıl yaklaşılır, ata yaklaşırken tehlikeli olabilecek durumlar, genel binici özellikleri, at ve binici ekipman tanıtımı, at bakımı malzeme tanıtımı, tımar ekipmanları ve bakımı, temizliği, tesis düzeni, atlarda beslenme, manej kuralları, tertip ve düzeni, ata ilk biniş çalışma kuralları, oturuşta yapılan hatalar, ata biniş ve attan inişte yapılması gerekenler, adeta da biniş, yön değiştirme ve dönüşler, binişten sonra yapılması gerekenler.

Tablo 1 'in devamı

4-6 'ıncı Ders			
Hazırlık Aşaması	Atla doğru iletişim kurma, ata yaklaşma, atın binişe hazır hale getirilmesi (kapatma), binicinin hazırlanması, kıyafetlerin giyilmesi ve gerekliliği bilgisi, ekipman ve güvenlik kontrollerinin yapılması (antrenör eşliğinde)		
Isınma	Yedekte at ile yürüyüş, binicinin ısınma hareketleri		
	4. Ders	5. Ders	6. Ders
Ana Evre	Serbestte dizgin kontrolünde adeta yönlendirme çalışmaları, biniş çalışmaları, lonjda süratlilde denge çalışmaları (el bırakma, el değiştirme), serbest alanda yedekte orman turu	Serbestte dizgin kontrolünde adeta yönlendirme çalışmaları, lonjda süratlilde ayak değiştirme, adi süratli ve sportif duruş (Anavan) anlatımı ve çalışmaları, serbest alanda yedekte orman turu	Serbestte dizgin ile adeta, lonjda dizgin ile süratli çalışmaları (el-vücut koordinasyonu), serbest alanda yedekte orman turu
Bitiş Evresi	Manejden çıkış, kontrollü (yedekte) bir şekilde atın ahıra götürülmesi, at ve binici ekipmanlarının çıkarılması, atın tımar ve bakımı ve yerine konulması		
Genel Bilgiler	Binicilik ile ilgili genel bilgilendirmeler, binicinin sahip olması gereken özellikler, sağlıklı bir atın ruhsal ve fiziksel özellikleri, at bakım süreci, ekip ile birlikte çalışmanın önemi, ata yardım almadan binmek ve attan inmek, atların yedekte götürülmesi, atların yürüyüş çeşitleri, ata oturuş şekilleri, temel uyarılar, temel yardımlar, yardımcı uyarı ve yardım şekilleri, ata biniş sırasında denge, uyum ve yumuşaklık, binişte uyarı ve yardımların birlikte kullanımı, süratli binişte teknik çalışmalar ve dönüşler		

Tablo 1 'in devamı

7-10 'uncu Ders			
Hazırlık Aşamaları	Atla doğru iletişim kurma, ata yaklaşma, atın binişe hazır hale getirilmesi (kapatma), binicinin hazırlanması, kıyafetlerin giyilmesi ve gerekliliği bilgisi, ekipman ve güvenlik kontrollerinin yapılması (antrenör gözetiminde)		
Isınma	Yedekte at ile yürüyüş, binicinin ısınma hareketleri		
	7. Ders	8. Ders	9. ve 10. Ders
Ana Evre	Serbestte dizgin ile adeta, lonjda dizgin ile süratli çalışmaları (el-vücut koordinasyonu), serbest alanda yedekte orman turu	Serbestte süratli çalışmaları, adeta-süratli geçişleri, antrenör gözetiminde serbest alanda, ormanda biniş	Serbestte süratli çalışmaları, adeta-süratli geçişleri, Serbestte süratlilde daire, yan değiştirme çalışmaları, antrenör gözetiminde serbest alanda, ormanda biniş
Bitiş Evresi	Manejden çıkış, kontrollü (yedekte) bir şekilde atın ahıra götürülmesi, at ve binici ekipmanlarının çıkarılması, atın tımar ve bakımı ve yerine konulması		
Genel Bilgiler	Binicilik ile ilgili genel bilgilendirmeler, binicinin sahip olması gereken özellikler, sağlıklı bir atın ruhsal ve fiziksel özellikleri, at bakım süreci, ekip ile birlikte çalışmanın önemi, ata yardım almadan binmek ve attan inmek, atların yedekte götürülmesi, atların yürüyüş çeşitleri, ata oturuş şekilleri, temel uyarılar, temel yardımlar, yardımcı uyarı ve yardım şekilleri, ata biniş sırasında denge, uyum ve yumuşaklık, binişte uyarı ve yardımların birlikte kullanımı, süratli binişte teknik çalışmalar ve dönüşler		

3.5. İstatiksel Analiz

Araştırmada, bağımsız değişkenlerin (Binicilik eğitimi alan çocukların), bağımlı değişkenler (duygusal zekâ) üzerindeki etkilerini ortaya çıkarması açısından bakıldığında araştırmada nicel araştırma yöntemi kullanılmıştır, deneysel bir modeldir. Bu model, ön test-son test karşılaştırma gruplu yarı deneysel desen kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmada 9-14 yaş grubu çocukların ilgili konu çerçevesinde binicilik eğitiminin duygusal zekâyâ etki düzeyinin incelenmesi amacı ile biri deney ve diğeri karşılaştırma grubu olmak üzere iki farklı grup belirlenmiştir. Yapılan eğitim, deney grubu çocuklarda

gerçekleştirilirken, karşılaştırma grubunu ise, binicilik eğitimi almayan grubu temsil etmektedir.

Araştırmaya katılan çocukların demografik özelliklerini ortaya koymak amacıyla kişisel bilgi formu hazırlanmıştır. Demografik özelliklerin duygusal zekâ skorları üzerinde bir etkisi olup olmadığını ortaya koymak amacıyla ve verilerin normal dağılımı da göz önünde bulundurularak farklılık testleri uygulanmıştır.

Duygusal Zekâ Ölçeği'nin madde ve güvenirlik analizlerinde Cronbach-Alfa testi uygulanmıştır.

Yapılan bu çalışmada veri toplama aracı olarak kullanılan ölçeğin katılımcılara uygulanıp toplanmasından sonra elde edilen veriler veriler SPSS 20 paket programında, Paired Samples t-testi ve One Way Anova kullanılarak cinsiyet, anne-baba eğitim durumu, gelir düzeyi değişkenleri açısından istatistiksel olarak analiz edilmiştir. Araştırmada anlamlılık değeri $P < 0,05$ kabul edilmiştir.

3.6. Araştırmanın Sınırlılıkları

Bu araştırmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. Araştırma, Çanakkale İli Merkez Ulupınar Köyü Safkan At Çiftliğinde binicilik eğitimi gören 9-14 yaş grubu çocuklarla sınırlandırılmıştır. Bu sınırlandırma dışındaki diğer yaş grubundaki çocuklar dahil edilmemiştir. Süreç, yöntem bölümünde verilen test, ölçüm ve değerlendirmeler ile sınırlandırılmıştır. Elde edilen veriler bu araştırmaya katılan çocuklardan elde edilen veriler ile sınırlıdır. Çocukların binicilik eğitimi dışındaki boş zaman değerlendirme faaliyetleri, evcil hayvanlarının olup olmadığı, uyku ve beslenme rutinleri değerlendirilmemiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

ARAŞTIRMA BULGULARI

Tablo 2

Araştırma örnekleminin bazı demografik özelliklerine dair frekans ve yüzdeleri

Cinsiyet	Kategori	N	%
	Kız	36	66,7
	Erkek	18	33,3
Aile Eğitim Düzeyi	Ortaöğretim	3	5,6
	Ön lisans	13	24,1
	Lisans	29	53,7
	Lisansüstü	9	16,7
Aile Gelir Düzeyi	10000-12500	1	1,19
	12501-15000	4	7,4
	15001-17250	14	25,9
	17251 ve üzeri	35	64,8
Toplam		54	100

Örnekleminin; cinsiyet değişkenini; %66,7'sini kız öğrenciler, %33,3'ünü erkek öğrenciler oluşturmaktadır. Aile Eğitim düzeyi değişkenini; %5,6'sını Ortaöğretim, 24,1 Ön lisans, 53,7 Lisans ve 16,7 Yüksek Lisans ve üstü oluşturmaktadır. Aile Gelir düzeyi değişkenini 10000-12500 arası %1,19, 12501-15000 arası %7,4, 15001-17250 arası %25,9, 17251 ve üzeri %64,8'ini oluşturmaktadır.

Tablo 3

Çocuklar için duygusal zekâ ölçeğinin güvenilirliğine dair cronbach's alfa değerleri

Duygusal Zekâ Ölçeği Alt Boyutları	Alt Boyutlar Ölçeğin Cronbach's Alfa Değerleri	Araştırma Grubundaki Cronbach's Alfa Değerleri
Duyguları yönetme	0,84	0,85
Empati	0,72	0,74
Duygusal farkındalık	0,60	0,61
Motivasyon	0,59	0,62
Toplam	0,72	0,74

Ölçek alt faktörlerinin Cronbach Alpha güvenilirlik sonuçlarından duyguları yönetme(atılmanlık): 0,84; empati: 0,72; duygusal farkındalık: 0,60; motivasyon: 0,59 olarak belirlenmiştir. 18 maddelik çocuklarda duygusal zekâ ölçeğinin cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0,72 olarak saptanmıştır.

Araştırma grubundaki alt faktörlerin cronbach alfa güvenilirlik sonuçlarından duyguları yönetme(atılmanlık): 0,85; empati: 0,74; duygusal farkındalık: 0,61; motivasyon: 0,62 olarak belirlenmiştir. Cronbach alfa güvenilirlik katsayısı 0,74'tür.

Tablo 4

Çocukların duygusal zekâ değişkenlerinin aritmetik ortalama, ortanca, tepe değer, standart sapma, çarpıklık ve basıklık katsayısı değerleri

Duygusal zekâ düzeyi	Değişkenler	Aritmetik Ortalama	Ortanca	Tepe Değer	Standart Sapma	Çarpıklık Katsayısı	Basıklık Katsayısı
Duygusal Farkındalık	Duyguları Yönetme	8,6852	9,0	9,0	2,20483	-0,44	-0,36
Empati		13,5370	13,5	14,0	2,40057	0,60	0,48
Motivasyon		8,7963	8,0	6,0	2,52818	0,31	-0,79
Duyguları Yönetme		8,3148	8,0	7,0	2,03576	-0,18	-0,68

Aritmetik ortalama, mod ve medyanın eşit ya da yakın olması çarpıklık katsayılarının ± 1 sınırları içinde 0'a yakın olması, normal dağılımın varlığına kanıt olarak değerlendirilmektedir (Tabachnick ve Fidel, 1996). Büyüköztürk (2013)"e göre çarpıklık katsayısı ± 1 sınırları içerisinde kalmasına göre puanların normal dağılımdan farklı bir sapma göstermediği yorumu yapılabilir. Ayrıca aritmetik ortalama, ortanca ve mod değerinin birbirine yaklaşmasının normal dağılımdan aşırı uzaklaşmadığının göstergesi olarak kabul edilebilir. Yapılan açıklamalar sonucunda, değişkenlerin yukarıdaki tabloda belirtilen aritmetik ortalama, ortanca, tepe değer, çarpıklık katsayıları açısından bakıldığında araştırmada toplanan verilerin normal dağılım gösterdiği söylenebilir. Bu sebeple verilerin analiz edilmesinde parametrik testlerden Independent-Samples T Testi kullanılması uygun görülmüştür.

Tablo 5
Araştırma grubunun tanımlayıcı özellikleri

Duygusal Zekâ Alt Boyutları	N		Mean		Std.Sapma	
	Kız	Erkek	Kız	Erkek	Kız	Erkek
Duygusal Farkındalık	4	18	13,75	9,11	1,70	2,37
Empati	4	18	18,50	14,00	3,10	1,97
Motivasyon	4	18	14,25	10,33	2,36	2,22
Duyguları Yönetme	4	18	9,0	5,72	,81	2,34

Tablo 5'te katılımcıların tanımlayıcı özellikleri verilmiştir. Kızların Duygusal Farkındalık Ortalamaları $13,75 \pm 1,70$, Erkeklerin $9,11 \pm 2,37$, Kızların Empati ortalamaları $18,50 \pm 3,10$, Erkeklerin $14,00 \pm 1,97$, Kızların Motivasyon ortalamaları $14,25 \pm 2,36$, Erkeklerin $10,33 \pm 2,22$, Kızların duyguları yönetme ortalamaları $9,0 \pm ,81$, Erkeklerin $5,72 \pm 2,34$ olarak ölçülmüştür

Tablo 6

Deney ve kontrol gruplarının ön test ve son test puanlarına ilişkin bulgular

<u>Ön Test</u>	N	Ortalama	Std. Sapma	sig
Deney	22	38,81	4,57	,362
Kontrol	32	39,68	4,19	
<u>Son Test</u>	N	Ortalama	Std. Sapma	sig
Deney	22	42,13	8,05	,000
Kontrol	32	39,59	3,77	

Yukarıdaki tablo incelendiğinde; deney grubu öğrencilerinin ön test puanları ile kontrol grubu öğrencilerinin ön test puanları arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir (sig.,362, $p > .05$). Bu durum, deney ve kontrol gruplarının, birbirlerine denk olduğu anlamına gelmektedir. Deney grubu çocukların son test puanları ile kontrol grubu çocukların son test puanları arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu tespit edilmiştir (sig.,000, $p < .05$). Bu durum, deney ve kontrol grupların son test puanları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 7

Kontrol grubu ön test-son test ve deney grubu ön test-son test puanlarına ilişkin bulgular

Kontrol Grubu	N	Ortalama	Std. Sapma	sig
Ön Test	32	0,9375	1,57	,738
Son Test	32			
Deney Grubu	N	Ortalama	Std. Sapma	sig
Ön Test	22	-3,31818	3,65	,000
Son Test	22			

Yukarıdaki tablo incelendiğinde, Kontrol grubu ön test- son test değerleri incelendiğinde anlamlı bir fark görülmemiş ($p > 0,05$), Deney grubun ön test- son test değerleri incelendiğinde ise anlamlı bir fark görülmüştür ($p < 0,05$).

Tablo 8

Cinsiyet değişkeni açısından ölçülen özelliklerin analiz

Duygusal Zekâ Alt Boyutları	N		Mean		Std.Sapma		t	p
	Kız	Erkek	Kız	Erkek	Kız	Erkek		
Duygusal Farkındalık	4	18	13,75	9,11	1,70	2,37	3,671	,002
Empati	4	18	18,50	14,00	3,10	1,97	3,735	,001
Motivasyon	4	18	14,25	10,33	2,36	2,22	3,157	,005
Duyguları Yönetme	4	18	9,0	5,72	,81	2,34	2,712	,013

Tablo 8’de katılımcıların cinsiyet değişkeni açısından ölçülen özelliklerinin analizi verilmiştir. Katılımcıların duygusal farkındalık ve empati alt boyutları ile cinsiyet özellikleri karşılaştırıldığında kız çocukların duygusal farkındalık ve empati alt boyutu ile erkekler arasında anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilirken ($p < 0,05$) diğer alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılığa rastlanılmamıştır.

Tablo 9

Aile gelir düzeyi değişkeni açısından ölçülen özelliklerin analizi

Duygusal Zekâ Alt Boyutları	Aile Gelir Düzeyi	N	Ort.	Std. Sapma	f	p
Duygusal	Düşük	2	6,0000	1,41421		
Farkındalık	Orta	5	7,6000	2,70185	,263	,771
	Yüksek	15	9,3333	1,54303		
Empati	Düşük	2	11,0000	,00000		
	Orta	5	14,4000	3,36155	2,583	,102
	Yüksek	15	13,4667	2,16685		
Motivasyon	Düşük	2	6,0000	,00000		
	Orta	5	10,2000	1,48324	3,289	,059
	Yüksek	15	8,0000	2,85357		
Duyguları	Düşük	2	10,0000	1,41421		
Yönetme	Orta	5	7,6000	2,50998	,436	,653
	Yüksek	15	8,4667	1,95911		

Tablo 9’da ailelerin gelir düzeylerine göre duygusal zekâ alt boyutların özelliklerini analizi verilmiştir. Analize göre özelliklerde ve Aile gelir düzeyi bazında herhangi bir anlamlı farklılık ortaya çıkmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 10

Aile eğitim düzeyi değişkeni açısından ölçülen özelliklerin analizi

Duygusal Zekâ	Aile	N	Ort.	Std.	f	p
Alt Boyutları	Eğitim			Sapma		
	Düzeyi					
Duygusal	Düşük	11	8,4545	2,20743	3,826	,040
Farkındalık	Orta	9	11,3333	3,08221		
	Yüksek	2	12,0000	,00000		
Empati	Düşük	11	13,0909	1,70027	6,643	,006
	Orta	9	16,6667	2,82843		
	Yüksek	2	16,0000	1,41421		
Motivasyon	Düşük	11	9,2727	1,79393	8,791	,002
	Orta	9	12,5556	2,35112		
	Yüksek	2	14,0000	1,41421		
Duyguları	Düşük	11	5,3636	2,46060	1,870	,181
Yönetme	Orta	9	7,4444	2,35112		
	Yüksek	2	6,5000	2,49545		

Tablo 10’da ailelerin eğitim düzeylerine göre duygusal zekâ alt boyutların özelliklerini analizi verilmiştir. Analize göre özelliklerde ve Aile eğitim düzeyi bazında motivasyon alt boyutunda anlamlı farklılık gözlenmiş ($p < 0.05$), ancak diğer alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılık ortaya çıkmamıştır ($p > 0.05$).

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu bölümde, yapılan araştırma bulgularının değerlendirilerek tartışılması, mevcut araştırma bulguları ile kuramsal çerçevede verilmiş olan araştırmalar arasındaki benzerlikler ve farklılıkların ortaya konularak yorumlanması ve ileride bu konuda yapılacak araştırmalar, araştırmacılar, eğitimciler ve binicilik antrenörleri için öneriler getirilmesine çalışılmıştır.

5.1. Tartışma

Bu çalışma 9-14 yaş grubu binicilik eğitimi alan çocukların eğitim öncesi ve sonrası duygusal zekâ düzeylerini ölçmek amacıyla yapılmıştır. Ek olarak çocukların duygusal zekâ düzeyleri farklı değişkenler açısından incelenmiştir.

Modern çağda değişen ve gelişen teknoloji, gelişim çağında olan çocukları etkilemiştir. Bu durum çocuklarda düşük fiziksel aktivite düzeyi oluşmasına ve onların duygusal ve sosyal anlamda geri kalmalarına sebep olmuştur.

Yapılan çalışmanın, uygulanan binicilik eğitimi sürecinde yapılan hareketlerin ve verilen yönergelerin karmaşıklığı, çocukların ata yaklaşırken sessiz ve sakin olmaları gerektiği, ifadelerinde kararsız kalmayıp net ve anlaşılır olmaları, atın bakımı ve beslenmesi sürecinde üzerimize düşen görevlerin bilinci gibi konular, atı anlamaya çalışmak için en etkili ve doğru iletişim yöntemlerini öğrenmeleri gerektiğini anlamaları konusunda çocuklara destek olduğu düşünülmektedir.

Binicilik eğitimi alan çocuklarda bu süreci başka bir canlı ile yürütüyor olduklarının farkına vardıkları için çok dikkatli ve özenli davrandıkları, hayvanlara karşı duyarlılıklarının arttığı, atlar ile iletişim sürecinde onları daha iyi anlayabilmek için sakince yaklaşmaları, ortam sessizliğinin sağlanması gerektiği bilinci ve fiziksel anlamda atın üzerinde doğru duruş pozisyonunun günlük hayatımıza da uyarlanması gerektiği bilincinin oluştuğu söylenebilir.

Ünver (2003) tarafından yapılan bir araştırmada, bireylerin binicilik sporu yaptığı süreçteki yardım ve uyarıların, doğru oturuş tekniklerinin binicilik hissiyatındaki gelişim sürecine etkisini incelemiş ve at ile kurulan doğru etkileşim ve iletişimin, biniş sırasında doğru zamanlama ile hareket becerisine müdahale edilmesinin, hareketlerin bol tekrarının yapılmasının, at üzerindeki oturuş açısının doğru olmasının, vücudun alt bölümlerindeki doğru konumlanmanın ve kontrolün başarıyı pozitif yönde etkilediği sonucuna varmıştır.

Yaptığımız çalışmada ise binicilik eğitiminin çocukların duygusal zekâ düzeylerine etkisi ölçülmüş ve anlamlı bir gelişim tespit edilmiştir. Ünver (2003) tarafından yapılan çalışmada doğru iletişim ve etkileşim becerilerini kullanmanın, bizim yaptığımız çalışmadaki duygusal zekâ alt boyutları ile ilişkilendirildiğinde yapılan iki çalışmanın birbirini destekler nitelikte olduğu söylenebilir.

Dinçer (2017) tarafından binicilik eğitimi alanında yapılan başka bir çalışmada, binicilik sporunun 9-12 yaş grubu çocuklarda denge ve binicilik motorsal becerisi etkisi incelenmiş ve binicilik sporunun araştırma grubu çocuklar üzerinde denge motor, hareket, zihinsel süreçleri kontrol edebilme becerilerinde olumlu yönde artışa sebep olduğu görülmüştür. Araştırma sırasında yapılan gözlemler sonucu ilerleyen eğitim sürecinde binicilik eğitiminin çocukların doğru oturuş tekniğini öğrenmeleri ile postural gelişimlerine katkı sağlandığı ve özellikle bacak kaslarında süreç içerisinde gelişim olduğu gözlemlenmiştir.

McCulloch, Bustad ve Katcher tarafından 1980 yılında bireylerin sağlığını ve yaşam kalitesini arttırmada hayvanların kullanılmasını teşvik amaçlı insan ve hayvan etkileşimi ve bağlanmasına odaklanmış, bir sivil toplum örgütü olan Delta Birliği'ni kurulmuştur. Ördütün hedefleri ise, hayvanların insan sağlığı üzerindem olumlu yönde etkilerinin olduğunu bilincini arttırmak, hayvanların günlük yaşantımızın içinde bulunmasını etkileyen engelleri ortadan kaldırmak ve eğitim, sağlık gibi alanlarda hayvanların bireyleri tedavi edici rolünün bilincine varılıp genişletilmesini sağlamaktır. Hayvan destekli aktiviteler ise, eğitim ve eğlence, yaşam kalitesini arttırma amaçlı, terapötik, motivasyonel faydalar sağlayan faaliyetlerdir. Bu faaliyetler, özel eğitilmiş profesyonel kişiler, yarı profesyoneller ya da gönüllüler tarafından uygulanır. Bir tedavi olmaması, hedeflerin olmaması, gönüllü katılım esasına göre olması ve ziyaretlerin kendiliğinden gelişen nitelikte olması gibi özelliklere

sahiptir (Delta Society, 2009). Araştırmada katılımcıların binicilik eğitimi rekreasyonel olarak, spontane katılmaları kurulan birliğin misyonunu desteklemektedir.

At biniciliği alanında yapılan diğer bir çalışmada ise binicilik eğitimi süreçlerinin geçmişten günümüze değişimleri ve yararları ele alınmış, farklılıklar olduğu tespit edilmiş, bu farklılıkların pozitif yönde etkilerinin olduğu belirtilmiştir (nver, 2006).

Her canlı etrafında yaşanan olaylara karşı kendine has bir bakış açısı geliştirir. Bizler bunu göremeyebiliriz, bu sebeple etrafımızdaki insanların bazı davranışlarına anlam vermemiz zorlaşır. Kendimizi karşımızdaki kişilerin yerine koyup yaşanan duruma onun gözüyle bakabilirsek, duygu ve düşüncelerini anlamak ve davranışlarına anlam vermek kolaylaşır (Dökmen, 2013:160).

Katcher (1982) tarafından yapılan çalışmada, evcil hayvan sahibi bireylerin, hayvanların onlara sağladığu duygusal destek sebebiyle evcil hayvanı olmayan bireylere göre kendilerini daha az yalnız hissettikleri belirtilmiştir.

Yapılan diğer bir çalışmada, evcil hayvanı olan yetişkin bireylerin, hayvan sahiplenme sürecinden önceki döneme göre duygusal ve fiziksel yönden kendilerini daha sağlıklı hissettikleri ne sürülmektedir (Allen, 1997).

Araştırmalar, ocuklar ile hayvanların etkileşimi sonucu çocukların psikolojik olarak (Odendaal, 2000), duygusal ve sosyal yönden (Anderson ve Olson, 2006; Walters, vd., 2008; Zasloff ve Hart, 1999), fiziksel olarak (Gee vd., 2007) olumlu yönde etkilendiklerini göstermektedir.

Memishevikj ve Hodzhikj (2010) yaptıkları çalışmalarda, sağlık, davranışsal, bilişsel ve duygusal farkınladık, sosyal bir takım olgularda gelişim gibi alanlarda terapi yaklaşımının olumlu yönde etkilerini ortaya koymuşlardır.

Sportif amaçlı egzersiz yapma niteliğinde düşünüldüğünde, bireysel olarak yapılan etkinliklerin olumlu etkileri tartışılmaktadır. Bu açıdan binicilik sporunun hem fiziksel hem de bir hayvan ile etkileşim sonucu zihinsel olarak bireylere katkı sağladığu düşünülebilir.

Bununla birlikte at üzerinde yapılan egzersizler sayesinde vücut kaslarını çalıştırmayı hedef alan eğitimler de düzenlenebilir.

Yaptığımız araştırma sonucu elde edilen veriler yukarıda belirtilen sonuçlar ile genelde paralel gözükmemektedir. Araştırma bulgularına göre araştırmaya katılan çocukların cinsiyet özellikleri ile duygusal farkındalık ve empati alt boyutları karşılaştırıldığında kız çocuklar ile erkek çocuklar arasında anlamlı bir farklılığın olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte aile gelir düzeyi açısından gruplar arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Analiz sonuçlarında aile eğitim düzeyi açısından motivasyon alt boyutunda anlamlı farklılık gözlenmiş, ancak diğer alt boyutlarda herhangi bir anlamlı farklılık ortaya çıkmamıştır ($p>0.05$).

Şenel (2015) yaptığı çalışmada, öğrencilerin cinsiyet değişkenine göre duygusal zeka puanlarını analiz etmiş ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık elde edilmediğini belirtmiştir. Araştırmacının ulaştığı bu sonuç, yapılan araştırmanın cinsiyete değişkeni istatistik sonuçları ile farklılık göstermektedir.

Karademir, Döşyılmaz, Çoban ve Kafkas (2010) aylık gelir durumuna göre çocukların duygusal zeka düzeylerinde bir farklılık olmadığını belirtmişlerdir. Yapılan araştırmada ise duygusal zeka ölçeği motivasyon alt boyutuna göre aile eğitim düzeyi değişkeninde anlamlı bir farklılık görülmüştür.

Yılmaz ve Şahin (2004) tarafından yapılan bir başka çalışmada aile aylık gelir durumlarına göre öğrencilerin duygusal zeka düzeylerinin farklılık göstermediği sonucu ortaya çıkmıştır.

5.2. Sonuç

Duygusal zekânın gelişimi, çocukların diğer bireyler ile olumlu ve verimli iletişim kurabilmeleri, yaşamlarında başarı elde edebilmeleri için önemlidir. Bu nedenle araştırma sonucu elde edilen bulgular çocukların duygusal zekâlarının gelişimi konusunda önemli bilgiler vermektedir.

Rekreasyonel bir faaliyet olarak yapılan binicilik eğitiminin çocukların duygusal zekâ düzeylerine etkisini ölçmek amacıyla yapılan bu çalışmada şu sonuçlar elde edilmiştir:

1. Binicilik Eğitimi alan ve almayan grupların Ön test sonuçları analiz edildiğinde anlamlı fark bulunmamıştır.
2. Binicilik Eğitimi alan ve almayan grupların Son test sonuçları analiz edildiğinde anlamlı fark bulunmuştur.
3. Binicilik Eğitimi almayan grupların Ön Test Son test sonuçları analiz edildiğinde anlamlı fark bulunmamıştır.
4. Binicilik Eğitimi alan grupların Ön Test Son test sonuçları analiz edildiğinde anlamlı fark bulunmuştur.
5. Cinsiyet değişkenine göre çalışma grubunu analiz ettiğimizde duygusal farkındalık ve empati alt boyutlarında farklılık görülürken motivasyon ve duyguları yönetme alt boyutunda anlamlı bir fark görülmemiştir.
6. Aile gelir düzeyi değişkenine göre çalışma grubunu analiz ettiğimizde Duygusal Zekâ Ölçeği alt boyutlarında anlamlı bir fark görülmemiştir.
7. Aile eğitim düzeyi değişkenine göre çalışma grubunu analiz ettiğimizde Duygusal Zekâ Ölçeği'nin Motivasyon alt boyutunda anlamlı farklılık görülmüş, diğer alt boyutlarda anlamlı bir fark görülmemiştir.
8. Uygulanan binicilik eğitimi etkinlikleri ile birlikte çocukların sosyal ve iletişim becerilerinin geliştiği, binicilik ekipmanlarını tanıdıkları, manipulatif becerilerinin geliştiği, dikkat dağınıklık düzeylerinde azalma olduğu, beceri gelişimlerine katkı sağlandığı söylenebilir.

9. Çalışmamıza katılım sağlayan 9-14 yaş aralığındaki çocuklarda 10 saatlik binicilik eğitimi programı sürecinde herhangi bir uyum problemi yaşanmamıştır.

5.3. Öneriler

1. Binicilik Antrenörleri, binicilik eğitimi programlarını 9-14 yaş grubu çocuklarda, duygusal zekâ performanslarının iyileştirilmesi için kullanabilir.
2. Binicilik eğitimi faaliyetlerine katılan tüm çocuklarda binicilik sporu çocukların duygusal zekâ gelişimi yanında temel motorik becerilerine de katkı sağlamak amacıyla planlanabilir.
3. Literatürde özel çocuklarda hipoterapi eğitiminin çocuklar üzerindeki etkilerinin ele alındığı araştırmaların artış gösterdiği görülmekle beraber, sosyal zekâ, motor beceriler üzerindeki etkilerinin incelendiği deneysel araştırmalar sınırlı bulunmuştur. Bu kapsamda binicilik eğitimlerinin çocukların empati, olumlu iletişim, beceri gelişiminin ele alındığı araştırmalar yapılabilir. Eğitim, sağlık ve spor alanlarında uzmanlaşmış akademisyenler tarafından otizmli çocukların yaşam kalitesi düzeyinin artması konusunda multidisipliner çalışmalar yapılabilir.
4. Benzer çalışmaların daha farklı yaş grupları üzerinde uygulanarak örneklem grubunun yaygınlaştırılabilir.
5. Bununla birlikte binicilik sporunun doğada yapılan bir branş olduğu düşünüldüğünde araştırmadan elde edilen sonuçlara bakılarak, çocukların aileleri ile zaman geçirdikleri zamanlarda veya eğitim ortamlarında doğa yürüyüşleri, izcilik, kampçılık gibi konulara yer verilmesinin, bireylerin daha küçük yaşta doğayı daha çok deneyimleme fırsatlarının doğmasını sağlayacaktır.

KAYNAKÇA

- Acar, F.T. (2001). Duygusal Zekâ Yeteneklerinin Göreve ve İnsana Yönelik Liderlik Davranışları İle İlişkisi. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Akgül, M.B. (2011). Farklı Kültürlerdeki Bireylerin Boş Zaman Aktivitelerine Yönelik Tutumlarının Değerlendirilmesi: Ankara-Londra Örneği. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Aksaraylı, M. ve Özgen, I. (2008). “Akademik kariyer gelişiminde duygusal zekânın rolü üzerine bir araştırma”. *Ege Akademik Bakış Dergisi*. 2(8), 758-769.
- Allen, D. T. (1997). “Effects of dogs on human health. *Journal of the American Veterinary Medical Association*”. 210(8), 1136-1139.
- Alpman, C. (2001). *Eğitimin Bütünlüğü İçinde Beden Eğitimi ve Çağlar Boyunca Gelişimi*. GSB Yayınlar: İstanbul.
- Altan, M. Z. (1999). “Çoklu zekâ kuramı”. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi Dergisi*, 5(1), 105-117.
- Altman, I., and S. M. Low. (1992). *Place Attachment*. Plenum Press: New York.
- Anderson, K. L., and Olson, M. R. (2006). “The value of a dog in a classroom of children with severe emotional disorders”. *Anthrozoös journal*. 19(1), 35–49.
- Anonim (2000). Animal Assisted Therapy. (AAT) [online]. [http:// www.animaltherapy.net](http://www.animaltherapy.net) (Erişim: 20 Nisan 2023).
- Aran, S. (1970). “Ege ve Akdeniz sahil şeridindeki rekreasyonel gelişmelerin tabiatı koruma ve peyzaj açısından kritiği”. *Türkiye Tabiatı Koruma Cemiyeti Yayını*, 13, 11-23.
- Aşan, Ö. ve Özyer, K. (2003). “Duygusal zekâyâ etki eden demografik faktörlerin saptanmasına yönelik ampirik bir çalışma”. *Hacettepe Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*. 21(1), 151-167.

- Ateş, N. (2005). Hayvan Besleyen ve Beslemeyen Çocukların Saldırganlık Eğilimlerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ev Ekonomisi Anabilim Dalı, Ankara.
- Barba, B. E. (1995). "The positive influence of animals: Animal-assisted therapy in acute care". *Clinical Nurse Specialist*, 9, 199-199.
- BAR-ON, Reuven, (1997). The Emotional Quotient Inventory (EQ-i) Technical Manual, Toronto: Multi,Health Systems.
- BAR-ON, Reuven, (2006). "The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence", *Psicothema*, 18, 13-25.
- Baud-Bovy, M., Lawson, F. (1998). *Tourism and Recreation: Handbook of Planning and Design*. Butterworth-Heinemann Ltd.
- Bayley, L., and Davi, C. (1994). *The Less Than Perfect Rider*, Howell Book House, s:20,
- Beceren E. (2002). *Duygusal zekânızı geliştirmek için öneriler*. Personal Exeellerce; İstanbul.
- Beceren, E. (2004). Duygusal zekâ kavramının gelişimi. 20 Nisan 2011. <http://duygusalzekâ.net/icsayfa.aspx?Sid=7&Tid=3>.
- Bieber, N. (1983). *The integration of a therapeutic equestrian program in the academic environment of children with physical and multiple disabilities*. New perspectives on our lives with companion animals, University of Pennslyvania Press, PA, 448-459.
- Bridge, B. (2003). *Duyguların Eğitimi*. Beyaz Yayınları: İstanbul.
- Broadhurst, R. (2001). *Managing Environments for Leisure and Recreation*. Routledge: New York.
- Brockert, S. and Braun, G. (2000). *Duygusal Zekânızı Değerlendirin*. Çeviren: Nurettin Süleymangil, İstanbul: MNS Yayıncılık, 7-33.
- Bronson, J. (1987). *The Effectiveness of a Pet Therapy Visitation Program on The Institutionalized Elderly*. Doctor of Philosophy. Montana University. U.S.A.

- Bustad, L. (1980). *Animals, aging and the aged*. (pp: 4-6). Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Büyüköztürk, Ş. (2013). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: İstatistik, araştırma deseni, SPSS uygulamaları ve yorum*. (18. Baskı). Pegem Akademi: Ankara.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2008). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (2. Baskı). Pegem Akademi: Ankara.
- Chernis, C. (2004). *Encyclopedia of Applied Psychology*. Editör: Charles Spielberger, Elsevier Academic Press: New York.
- Çıdam, B.F. (2007). Diyarbakır Kent Dokusunun Turizm ve Rekreasyon Kaynaklarının Peyzaj Mimarlığı Açısından Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Delta Society. (2009). What is animal-assisted activities and animal-assisted therapy. Erişim: 02.02.2011. <http://www.deltasociety.org/Page.aspx?pid=319>
- Demirel, M. (2009). Rekreasyonel Etkinliklere Katılım ve Çevresel Duyarlılık. Doktora Tezi. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı, Ankara.
- Dinçer, Ö. (2017). “9-12 yaş grubu çocuklarda binicilik sporunun denge ve binicilik motorsal becerisi üzerine etkilerinin incelenmesi”. *Uluslararası Anadolu Spor Bilimleri Dergisi*. Cilt/Volume: Ağs./Sayı:3, 133-142.
- Doğan, S., Demiral Ö. (2007). “Kurumların başarısında duygusal zekânın rolü ve önemi”. *Celal Bayar Üniversitesi iktisadi ve idari bilimler fakültesi, yönetim ve ekonomi Dergisi*, 2007; 14 (1), 209-230.
- Doğan, S. (2005). *Çalışan İlişkileri Yönetimi*, 1. Baskı, Kare Yayınları: İstanbul.
- Doğan, S. ve Şahin, F. (2007). Duygusal zekâ: tarihsel gelişimi ve örgütleri için önemine kavramsal birbakış. *ÇÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(1):231-252.
- Dökmen, Ü. (2013). *Sanatta ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları ve Empati*. Remzi Kitabevi: İstanbul.

- Ekiz, D. (2009). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Anı Yayıncılık: Ankara.
- Emiroğlu, K., ve Yüksel, A. (2002). *Yoldaşımız At*. Yapı Kredi Yayınları: İstanbul.
- Equine Facilitated Mental Health Association [EFMHA]. (2011). What is equine facilitated psychotherapy. Erişim: 02.02.2023.<http://www.narha.org/resources>
- Espelage, L. Dorothy, Susan M. Swearer, (2003). “Research on school bullying and victimization: what have we learned and where do we go from here”, *School Psychology Review*, 32 / 3, ss: 365-383
- Gardner, H. (1983). *Frames of the Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. Basic Books: New York.
- Gee, N. R., Harris, S. L., and Johnson, K. L. (2007). “The role of therapy dogs in speed and accuracy to complete motor skills tasks for preschool children”. *Anthrozoös journal* 20 (4), 375–386.
- Goleman, D., Shapiro L. (1998). Duygusal Zekâ Nedir. www.cumhuriyet.com.tr
- Goleman, D. (1995). *Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ*, Bantam Books: New York.
- Goleman, D. (1998). *Working With Emotional Intelligence*, Bantam Books: New York.
- Gökyay, O. Ş. (1973). “At Üzerine”, *I. Uluslararası Türk Folklor Semineri*, Ankara.
- Güleç, E. (2006). *Ata Nasıl Binilir?*, 3. Baskı, Anadolu At Irklarını Yaşatma ve Geliştirme Derneği.
- Gürsoy, A. (2005). *Liderlikte Duygusal Zekâ Türk Silahlı Kuvvetlerinde Örnek Bir Uygulama*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Celal Bayar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Manisa.
- Güven, Ö. (1999). *Türklerde Spor Kültürü*. Atatürk Kültür Merkezi Başkanlığı Yayınları: Ankara.
- Hazar, A. (2003). *Rekreasyon ve Animasyon*. (2. Baskı). Detay Yayıncılık: Ankara.

- Hazar, A. (2009). *Rekreasyon ve Animasyon*. (3. Baskı). Detay Yayıncılık: Ankara.
- Hein, S. (2005) Emotional intelligence: The definition of emotional intelligence. Web:[http://www.eqi.org/eidefs.htm#Potential%20EI%20vs.%20Actual%20EI%20Skills%20\(EI%20vs%20EQ/](http://www.eqi.org/eidefs.htm#Potential%20EI%20vs.%20Actual%20EI%20Skills%20(EI%20vs%20EQ/) adresinden 5 Kasım 2009 tarihinde edinilmiştir.
- Howe, C.Z., Carpenter, G.M. (1985). *Programming Leisure Experiences*. Prentice-Hall Inc., New Jersey, page:3.
- İbrahim, H., Cordes, K.A. (2008). *Outdoor Recreation: Enrichment for A Lifetime* (No. Ed. 3). Sagamore Publishing.
- Kaba, C.İ. (2009). Türkiye’deki Üniversitelerde Kampüs Rekreasyonu’nun Mevcut Durumu ve Kampüs Rekreasyon Modellemesi. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Kansu, N. (2002). *Okullarda Duygusal Zekâ*. Personal Excellence, İstanbul, 2002; 6 (8), 3-16.
- Karademir, T., Döşyılmaz, E., Çoban, B. ve Kafkas, M. E. (2010). “Beden eğitimi ve spor bölümü özel yetenek sınavına katılan öğrencilerde benlik saygısı ve duygusal zekâ”. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 18(2), 653-674.
- Karadoğan, A. (2003). “Türk şahıs adlarında hayvan kültürü”, *Millî Folklor Dergisi*, 15 (57), 109-110.
- Karahan, F. T., Özçelik, M. (2006). “Bir duygusal zekâ beceri eğitimi programının diyabet hastalarının duygusal zekâ düzeylerine etkisi”. *Ondokuz Mayıs Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*. Cilt 19 (2) , 301-320.
- Karaküçük, S. (2005). *Rekreasyon ve Boş Zaman Değerlendirme*. (6.Basım). Gazi Kitabevi: Ankara.
- Karaküçük, S. ve Gürbüz B. (2007). *Rekreasyon ve Kentleşme*. Gazi Kitabevi: Ankara.
- Karasar, N. (2003). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. Nobel Yayın Dağıtım: Ankara.

- Katcher, A. H. (1982). "Are companion animals good for your health"? *Aging*, 2(8), 331-332.
- Kelly, J. R. (1990). "Leisure and aging: *A second agenda. Society and leisure*". 13, 145-167.
- Kocayörük, A. (2004). *Duygusal Zekâ Etkinliklerinde Drama Etkinlikleri*. Nobel Yayın Dağıtım: Ankara.
- Konrad, S. ve Hendl, C. (2001). *Duygularla güçlenmek*, 1.baskı (Taştan M. Çev.), Hayat Yayınları: İstanbul.
- Küçükkaragöz, H., Kocabaş, A. (2012). Çocuklar İçin Duygusal Zeka Ölçeğinin İlköğretim 5. Sınıf Öğrencilerinde Geçerlik ve Güvenirliliği. *11. Ulusal Sınıf Öğretmenliği Eğitimi Sempozyumu*. 24-26 Mayıs 2012. Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Rize.
- Lewis, M., Haviland-Jones, J. M. & Barrett, L. F. (2008). *Handbook of emotions*. Guilford Press: New York.
- Masaroğulları, G. ve Koçakgöl, M. (2011). *Psikoloji sözlüğü*. Nobel Akademik Yayıncılık: Ankara.
- Matthews, G., Zeidner, M. and Roberts, R. D. (2004). *Emotional Intelligence: Science & Myth*, Massachusetts: MIT Press.
- Mayer JD, Salovey P ve Caruso D. (2004). "Emotional Intelligence: Theory, Findings, and Implications". *Psychological Inquiry*. 2004.15(3):197-215.
- Mayer, J. D., Salovey, P. (1995). "Emotional Intelligence and The Construction and Regulation of Feelings", *Applied and Preventive Psychology*, 4, ss:197-208.
- Mayer, J. D., Salovey, P. (1997). *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implications For Educators*, Basic Books: New York.
- Mayer, J. D., Salovey, P., and Caruso. D. R. (2004). "Target articles: emotional intelligence: theory, findings, and implications", *Psychological Inquiry*, 15 / 3, ss: 197-215.

- Memishevikj, H., Hodzhikj, S. (2010). "The effects of equine-assisted therapy in improving the psycho-social functioning of children with autism. *Journal of Special Education and Rehabilitation*, 11(3-4), 57- 67.
- Meyer HD., Brightbill CK., Sessoms HD. (1969). *Community Recreation, A Guide to Its Organization*. 4. Prentice- HallInc: New Jersey.
- Muzeler, W. (1973). *Binicilik Geliştirilmiş Kısım*, (Çeviren: Sadullah Ayaşlı, Der.: Saim Polatkan), Türkiye Jokey Kulübü,s:3-5, İstanbul.
- Neil, H., Curran, A., Morris, E., Farrell, P., Woods, K. (2007). "Emotional intelligence and education: a critical review",*Educational Psychology: An International Journal of Experimental Educational Psychology*, 27 / 2, ss: 235-254.
- Odendaal, J. S. J. (2000). Animal-assisted therapy–magic or medicine? *Journal of Psychosomatic Research*, 49(4), 275– 280.
- Oral, E. EQ. (2002). *Olmadan Olmuyor*. www.bestmaeazin.com
- Özbey, Ç. (2005), *Otizm ve Otistik Çocukların Eğitimi Yalnızlık Ülkesine Yolculuk*, İnkılap Kitabevi: İstanbul.
- Özışık, Y. (1988). Kara Harp Okulu Öğretim Elemanlarının Rekreasyon Sorunları Üzerine Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara,
- Pehlivanoğlu, M. (1987). Belgrat ormanının rekreasyon potansiyeli ve planlama ilkelerinin tespiti. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Perez, J. C., Konstantinos, V., and Petrides, A.F. (2005). *International Handbook of Emotional Intelligence*. Editörler:Ralf Schulze, Richard D. Roberts,Cambridge: Hogrefe Publishing.
- Petrides, K., V., Ria, P., Kokkinaki, F. (2007). "The locations of trait emotional intelligence in personality factor space", *British Journal of Psychology*, 98 (2), 273-289.

- Petrides, K. V., Yolanda, Sa., Furnham, A., Frederickson, N. (2006). "Trait emotional intelligence and children's peer relations at school", *Social Development*, 15 / 3, ss: 537-547.
- Petrides, K. V., Furnham, A. (2001). "Trait emotional Intelligence: Psychometric Investigation With Reference to Established Trait Taxonomies", *European Journal of Personality*, 15, 425-448.
- Ramazanoğlu, F., Altungül, O. ve Özer, A. (2004). "Sportif Açıdan Rekreasyon Etkinliklerinin Değerlendirilmesi". *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 176-179.
- Rock, M. (1999). Avoiding costly hiring mistakes. www.canadaone.com
- Sabancı, G. (2016). Öğretim Elemanlarının Rekreasyonel Faaliyetlere Katılımlarını Engelleyen Faktörlerin Belirlenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Salotto, P. (2001). *Pet Assisted Therapy: A Loving Intervention And An Emerging Profession: Leading To A Friendlier, Healthier, And More Peaceful World*. Norton, MA: D. J. Publications.
- Serpell, J. A. (2010). "Animal-assisted interventions in historical perspective. In A. H. Fine (Ed.), *Handbook on animalassisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice* (pp. 17–32). New York: Academic Press.
- Sertkaya, O.F. (1995). *Eski Türk Kültüründe At. Türk Kültüründe At ve Çağdaş Atçılık*. Gürsoy-Naksali, E. Resim Matbaacılık: İstanbul.
- Şenel, E. (2015). *Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Öğrenim Gören Öğrencilerin Sosyal Destek Algıları, Genel Öz Yeterlik İnançları Ve Duygusal Zekâ Düzeylerinin Değerlendirilmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Tabachnick, B. G. and Fidel, L. S. (1996). *Using multivariate statistics* (3. baskı). NY: Harper Collins College Publishers.
- Taton, F.A. (1935). *Binicilik Notları*. Matbaacılık ve Neşriyat Türk Anonim Şirketi: İstanbul.

- Temurlenk, Ö. (1996). *At, Bakım ve Donatım*. Öğün Kitapevi: Ankara.
- Temurlenk, Ö. (2000). *Türk Biniciliği, Dünü ve Bugünü*, Öğün Kitapevi: Ankara.
- Temurlenk, Ö. B. (1996). *Temel Eğitimi*, Öğün Kitapevi: Ankara.
- Titrek, O. (2002). “Duygusal zekâ yeterliliklerini iş yaşamında kullanma düzeyi ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları”. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*. 3(24), 73-87.
- Tolukan E, (2010). Niğde Özel Yetenekle İlgili Bölümlerde Okuyan Üniversite Öğrencilerinin Rekreasyonel Aktivitelere Katılımlarına Engel Olabilecek Unsurların Belirlenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Tor, W. (1986). *The Effects of Pet Ownership on The Psychological WellBeing of Physically Disabled Children*. Doctor of Social Work. Boston University
- Torkildsen, G. (1999). *Leisure and Recreation Management*, London: Routledge, Taylor and Francis Group.
- Torkildsen, G. (2005). *Leisure and Recreation Management*. (Beşinci Baskı), Routledge, Taylor and Francis Group.
- Ünver, A.F. (2003). Binicilik Sporunda Doğru Oturuş, Uyarı ve Yardımların Binicilik Hissiyatının Gelişimine Etkileri. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Ünver, A.F. (2006). Antik Çağdan Modern Olimpiyatlara Binicilik Sporuna ve Türk Biniciliğinin Olimpik Gelişimi. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Walters Esteves, S., and Stokes, T. (2008). “Social effects of a dog’s presence on children with disabilities”. *Anthrozoös journal*. 21(1), 5–15.
- Weisinger, H. (2006). *Emotional Intelligence*, John Wiley & Sons: New York.

- Yaylacı, G.Ö. (2008). *Kariyer yaşamında duygusal zekâ ve iletişim yeteneği*. (2. Basım). Hayat Yayınları: İstanbul.
- Yazıcı, M. (1998). Üniversite Öğrencilerinin Boş Zamanlarını Değerlendirme Anlayış ve Alışkanlıkları Üzerine Karşılaştırmalı Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, İstanbul.
- Yerlisu, L. T., ve Ardahan, F. (2009). “Akdeniz üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım nedenleri ve değerlendirme biçimleri”. *Spor Bilimleri Dergisi*, 20 (4), 132-144.
- Yılmaz, M. ve Şahin, Ş. (2004). Okul Öncesi Öğretmen Adaylarının Duygusal Zekâ Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *XIII. Ulusal Eğitim Bilimleri Kurultayı*. 6-9 Temmuz 2004. İnönü Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Malatya.
- Yüksel, M. (2006). Duygusal Zekâ ve Performans İlişkisi, Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Erzurum.
- Zasloff, R. L., and Hart, L. A. (1999). “Animals in elementary school education in California”. *Journal of Applied Animal Welfare Science*, 2 (4), 347.
- Zeidner, M, Mathhews, G., and Roberts, R. D. (2009). *What We Know About Emotional Intelligence: How It Affects Learning, Work, Relationships, and Our Mental Health*, Cambridge: MIT Press.
- Zeidner, M., Richard, D. R., Matthews, G., (2002). “Can emotional intelligence be schooled? A Critical Review”, *Educational Psychologist*, 37 / 4, ss: 215-231.

EKLER



EK 1

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sevgili Ebeveynler,

Aşağıda ki ankette siz değerli öğrencilerimizin duygusal zekanız ve sosyal beceri düzeylerinizin ölçülmesi hedeflenmektedir. Lütfen, aşağıdaki ifadeleri dikkatle okuyup, bu ifadelerin size ne kadar uygun olduğunu ve sizin durumunuzu yansıttığını cevap kağıdındaki kutucuklara yerleştirin.

- Not:** 1. Ad soyad yazmanıza gerek yoktur.
2. Birden fazla kutucuk işaretlemeyin.
3. Size en uygun olan seçeneği işaretleyin.

1. Cinsiyet:

- 1) Kız () 2) Erkek ()

2. Ailenin Ekonomik Düzeyi, Aylık:

- 1) 10000-12500 TL () 2) 12501-15000 TL () 3) 15501-17250 TL () 4) 17251 ve Üzeri ()

3. Annesinin Eğitim Düzeyi:

- 1) Okula gitmemiş 2) İlkokul () 3) Ortaokul () 4) Lise () 5) Üniversite () 6) Yüksek lisans ()

4. Babanın Eğitim Düzeyi:

- 1) Okula gitmemiş 2) İlkokul () 3) Ortaokul () 4) Lise () 5) Üniversite () 6) Yüksek lisans ()

EK 2

DUYGUSAL ZEKÂ ÖLÇEĞİ

	4	3	2	1
1. Grup içerisinde konuşmak istediğimde diğerlerinden izin alırım.				
2. Bir konuyu öğrenmediğimde arkadaşımдан yardım isterim.				
3. Arkadaşım başarısız olduğunda üzülürüm.				
4. Kızgınlığımı kontrol etmekte zorlanırım.				
5. Arkadaşım mutsuz olduğunda ben de mutsuz olurum.				
6. İlgimi çeken şeyleri yapmaktan hoşlanırım.				
7. Öfkeli olduğimde ne yaptığımı bilmem.				
8. Çevremde sevilen bir kişiyim.				
9. Arkadaşlarımın yerine kendimi koyarım.				
10. Arkadaşlarımın duygusal gereksinimlerini kolayca anlarım.				
11. Genellikle mutlu bir insanım.				
12. Kolaylıkla kızarım.				
13. Başarısız olsam bile çalışmaya devam ederim.				
14. Kızdığımda düşünmeden davranırım.				
15. Bir işe başladığımda sonunu getirmeye çalışırım.				
16. Bildiğim doğruları söylemekten çekinmem.				
17. Kendi kendime çalışmamı yönlendiririm.				
18. Kendi çalışma planımı kendim yaparım.				

EK 3
UYGULAMA İZNİ

ÇANAKKALE ONSEKİZ MART ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE
ÇANAKKALE

Yurtsev İşlay BECEREN ve Gülçin GÖZAYDIN tarafından yürütülen “Rekreasyonel Bir Faaliyet Olarak 10 Haftalık Binicilik Eğitimi Programının 9-14 Yaş Grubu Çocuklarda Duygusal Zekâ Düzeyine Etkisinin İncelenmesi: Safkan At Çiftliği Örneği” başlıklı tez çalışmasının yürütülmesinin çiftliğimize boş zamanlarını değerlendirmek için gelen çocukların gözlemlenmesi ve onlara duygusal zeka ölçeği uygulanmasının, ebeveynlerinin konu ile ilgili bilgilendirilmesi koşulu ile benim için bir mahsuru olmadığını bildirir, çalışmanın çiftliğim bünyesinde sürdürülmesine onay veririm.

Tarih: 25.05.2023