

## Erken ve Orta Ergenlik Döneminde Sportmenlik Davranışlarının Yordayıcıları: Duygusal Zekâ ve Psikolojik Sağlık

Serhat TURAN<sup>1</sup>, Enes İNALER<sup>2</sup>

### ÖZET

**Amaç:** Duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlığın sportmenlik üzerindeki etkilerinin erken ve orta ergenlik döneminde araştırılmamış olmasından dolayı, bu araştırmanın amacı erken ve orta ergenlik dönemindeki öğrencilerin duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlıklarının, beden eğitimi dersi sportmenlik davranışlarını ne ölçüde yordadığını ortaya koymaktır.

**Yöntem:** Çalışmaya erken ergenlik döneminden 230, orta ergenlik döneminden 297 olmak üzere 527 kişi katılım sağlamıştır. Veri toplama aracı olarak, “Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği”, “Çocuk Ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği” ve “Duygusal Zekâ Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimleyici istatistikler, Pearson korelasyon testi, bağımsız örneklem t testi ve çoklu doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır.

**Bulgular:** Elde edilen bulgular doğrultusunda, erken ergenlerin orta ergenlere göre psikolojik sağlamlık, duygusal zekâ ve beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Erken ve orta ergenlerin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışları ile psikolojik sağlamlık ve duygusal zekâ düzeyleri arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Ayrıca erken ve orta ergenlik döneminde duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlığın beden eğitimi dersi sportmenlik davranışlarını anlamlı bir şekilde yordadığı belirlenmiştir.

**Sonuç:** Sonuç olarak, erken ve orta ergenlerin duygusal zekâ düzeyleri ve psikolojik sağlamlıkları arttırıldıkça sportmenlik düzeyleri de artmaktadır.

**Anahtar Kelimeler:** Erken ergenlik, Orta ergenlik, Sportmenlik, Duygusal Zekâ, Psikolojik Sağlık

### ABSTRACT

#### Predictors of Sportsmanship Behaviors in Early and Middle Adolescence: Emotional Intelligence and Psychological Resilience

**Purpose:** Since the effects of emotional intelligence and psychological resilience on sportsmanship have not been investigated in early and middle adolescence, the aim of this research is to reveal to what extent the emotional intelligence and psychological resilience of students in early and middle adolescence predict sportsmanship behaviors in physical education lessons.

**Methods:** 527 people, 230 from early adolescence and 297 from middle adolescence, participated in the study. As data collection tools, "Physical Education Lesson Sportsmanship Behavior Scale", "Child and Youth Psychological Resilience Scale" and "Emotional Intelligence Scale" were used. Descriptive statistics, Pearson correlation test, independent samples t test and multiple linear regression analysis were used to analyze the data.

**Results:** In line with the findings, it was determined that early adolescents' levels of psychological resilience, emotional intelligence and physical education course sportsmanship behavior were higher than middle adolescents. It was observed that there was a positive significant relationship between sportsmanship behaviors of early and middle adolescents in

<sup>1</sup>Balıkesir Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi Balıkesir/ TÜRKİYE, ORCID: 0000-0001-6236-3825 serhatturan2510@gmail.com

<sup>2</sup>Balıkesir Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Balıkesir/TÜRKİYE ORCID: 0009-0005-8378-3227 inalerenes@gmail.com

physical education class and their psychological resilience and emotional intelligence levels. In addition, it was determined that emotional intelligence and psychological resilience significantly predicted sportsmanship behaviors in physical education classes in early and middle adolescence.

**Conclusion:** As a result, as the emotional intelligence levels and psychological resilience of early and middle adolescents increase, their sportsmanship levels also increase.

**Keywords:** Early adolescence, Middle adolescence, Sportsmanship, Emotional intelligence, Psychological resilience

## GİRİŞ

Ergenlik, gelişim dönemleri içerisinde toplumsal etkilerin birey için en önemli olduğu evredir; fiziksel, cinsel ve psikososyal gelişimin yaşandığı, çocukluktan yetişkinliğe bir geçiş dönemidir (Parlaz ve ark., 2012). Ergenlik dönemine yönelik, alanyazında farklı sınıflandırmalar mevcuttur. Dünya Sağlık Örgütü (WHO), 10-19 yaş aralığını ergenlik olarak kabul eder (WHO, 2003). Bazı araştırmacılar ise ergenlik dönemini erken, orta ve geç ergenlik olarak sınıflandırmıştır (Ekeland ve ark., 2005; Pawlowski ve Hamilton, 2008; Turan, 2021; Uzun ve Boyalı, 2020). Pawlowski ve Hamilton (2008), erken ergenliğin kızlarda 11-13, erkeklerde 12-14; orta ergenliğin kızlarda 13-16, erkeklerde 14-17 yaş aralığını kapsadığını ifade etmişlerdir. Farklı araştırmacılar, erken ergenliğin 11-14, orta ergenliğin ise 15-17 yaş aralığını kapsadığını ifade eder (Arıkan ve ark., 2013; Parlaz ve ark., 2012). Çuhadaroğlu (2000), erken ergenliğin 10-14 yaş aralığını kapsadığını ifade etmektedir. Alanyazında bulunan araştırmalar incelendiğinde, çalışmaların ilköğretim, ortaöğretim ve üniversite düzeyinde ele alındığı görülmüştür. Bunlar yalnızca eğitim kademesidir ve bireylerin buldukları gelişim dönemlerinin özelliklerini yansıtmamaktadır. Birey her gelişim döneminde bilişsel, duyuşsal ve psikomotor açıdan farklı davranışlara sahip olduğundan, bireyin bulunduğu eğitim kademesinden ziyade, ergenlik dönemleri baz alınarak araştırmaların gerçekleştirilmesi bilimsel açıdan daha doğru sonuçlara ulaşabilmek için oldukça önemlidir (Turan, 2021).

Yapılan bu çalışmada, erken ergenlik 11-14, orta ergenlik ise 14-17 yaş aralığını kapsamaktadır. Erken ergenlik dönemi, duygusal ve psikolojik gelişim, bağımsızlık arayışı ve kimlik oluşumu ile karakterize edilir. Erken ergenlerin kendi bireysellik ve benzersizlik duygularını aradıkları bir zamandır (Knowles ve Brown, 2000). Birey kimliğini oluşturmaya başlamakta ve ailesiyle sıklıkla karşı karşıya gelmektedir (Arman ve ark., 2011). Bu durum ise ergenin akranlarını daha fazla önemsemesine etki etmiş ve vaktini akranlarla daha fazla geçirmesini sağlamıştır (Derman, 2008). Erken ergenler idealist olma eğilimindedirler ve insan ilişkilerinde güçlü bir adalet duygusuna sahiptirler (N. G. Kellough ve R. D. Kellough,

2008; Scales, 2003). Dönemin bir diğer önemli gelişim alanı ahlaki gelişimdir. Ergenliğin ilk yılları yani erken ergenlik dönemi, gelişim dönemleri içerisinde bireylerin, ahlaki konularda en hassas oldukları dönemdir. Bu dönemde ahlâkî gelişim bağlamında, ahde vefa ve sadâkat gibi sosyal alanlardaki ahlâkî özelliklerin önemi fark edilir. Ahlakın toplumsallaşmasıyla beraber “hak ve adalet” fikri ergeni git gide etkisi altına almaya başlar. Dolayısıyla ergenler, haksızlıkta bulunan ve davranışlarında eşitliği gözetmeyen bireylere karşı oldukça sert tepkiler gösterir. Ancak ergenliğin ilk yıllarında görülen bu tepkilerin dozu, dönemin sonlarına doğru etkisini kaybetmeye başlar ve azalır (Koç, 2004). Orta ergenlik dönemindeki bireyler her şeye gücü yeteceği duygusuna sahiptir, kim olduğu, ne yaptığı ve neyin iyi olduğu konusunda arkadaşlar, anne ve babalardan daha etkilidir. Akran gruplarına kendini kanıtlamak ve varlığını kabul ettirmek amacıyla zaman zaman riskli davranışlara yönelebilmektedir (Uysal ve Balcı, 2018). Dolayısıyla riskli davranışlara yönelme eğilimi spor müsabakalarına da yansiyabilmekte ve sporda ahlaka uygun olmayan davranışların görülmesi bu dönemde daha da artabilmektedir.

20. Yüzyıl başlarından itibaren sporun ticarileşmesi, siyasileşmesi ve toplumun sportif başarıya aşırı kıymet vermesi, sportmenlik kapsamındaki temel ahlaki tutum ve davranışların gittikçe önemini kaybolmasına ve "ne pahasına olursa olsun kazanma" fikrinin daha önemli olmasına neden olmuştur. Sporda sportmenliğe aykırı davranışların artışı nedeniyle başlatılan bilgilendirme ve bilinçlendirme çalışmalarının amaca ulaşmakta yetersiz kalışı, sportmenlik anlayışının kazandırılmasının sistematik ve uzun vadeli bir eğitim sürecini zorunlu hale geldiğini ortaya koymuştur (Yıldıran, 2005). Geleceğin sporcu, hakem, antrenör ve seyircisinin bu kuşak içinden çıkacak olması bunun en önemli sebebidir (Yıldıran, 2004). Alanyazında sportmenlik ile ilgili farklı tanımlamalar mevcuttur. Sportmenlik kavramı insan onuruna gösterilen saygı olarak ortaya çıkmış, sporun her kademe ve branşında haksızlığa başvurmadan, dürüst bir şekilde oyun oynamanın ahlaki ilkesi olarak kabul edilmiştir (Pehlivan, 2004). Yıldıran'a (2004) göre sportmenlik, sporcuların müsabaka esnasında, gittikçe güçleşen şartlara rağmen sabırlı bir şekilde kurallara uymaları, rakibin dezavantajlarından faydalanmaya çalışmamaları, rakibi düşman olarak görmemeleri ve fırsat eşitliğinin bozulmaması için haksız avantajları kabul etmemeleridir. Sportmenlik kavramının anlaşılabilirliği en iyi düzeyde anlaşılması, sportmenliği artırıcı uygulamalara verilen önemi arttıracaktır. Bu yüzden sportmenlik tüm yönleriyle ele alınmalı ve ilişkili olduğu kavramların ortaya konacağı çalışmalar çoğaltılmalıdır.

Uluslararası Sportmenlik Birliği tarafından sportmenliği geliştirecek sekiz prensipten ikisi, “sağlıklı bir vücut için açık fikirli ve güçlü ruhlu olun”, “yenilgide yıkılmayın” prensipleridir (Keating, 2007). Söz edilen prensipler dikkate alındığında sportmenliğin psikolojik sağlamlık ile ilişkili olduğu anlaşılmaktadır. Psikolojik sağlamlık; bireyin olumsuz yaşantılarına gösterdiği uyum ve bu olumsuz yaşantılar karşısında güçlü durabilme ve başa çıkabilme yeteneği olarak tanımlanmaktadır. Bireylerin yaşamındaki olumsuzluklara karşı mücadele etmesine yardımcı olan, olumlu bir özellik olarak kabul edilmektedir (Block ve Kremen, 1996; Kararımak, 2006; Zautra ve ark., 2010). Psikolojik sağlamlık birçok kişilik özelliği ile ilişkilidir. Bunlardan bazıları; iyimserlik (Kumpfer, 1999) ve olumlu duygusallıktır (Tugade ve Frederickson, 2004). Psikolojik olarak sağlam olan bireyler iyi arkadaşlık ilişkileri kurabilirler ve dostluklarını uzun yıllar sürdürebilirler (Werner, 1996). İyi arkadaşlık ilişkileri kurabilen, iyimser ve psikolojik olarak sağlam olan bireylerin aynı zamanda sportmen olmaları muhtemeldir.

Sportmenlik ile ilişkili olduğu varsayılan diğer bir kavram duygusal zekâdır. Duygusal zekâ ile ilgili alanyazında birçok tanımlama mevcuttur. Duygusal zekâ, bireyin kendisinin ve diğer bireylerin sahip olduğu duyguları algılama, arasındaki farklılıkları anlayabilme ve davranışlarını buna göre düzenleme yeteneği olarak tanımlanmıştır (Salovey ve Mayer, 1990). Goleman (2000), duygusal zekâyı bireyin, kendisinin ve diğer bireylerin hissettiği duyguların farkına varması ve duyguları yönlendirebilmesi olarak ifade etmektedir. Duygusal zeka, empati yeteneğinin olması, sosyal becerilerinin ve problem çözme yeteneğinin yüksek olması, kendi duygularını tanıma ve diğer bireylerin duygularını anlama ve onları önemseme, onlarla iletişim kurabilme, ikna, uzlaşma ve iletişim becerisine sahip olma yetenekleridir (Bridge, 2003; Kalkınç, 2011). Yüksek duygusal zekâyâ sahip bireyler toplumla daha yakın ve kolay iletişim kurabilir (Erdoğdu, 2008), daha iyi sosyal becerilere sahiptir (Doğan ve Demiral, 2007), duygularını açıklayabilme ve uygun duygusal tepkiyi verebilme düzeyleri daha yüksektir (İşmen, 2004), gerginlikten uzak ve sakin bir yaşam sürebilirler (Tuncay, 2011), performanslarını göstermede daha etkin, yaşam doyumları daha yüksek ve depresyon düzeyleri daha az bireylerdir (Petrides ve Furnham, 2000). Genel olarak duygusal zekâsı yüksek insanlar iletişim konusunda oldukça başarılıdırlar (Tuncay, 2011).

Alanyazın incelendiğinde Nas'ın (2019) lise öğrencileri üzerine yaptığı çalışmada katılımcıların psikolojik sağlamlık düzeyleri ile sportmenlik düzeyleri arasında pozitif yönlü bir ilişki tespit edilmiştir. Sportmenlik alanında yapılan çalışmalarda sportmenlik ve duygusal zekâ arasındaki ilişkiyi doğrudan inceleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Ayrıca

sportmenlik, duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlığın bir arada çalışıldığı bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Psikolojik sağlamlığın duygusal zekâ ile (Ak, 2016; Özer, 2013; Ergün, 2016; Yüksel ve ark., 2021; Türkmen ve Doğan, 2021) ilişkili olduğu tespit edilen çalışmalar mevcuttur. Dolayısıyla çalışmanın erken ve orta ergenler üzerinde gerçekleştirilmesi ve sportmenliğin ilişkili olduğu yeni bir kavramın ortaya konacak olması adına önemli bir çalışma olarak görülmektedir. Bu çalışmanın amacı erken ve orta ergenlik dönemindeki bireylerin duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlıklarının, sportmenlik davranışlarını ne ölçüde yordadığını ortaya koymaktır.

## YÖNTEM

### *Araştırma Modeli*

Bu araştırmada nicel yaklaşımlardan olan “*ilişkisel tarama modeli*” kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli, “*iki ya da daha çok değişken arasındaki ilişkinin herhangi bir şekilde bu değişkenlere müdahale edilmeden incelendiği araştırmalar*” (Büyüköztürk ve ark., 2016.) şeklinde ifade edilmiştir.

### *Katılımcılar*

Araştırmaya ortaokulda öğrenim görmekte olan 11-13 yaş aralığındaki 230 öğrenci, lisede eğitim görmekte olan 14-17 yaş aralığındaki 297 öğrenci katılım sağlamıştır. Örneklem çerçevesinin belirlenmesinde ise sosyal bilimlerinde örneklem hatalarını en aza indirmek için farklı evren büyüklüklerinden farklı örnekleme alma tekniği olarak kullanılan  $\alpha=0,05$  için en büyük evrene karşılık gelen 384 popülasyona uygun şekilde yürütülmüştür (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2004). Bu kapsamda araştırmaya yaş ortalaması  $13.99 \pm 2.11$  olan 312 kadın ve 215 erkek öğrenci dahil edilmiştir. Çalışmada erken ergenlik yaş sınırları 11-13 yaş olarak alınırken orta ergenlik yaş sınırı ise 14-17 yaş olarak belirlenmiştir. Öğrencilere ait bilgiler tablo 1’ de verilmiştir.

**Tablo 1.** Tanımlayıcı bilgiler

		<b>Katılımcı</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Cinsiyet</b>	<b>Erken ergenlik</b>	Kadın	130	56.5
		Erkek	100	43.5
	<b>Orta Ergenlik</b>	Kadın	182	61.3
		Erkek	115	38.7
<b>Aktif Olarak Spora Katılım</b>	<b>Erken ergenlik</b>	Evet	153	66.5
		Hayır	77	33.5
	<b>Orta Ergenlik</b>	Evet	182	61.3
		Hayır	115	38.7
<b>Toplam</b>			527	100

### ***Veri Toplama Araçları***

#### ***Beden Eğitimi ve Spor Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği (BEDSDÖ):***

“Beden Eğitimi Dersi Sportmenlik Davranışı Ölçeği” Koç (2013) tarafından hazırlanmış 5’li Likert tipi ölçektir. Ölçek. “Pozitif Davranışları Sergileme (PDS)” 11 madde, “Negatif Davranışlardan Kaçınma (NDK)” 11 madde olmak üzere 2 boyut ve toplam 22 maddeden oluşmaktadır. “(5) Her zaman”, “(1) Hiçbir zaman” şeklinde derecelenmiştir. Negatif Davranışlardan Kaçınma boyutundaki maddeler ters kodlanmıştır. Katılımcıların ölçekten alabilecekleri en yüksek puan 110, en düşük puan ise 22’dir. Ölçekten alınan puanlar arttıkça katılımcıların sportmenlik düzeylerinin daha yüksek olduğu söylenebilmektedir. Orijinal ölçeğin güvenirlik katsayısı 0,88’dir. Bu çalışma için ölçeğin güvenirlik katsayısı ise 0.92 olarak belirlenmiştir.

#### ***Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği (ÇGPSÖ-12):***

“Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlık Ölçeği” Liebenberg, Ungar ve Van de Vijver (2012) tarafından geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçeye uyarlaması ise Arslan (2015) tarafından gerçekleştirilmiştir. 5’li Likert tipindeki ölçek 12 maddeden oluşmaktadır. Ölçek “(5) Beni Tamamen Tanımlıyor”, “(4) Oldukça Tanımlıyor”, “(3) Biraz Tanımlıyor”, “(2) Çok Az Tanımlıyor”, “(1) Beni Hiç Tanımlamıyor” şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 60, en düşük puan ise 12’dir. Ölçekten alınan puan arttıkça katılımcıların yüksek psikolojik sağlamlığa sahip olduğunu, düşük puan almak ise psikolojik sağlamlığın düşük olduğunu ifade etmektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayısı 0.91’dir. Bu çalışma için ölçeğin güvenirlik katsayısı .83’tür.

#### ***Duygusal Zekâ Ölçeği:***

Lee ve Kwak (2012) tarafından geliştirilen “Duygusal Zekâ Ölçeği”, Türk kültürüne Kayıhan ve Arslan (2016) tarafından uyarlanmıştır. 5’li likert tipindeki ölçek, 3 alt boyuttan ve toplam 20 maddeden oluşmaktadır. Ölçek “(5) Tamamen Katılıyorum”, “(4) Katılıyorum”, “(3) Kararsızım”, “(2) Katılmıyorum”, “(1) Hiç Katılmıyorum” şeklinde derecelendirilmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 20, en yüksek puan ise 100’dür. Katılımcıların ölçekten aldıkları puan yükseldikçe duygusal zekâ düzeylerinin de yüksek olduğu, puanları düştükçe duygusal zekâ düzeylerinin düşük olduğu ifade edilmektedir. Ölçeğin alt boyutlarının Cronbach’s Alpha güvenirlik katsayıları sırasıyla .72, .71, .76 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin tümü için güvenirlik katsayısı ise .83 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışma için ölçeğin güvenirlik katsayısı .86’dır.

## *Araştırma Yayın Etiği*

Bu araştırma için Balıkesir Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulunun 06.10.2023 tarihli ve 2023/07 sayılı kararı ile etik kurul izni alınmıştır.

## *Verilerin Analizi*

Veriler çevrimiçi ortamda toplanmış ve SPSS programına aktarılarak normallik testleri uygulanmıştır. Yapılan normallik analizine göre verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerinin -1,5...,+1,5 aralığında olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu değerler normal dağılım (Tabachnick ve Fidell, 2013) değerleri arasındadır. Çalışmanın istatistiksel analizinde betimsel istatistikler, Bağımsız örneklem t testi, Pearson korelasyon ve Çoklu Doğrusal Regresyon tekniğinden yararlanılmıştır. Bu sebeple ilk olarak modelde otokorelasyonu test etmede kullanılan Durbin Watson değeri incelenmiştir. Çoklu Doğrusal Regresyon analizinin yapılabilmesi için bu değer 1.5 ile 2.5 arasında olması istenmektedir (Kalaycı, 2006). Bu çalışmada ise değer 1.736 olduğu ve modelde otokorelasyon olmadığı belirlenmiştir. Çoklu Doğrusal Regresyon analizinin diğer varsayımlarından biri olan çoklu doğrusallık (bağlantı) sorunu ise regresyon modelindeki bağımsız değişkenler arasında yüksek düzeyde korelasyon olmamasını ifade etmektedir (Tabachnick ve Fidell, 2013). Bu doğrultuda, varyans artış faktör değerleri (VIF), tolerans değerleri ve bağımsız değişkenler arasındaki korelasyon katsayıları incelenmiştir. Tolerans değerlerinin tümünün .20'den büyük olduğu (Tolerance=.587) ve hiçbir VIF değerinin 10'dan büyük olmadığı (VIF=1.704) ve değişkenler arası korelasyonun .80'den büyük olmadığı ( $r=.643$ ) görülmüştür (Tabachnick ve Fidell, 2013).

**Tablo 2.** Ölçek puanlarının dağılımı

Bağımlı Değişken	Madde Sayısı		$\bar{X}$	SS	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach Alpha
Psikolojik Sağlamlık	12	Erken Ergenlik	4.08	.65	-.958	.712	.83
		Orta Ergenlik	3.83	.64	-.609	.541	.81
Duygusal Zekâ	20	Erken Ergenlik	3.73	.64	-.313	-.118	.86
		Orta Ergenlik	3.55	.60	-.299	.362	.85
Beden Eğitimi Dersinde Sportmenlik	22	Erken Ergenlik	4.03	.76	-1.363	1.45	.92
		Orta Ergenlik	3.85	.71	-.882	.746	.88

Tablo 2. incelendiğinde, katılımcıların psikolojik sağlamlık, duygusal zekâ ve beden eğitimi dersinde sportmenlik davranışı ölçekleri tanımlayıcı bilgileri verilmiştir. Erken ergenlerin psikolojik sağlamlık ölçeğinden almış olduğu ortalama puan (4.08) orta ergenlerin puanından (3.83) yüksektir. Erken ergenlerin duygusal zekâ ölçeğinden almış olduğu ortalama

puan (3.73) orta ergenlerin puanından (3.55) yüksektir. Erken ergenlerin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ölçeğinden almış olduğu ortalama puan (4.03) orta ergenlerin puanından (3.85) yüksektir. Ayrıca, her üç ölçekte basıklık ve çarpıklık değerleri -1.5 ile +1.5 arasındadır. Bu verilerin normal dağıldığını göstermektedir (Tabachnik ve Fidell, 2013). Her üç ölçeğin de güvenilirlik katsayıları ise iyi düzeydedir.

## BULGULAR

**Tablo 3.** Erken ve orta ergenlik dönemi ikili karşılaştırma testi sonuçları

	Dönem	N	$\bar{X}$	Ss	sd	t	p	$\eta^2$
Psikolojik Sağlık	Erken Ergenlik	230	4.08	.65	525	4.41	0.000*	.036
	Orta Ergenlik	297	3.83	.64				
Duyusal Zekâ	Erken Ergenlik	230	3.73	.64	525	3.33	0.001*	.021
	Orta Ergenlik	297	3.55	.59				
Sportmenlik	Erken Ergenlik	230	4.02	.76	525	2.67	0.008*	.013
	Orta Ergenlik	297	3.85	.71				

\*p<.05

Tablo 3. incelendiğinde, katılımcıların psikolojik sağlık (t<sub>(525)</sub>; 4,41; p<0,05), duygusal zekâ (t<sub>(525)</sub>; 3,33; p<0,05) ve beden eğitimi dersi sportmenlik davranışlarının (t<sub>(525)</sub>; 2,67; p<0,05) anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür. Katılımcıların psikolojik sağlıklarında erken ergenlerin puanları (X= 4,08) orta ergenlerin puanlarından (X= 3,83) anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Aynı şekilde duygusal zekâda erken ergenlerin puanları (X= 3,73) orta ergenlerin puanlarından (X= 3,55) anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Son olarak, beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı erken ergenlerin puanları (X= 4,02) orta ergenlerin puanlarından (X= 3,85) anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır.

**Tablo 4.** Korelasyon analizi sonuçları

	Değişken	Beden Eğitimi Dersinde Sportmenlik	Duyusal Zekâ
Erken ergenlik	Duyusal Zekâ	.524**	
	Psikolojik Sağlık	.597**	.679**
Orta ergenlik	Duyusal Zekâ	.333**	
	Psikolojik Sağlık	.360**	.596**

\*\*p<.01

Yapılan korelasyon analizi sonucunda, erken ergenlerin duygusal zeka düzeyleri ile psikolojik sağlık düzeyleri arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu



belirlenmiştir ( $r=.679$ ,  $p<.01$ ). Psikolojik sağlamlık düzeyleri ile beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı düzeyleri arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ( $r=.597$ ,  $p<.01$ ). Duygusal zekâ ile beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ( $r=.524$ ,  $p<.01$ ). Orta ergenlerin duygusal zekâ ile psikolojik sağlamlık arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ( $r=.596$ ,  $p<.01$ ) Psikolojik sağlamlık düzeyleri ile beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı düzeyleri arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ( $r=.360$ ,  $p<.01$ ). Duygusal zekâ ile beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı arasında pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ( $r=.333$ ,  $p<.01$ ).

**Tablo 5.** Psikolojik sağlamlık ve duygusal zekânın beden eğitimi dersindeki sportmenlik üzerine etkisi

	Değişken	B	Std. Hata	$\beta$	t	p
Erken Ergenlik	Sabit	.905	.267	---	3.393	.001*
	Psikolojik sağlamlık	.527	.084	.448	6.311	.000*
	Duygusal zekâ	.260	.084	.219	3.088	.002*
	R= .62 $R^2_{adj}=.38$ $F_{(2,227)} = 70.368$ $p=.000$					
Orta Ergenlik	Sabit	2.019	.257	---	7.846	.000*
	Psikolojik sağlamlık	.277	.074	.250	3.737	.000*
	Duygusal zekâ	.218	.079	.184	2.746	.006*
	R= .39 $R^2_{adj}=.15$ $F_{(2,294)} = 26.155$ $p=.000$					

Tablo 5. incelendiğinde, çoklu doğrusal regresyon analizi sonucunda regresyon modelinin istatistiksel açıdan Standardize edilmiş regresyon katsayısına ( $\beta$ ) göre, yordayıcı değişkenlerin erken ergenler ve orta ergenlerin beden eğitimi dersindeki sportmenlik üzerindeki görelî önem sırası psikolojik sağlamlık ve duygusal zekâdır. Erken ergenlerin regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde psikolojik sağlamlık ( $\beta=.448$ ;  $t=6.311$ ;  $p=.000$ ) ve duygusal zekânın ( $\beta=.219$ ;  $t=3,088$ ;  $p=.002$ ) beden eğitimi dersindeki sportmenlik davranışı üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu değişkenler erken ergenlerin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı üzerindeki toplam varyansın %38'ini açıklamaktadır. Orta ergenlerin regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde psikolojik sağlamlık ( $\beta=.250$ ;  $t=3,737$ ;  $p=.000$ ) ve duygusal zekânın ( $\beta=.184$ ;  $t=2,746$ ;  $p=.006$ ) beden eğitimi dersindeki sportmenlik davranışı üzerinde anlamlı etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. Bu değişkenler orta ergenlerin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı üzerindeki toplam varyansın %15'ini açıklamaktadır.

## TARTIŞMA

Bu araştırmada, erken ve orta ergenlik döneminde yer alan bireylerde beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı, duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişki düzeyi ve duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlığın, beden eğitimi dersinde sportmenlik davranışlarını ne ölçüde yordadığı incelenmiş ve bulgulardan elde edilen sonuçlar tartışılmıştır.

Araştırma bulguları incelendiğinde, psikolojik sağlamlık, duygusal zekâ ve beden eğitimi dersi sportmenlik davranışlarının anlamlı şekilde farklılaştığı görülmüştür. Erken ergenlerin psikolojik sağlamlık puanları orta ergenlerin puanlarına göre anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Dolayısıyla yaş arttıkça psikolojik sağlamlık düzeyinin azaldığı söylenebilir. Turgut (2015) tarafından lise düzeyindeki ergenler üzerine yapılan çalışmada katılımcıların yaşları arttıkça psikolojik sağlamlık düzeylerinin azaldığı tespit edilmiştir. Ergün (2016) yaptığı çalışmada benzer sonuçlara ulaşmış, ergenlerin yaşı arttıkça psikolojik dayanıklılık düzeyinin düştüğünü tespit etmiştir. Saka ve Ceylan (2018) yapmış oldukları çalışmada 14 yaş grubunda bulunan ergenlerin 15-16 yaş grubunda bulunan ergenlere göre psikolojik dayanıklılık düzeylerinin daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Kurt (2016) ebeveynleri boşanmış bireylerin üzerine yapmış olduğu bir çalışmada, 14-15 yaş aralığında bulunan ergenlerin, 16-18 yaş aralığında bulunan ergenlere göre daha yüksek psikolojik dayanıklılığa sahip olduğunu tespit etmiştir. Bu sonuçlar araştırmamızı destekler niteliktedir. Literatür bulguları 16-17 yaş aralığında bulunan ergen bireylerin riskli davranışlarda bulunma eğilimlerinin daha yüksek olduğunu göstermektedir (Williams ve ark., 2012). Orta ergenlik döneminde bulunan ergen, karşı cinse artan ilgi, sosyal ve akademik anlamda gelişme ve başarılı olma arzusu ve mesleki beklentiler gibi daha karmaşık durumlar ile başa çıkmak zorundadır. Bu durum zorlayıcı olmakta ve ergende depresyon gibi psikolojik düşüşlere sebep olmaktadır (Marston ve ark., 2010). Bu sürecin etkisinde kalan orta ergenlerin psikolojik sağlamlıklarının azaldığı söylenebilir.

Erken ergenlerin duygusal zekâ puanları, orta ergenlerin puanlarına göre anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Ergenlik döneminde yaşanan duygusal gelişimin kapsadığı duyguları gizleyebilme ve kontrol edebilme becerisi yaşla birlikte artmaktadır. Ancak, yaşanan duygu yoğunluğundaki artış ve duygusal istikrarsızlık, duyguları yönetmeyi zorlaştırmaktadır (Kulaksızoğlu, 2012). Erken ergenlerin, bu konuda orta ergenlere göre daha başarılı olmasının nedeni, yaşanan ergenlik dönemi değişimlerinin etkisini henüz daha az göstermeleri olabilir. Erken ergenler, bir gruba ait olmaya güçlü bir ihtiyaç duyarlar, yetişkin onayının önemi azaldıkça, akran onayının önemi daha da artar (Scales, 2003). Bu ihtiyaç genellikle akran gruplarına karşı şiddetli bir bağlılıkla sonuçlanır (N. G. Kellough ve R. D.

Kellough, 2008). Bu da erken ergenlerin arkadaşlarıyla yüksek düzeyde etkileşim içinde olmalarından dolayı duygusal açıdan daha fazla geliştikleri düşünülebilir. Orta ergenlik döneminde olan ergen bireyler gittikçe daha da karmaşıklaşan sosyal durumlara maruz kaldıklarından, depresyon ve kaygı belirtileri yoğun olarak gözlenebilmektedir (Tamura ve ark., 2012; Hankin ve ark., 1998). Bu nedenle duygusal olarak olumsuz anlamda etkilendikleri düşünülmektedir.

Erken ergenlerin beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı puanları orta ergenlerin puanlarından anlamlı düzeyde yüksek çıkmıştır. Orta ergenlerin akran gruplarına kendini kanıtlamak, varlığını kabul ettirmek amacıyla zaman zaman riskli davranışlara yönelebilmesi (Uysal ve Balcı, 2018) nedeniyle farklılığın ortaya çıktığı düşünülmektedir. Türkmen ve Varol (2015) ortaokul öğrencilerinin sportmenlik davranışlarını incelemişler ve öğrencilerin sınıf düzeyleri yükseldikçe sportmenlik davranışlarının azaldığını tespit etmişlerdir. Altun ve Güvendi (2019) ortaokul öğrencileri üzerine yaptıkları çalışmada 5. Sınıfa giden öğrencilerin, 6. 7. ve 8. sınıfa giden öğrencilere göre daha sportmence davrandıkları sonucuna ulaşmıştır. Gök ve Sarıkol (2023) lise öğrencileri üzerine yaptıkları çalışma sonucunda yaşın artmasıyla birlikte öğrencilerin fair play algılarının azaldığını belirtmişlerdir. Yine Yılmaz ve ark., (2017) yapmış oldukları bir çalışmada, ortaokul öğrencilerinin sınıf seviyesi arttıkça sportmenlik düzeylerinin azaldığı sonucuna ulaşmışlardır. Bu sonuçlar çalışmamızın sonuçlarını destekler niteliktedir. Ayrıca yaş ve sınıf düzeyi olarak daha küçük olan öğrencilerin galip gelmekten daha çok spora katılım fikrinde olduğu, yaş ve sınıf düzeyi yükseldikçe ise artık spora katılımın eskisi kadar önemli görülmediği, müsabakayı kazanma ve başarıya ulaşma isteğinin daha önemli görüldüğü düşünülmektedir. Bu sebeple orta ergenlerin sportmenlik davranışlarının azaldığı düşünülmektedir.

Araştırmamız sonucunda erken ergenlerin duygusal zekâ seviyeleri ile psikolojik sağlık seviyeleri arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Orta ergenlerin duygusal zekâ seviyeleri ile psikolojik sağlık seviyeleri arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Dolayısıyla bireylerin duygusal zekâ seviyeleri arttıkça psikolojik sağlık seviyelerinin artacağı söylenebilir. Elde edilen bulgular literatürdeki bazı çalışmalarla benzerlik göstermektedir (Deniz ve Özer, 2014; Yüksel ve ark., 2021; Doğan ve Türkmen, 2021). Deniz ve Özer (2014) yapmış oldukları çalışmada psikolojik sağlık ile duygusal zekânın alt boyutları arasında pozitif yönde bir ilişki tespit etmişlerdir. Tugade ve ark., (2004) yaptıkları çalışmada duygusal zekânın psikolojik sağlamlığı olumlu yönde etkilediğini belirtmektedirler. Ayrıca Sandel'in (2007) yapmış olduğu araştırmadan elde ettiği "duygusal zekâ ve psikolojik sağlık

arasında olumlu yönde ve anlamlı bir ilişki vardır” bulgusu elde etmiş olduğumuz bulgularla paralellik göstermektedir. Erken ergenlerin psikolojik sağlamlık ile beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı arasındaki ilişki incelendiğinde ise pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Orta ergenlerin psikolojik sağlamlık ile beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı arasındaki ilişki incelendiğinde ise pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Benzer bir çalışmada Nas (2019) lise öğrencilerinin sportmenlik, öz-yeterlik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkisini incelediği çalışmasında, sportmenlik düzeyi ile psikolojik sağlamlık düzeyi arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki tespit etmiştir. Dolayısıyla bireylerin psikolojik sağlamlık seviyeleri arttıkça sportmenlik seviyelerinin artacağı söylenebilir. Erken ergenlerin duygusal zekâ ile beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı arasındaki ilişki incelendiğinde ise pozitif yönlü yüksek düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Orta ergenlerin duygusal zekâ ile beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı arasındaki ilişki incelendiğinde ise pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Dolayısıyla bireylerin duygusal zekâ seviyeleri arttıkça sportmenlik seviyelerinin artacağı söylenebilir. Alanyazın incelendiğinde duygusal zekâ ile sportmenliğin bir arada çalışıldığı bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Ataklı (2022) milli judocular üzerine yaptığı bir çalışmada sosyal zekânın sportmenlik davranışlarına etkisinin olduğunu ayrıca sosyal zekâ alt boyutları “sosyal bilgi süreci, sosyal beceri süreci, sosyal farkındalık” ile sportmenlik davranışlarının alt boyutları “sosyal normlara uyum, kurallara ve yönetime saygı, sporda sorumluluklara bağlılık, rakibe saygı” arasında anlamlı ilişki olduğunu belirlemiştir.

Erken ve orta ergenlerin sportmenlik düzeylerinde duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlığın ne seviyede yordayıcı olduğunu belirlemek için çoklu doğrusal regresyon analizi yapılmıştır. Bulgular sonucunda regresyon modelinin her iki dönem içinde anlamlı olduğu belirlenmiştir. Yordayıcı değişkenlerin beden eğitimi dersindeki sportmenlik davranışı üzerindeki görece önem sırası her iki dönem içinde psikolojik sağlamlık ve duygusal zekâdır. Psikolojik sağlamlık ve duygusal zekânın erken ergenlerin sportmenlik düzeylerinin %38’ini, orta ergenlerin sportmenlik düzeylerinin %15’ini yordadığı bulunmuştur. Psikolojik sağlamlık ve duygusal zekânın erken ergenlerin sportmenlik düzeylerine etkisi orta ergenlerin sportmenlik düzeylerine etkisine göre daha fazladır. Karşılaştırma yapılabilecek başka bir araştırmaya rastlanılmamıştır. Dolayısıyla kesin bir yargıya varılması zor olsa da psikolojik sağlamlık ve duygusal zekânın beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı üzerinde etkili olduğu kanısına varılmıştır. Ayrıca psikolojik sağlamlığın beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı üzerine etkisinin duygusal zekâyı oranla daha yüksek olduğu söylenebilir. Duygusal zekâyı sahip olan bireyler çevresiyle uyum içinde olan, empati yeteneği olan, diğer bireyleri

önemseyen bireylerdir. Empati yeteneği olan ve diğer bireyleri önemseyen bireyin, rakibinin dezavantajlarından yararlanmayacağı ve rakibi düşman olarak görmeyeceği söylenebilir. Psikolojik olarak sağlam olan bireyler iyi arkadaşlık ilişkileri kurabilir ve iyimser bireylerdir. İyi arkadaşlık ilişkileri kurabilen, iyimser ve psikolojik olarak sağlam olan bireylerin aynı zamanda sportmen olmaları muhtemeldir. Bu nedenle duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlığın, beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı üzerine etkili olduğu düşünülmektedir.

## SONUÇ

Araştırma sonucunda, erken ergenlerin orta ergenlere göre psikolojik sağlamlık, duygusal zekâ ve beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı düzeylerinin daha yüksek olduğu ve yaş arttıkça psikolojik sağlamlık düzeyinin ve beden eğitimi dersi sportmenlik davranışlarının azaldığı tespit edilmiştir. Erken ve orta ergenlerin duygusal zekâ ile psikolojik sağlamlık düzeyleri arasında, psikolojik sağlamlık ile beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı arasında, beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ile duygusal zekâ düzeyleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Ayrıca duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlığın beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı üzerinde pozitif yönlü bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Dolayısıyla erken ve orta ergenlerin duygusal zekâ düzeyleri ve psikolojik sağlamlıkları arttırıldıkça sportmen davranışları sergileme sıklıkları da artmaktadır.

Araştırmacılara, sportmenlik, duygusal zekâ ve psikolojik sağlamlık üzerine çalışmaya rastlanılmaması nedeniyle çalışmaların çoğaltılması, araştırmanın bir diğer ergenlik dönemi olan geç ergenlik dönemindeki bireyleri de içine alacak şekilde tasarlanması ve diğer zekâ türleri ile ilişkilendirilmesi önerilmektedir.

## KAYNAKLAR

- Ak, Ç. (2016). Ortaokul öğrencilerinin duygusal zekaları ve psikolojik sağlamlıkları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Programı, İstanbul.
- Altun, M., ve Güvendi, B. (2019). Ortaokul öğrencilerinin beden eğitimi ve spor dersi sportmenlik davranışlarının bazı değişkenlere göre incelenmesi. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 11(18), 2224-2240. <https://doi.org/10.26466/opus.570922>
- Arıkan, D., Çelebioğlu, A., ve Güdücü T.F. (2013). *Pediyatri Hemşireliği. İçinde: Çocukluk Dönemlerinde Büyüme ve Gelişme*. Conk, Z., Başbakkal, Z., Bal Yılmaz H, Bolışık, B, editors, Ankara: Akademisyen Tıp Kitap Evi. P. 53-66.
- Arman, A. R., Bereket, A., ve Ateş, E. (2011). *Kim korkar ergenlikten*. İstanbul: Doğan Yayınları.
- Arslan, G. (2015). Çocuk ve Genç Psikolojik Sağlamlık Ölçeği'nin (ÇGPSÖ) Psikometrik Özellikleri: Geçerlilik ve Güvenirlilik Çalışması. *Ege Eğitim Dergisi*, 16(1), 1-12. <https://doi.org/10.12984/eed.23397>

- Ataklı, M. (2022). Milli judocuların sosyal zekâları ile sportmenlik davranışları arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi, Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, Tekirdağ
- Block, J. ve Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resiliency: Conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349>
- Büyüköztürk, Ş., Akgün, Ö. E., Demirel, F., Karadeniz, Ş. ve Çakmak, E. K. (2017). Bilimsel araştırma yöntemleri. (23. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Bridge, B. (2003). *Duyguların Eğitimi*. İstanbul: Beyaz Yayınları.
- Çuhadaroğlu, F. (2000). Ergenlik Döneminde Psikolojik Gelişim Özellikleri. *Katkı Pediatri Dergisi Adölesan Sayısı*. 21(6):863-868.
- Derman. O. (2008). Ergenlerde psikososyal gelişim. *Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri. Sempozyum Dizisi*. (63). 19-21.
- Doğan, S. ve Demiral, Ö. (2007). Kurumların başarısında duygusal zekânın rolü ve önemi. *Yönetim ve Ekonomi Dergisi*, 14 (1), 209-230.
- Ekeland, E., Heian, F. ve Hagen, K. (2005). Can exercise improve self esteem in children and young people? A systematic review of randomised controlled Trials, *British Journal of Sports Medicine*. 39(11), 792-798.
- Erdoğan, Y. (2008). Duygusal Zekanın bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 7 (23), 62-76.
- Ergün, O. (2016). Ergenlerde duygusal zeka özellikleri ile psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Arel Üniversitesi, İstanbul.
- Goleman, D. (2000). *İş Başında Duygusal Zeka*. Handan Balkara (çev.). 1. Baskı. İstanbul: Varlık Yayınları.
- Gök, A. ve Sarıkol, E. (2023). Spor Lisesi Öğrencilerinin Fair-Play Davranışlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Yalova Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 70-86.
- İşmen, A. E. (2004). Duygusal Zeka ve Aile İşlevleri Arasındaki İlişki. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 7(11), 55-75.
- Kalaycı, Ş. (Ed.) (2006). *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım
- Kalkınç, F. (2011). *Okul Evde Başlar*. 23. Baskı. İstanbul: Fer Kitap.
- Kararımak, Ö. (2006). Psikolojik sağlamlık, risk faktörleri ve koruyucu faktörler. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(26), 129-139.
- Kayıhan, Ş. N. ve Arslan, S. (2016). Duygusal Zekâ Ölçeği: Bir Ölçek Uyarlama Çalışması. *FSM İlmî Araştırmalar İnsan ve Toplum Bilimleri Dergisi*, (7), 137-145.
- Keating, J.W. (2007). Sportsmanship as a moral category. In: Morgan WJ, (Editor) *Ethics in Sport*. pp. 141-152. Human Kinetics
- Kellough, R. D. ve Kellough, N. G. (2008). *Teaching young adolescents: Methods and resources for middle grades teaching (5th ed.)*. Upper Saddle River, NJ: Pearson Merrill Prentice Hall.

- Knowles, T., ve Brown, D. F. (2000). What every middle school teacher should know. Westerville, OH: National Middle School Association.
- Koç, M. (2004). Gelişim Psikolojisi Açısından Ergenlik Dönemi Ve Genel Özellikleri. Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 17 (2), 231-256.
- Koç, Y. (2013). Beden eğitimi dersi sportmenlik davranışı ölçeği (BEDSDÖ): Geçerlik ve güvenirlik çalışması. Erzincan Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 15(1), 96-114.
- Kulaksızoğlu, A. (2012). Ergenlik psikolojisi (13. baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi
- Kumpfer, K. L. (1999). Factors and process contributing to resilience: The resilience framework. In M. D. Glantz, ve J. L. Johnson (Eds.), Resilience and Development: Positive Life Adaptations. (pp. 179- 224). New York: Kluwer Academic/ Plenum Publishers.
- Kurt, T. (2016). Ebeveynleri boşanmış ergenlerin yılmazlık, benlik saygısı, başa çıkma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi: Yılmazlığın aracı rolü. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Liebenberg, L., Ungar, M. ve Van de Vijver, F. R. R. (2012). Validation of the Child and Youth Resilience Measure-28 (CYRM-28) among canadian youth with complex needs. Research on Social Work Practice, 22(2), 219-226.
- Marston, E.G., Hare, A. ve Allen, J.P. (2010). Rejection sensitivity in late adolescence: Social and emotional sequelae. Journal of Research on Adolescence, 20(4), 959-982.
- Nas, H. (2019) Lise öğrencilerinde sportmenlik, öz-yeterlik ve psikolojik sağlamlık arasındaki ilişkinin incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi, Erzincan.
- Özer, E. (2013). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zekâ ve beş faktör kişilik özellikleri açısından incelenmesi. Doktora tezi. Konya Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya.
- Özer, E., ve Deniz, M. E. (2014). Üniversite öğrencilerinin psikolojik sağlamlık düzeylerinin duygusal zeka açısından incelenmesi. İlköğretim Online, 13(4), 1240-1248.
- Parlaz, E. A., Tekgül, N., Karademirci, E., ve Öngel, K. (2012). Ergenlik dönemi: fiziksel büyüme, psikolojik ve sosyal gelişim süreci. Turkish Family Physician, 3(2), 10-16.
- Pawlowski, W. ve Hamilton, G. (2008). Talking to your adolescent about STDs, HIV, & Sex. Stages of Adolescent Development Retrieved from <http://www.projectoideas.jsi.com/Docs/OCC%20Notes%20Feb.%202008.pdf>
- Pehlivan, Z. (2004). Fair-play kavramının geliştirilmesinde okul sporunun yeri ve önemi. SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, II (2) 49-53.
- Petrides, K.V.; Furnham, Adrian (2000). "On the Dimensional Structure of Emotional Intelligence" Personality and Individual Differences, 29, 313-320.
- Saka, A. ve Ceylan, Ş. (2018). Ergenlerin Psikolojik Dayanıklılık Düzeylerinin Aile Yapılarına Göre İncelenmesi. Eğitim ve Toplum Araştırmaları Dergisi, 5(1), 68-86.
- Salovey, P., ve Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. Imagination, Cognition and Personality, 9 (3), 185-211.
- Sandel, Keranen J. (2007), The Effects of Trauma Exposure, Emotional Intelligence and Positive Emotion on Resilience, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Fielding Graduate University

- Scales, P. C., Sesma, A., Jr., ve Bolstrom, B. (2003). *Coming into their own: How developmental assets promote positive growth in middle childhood*. Minneapolis, MN: Search Institute.
- Tabachnick, B. G., ve Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. (6th edn). Boston, Ma: Pearson.
- Tamura, M., Moriguchi, Y., Higuchi, S., Hida, A., Enomoto, M., Umezawa, J ve Mishima, K. (2012). Neural network development in late adolescents during observation of risk-taking action, *PLoS ONE*, 7(6), 1-12.
- Tugade, M. M., Fredrickson, B. L., ve Barrett, L. F. (2004). Psychological resilience and positive emotional granularity: Examining the benefits of positive emotions on coping and health. *Journal of Personality*. 72(6), 1161-1190.
- Tuncay, H. (2011) *Konuşmak Yürek İster Dil İletişim ve Duygusal Zeka*. Ankara: Hacettepe-Taş Kitapçılık.
- Turan, S. (2021). Geç ergenlik dönemi: Ahlaki uzaklaşma. *Sportive*, 4(2), 1-11.
- Turgut, Ö. (2015). Ergenlerin psikolojik sağlamlık düzeylerinin, önemli yaşam olayları, algılanan sosyal destek ve okul bağlılığı açısından incelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
- Türkmen, İ., ve Doğan, H. Y. (2021). Duygusal Zekânın Psikolojik Sağlamlık Üzerine Etkisi: Acil Sağlık Hizmetleri Personeli Üzerine Bir Araştırma. İnönü Üniversitesi Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksek Okulu Dergisi, 9(3), 1066-1083.
- Türkmen, M. ve Varol, S. (2015). Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Ortaokul Öğrencileri Üzerinde Sportmenlik Davranışı Oluşturma Etkisinin Belirlenmesi: (Bartın İl Örneği). *International Journal of Contemporary Educational Studies (IntJCES)*, 1: 42-64.
- Uysal, G., ve Balci, S. (2018). Evaluation of a school-based program for Internet addiction of adolescents in Turkey. *Journal of Addictions Nursing*, 29(1), 43-49.
- Uzun, A. ve Boyalı, E. (2020). Ergenlik Dönemleri ve Spor. Aygün, Y. ve Duyan, M. (ed.), *Çocuk ve Egzersiz*. Gece Kitaplığı
- Yazıcıoğlu, Y., ve Erdoğan, S. (2004). *SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Yıldırım, İ. (2004). Fair play: kapsamı, Türkiye'deki görünümü ve geliştirme perspektifleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(4), 3-16.
- Yıldırım, İ. (2005). Fair play eğitiminde beden eğitiminin rolü. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5,(1), s.3-16.
- Yılmaz, A., Esentürk, O. K., ve İlhan, E. L. (2017). Sportsmanship tendency in terms of moral development of middle school students Ortaokul öğrencilerinin ahlaki gelişimleri açısından sportmenlik yönelimleri. *Journal of Human Sciences*, 14(4), 4969-4988
- Yüksel, M. Y., Saruhan, V. ve Keçeci, B. (2021). Psikolojik sağlamlığın duygusal zekâ ve kişilerarası duygu düzenleme açısından incelenmesi. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 53(53), 141-156.
- Zautra, A., Hall, J. S. ve Murray, K. (2010). Resilience: A new definition of health for people and communities. J. R. Reich, A. Zautra, & J. S. Hall içinde, *Handbook of Adult Resilience* (s. 3- 30). New York: Guilford.



Werner, E. (1996). How kids become resilient: Observations and cautions. *Resiliency in Action*, 1, 1, 18-28.

WHO (2003). Promoting The Health of Young People in Custody. Retrieved from <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/107532/e81703.pdf>

Williams, A.F., West, B.A. ve Shults, R.A. (2012). Fatal crashes of 16-to 17-year-old drivers involving alcohol, nighttime driving, and passengers. *Traffic Injury Prevention*, 13(1), 1-6.

