



**FARKLI BRANŞLARDAKİ ERKEK VE KADIN SPORCULARIN ATILGANLIK İLE PROBLEM ÇÖZME BECERİLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİ\***  
**RELATION BETWEEN ASSERTIVENESS AND PROBLEM SOLVING SKILLS OF MALE AND FEMALE ATHLETES IN DIFFERENT BRANCHES**

**Tülin ATAN\*\***  
**Sabiha GÖÇER\*\*\***  
**Şaban ÜNVER\*\*\*\***

**Öz**

Bu çalışmanın amacı farklı branşlarda spor yapan öğrencilerin problem çözme becerileri ve atılganlık düzeyi arasında ilişki olup olmadığını araştırmak ve problem çözme ve atılganlık düzeylerini spor branşı, cinsiyet, anne ve baba eğitim düzeyine göre incelemektir. Çalışmaya devlet okullarına bağlı liselerde öğrenim gören ve farklı branşlarla uğraşan 150 kadın, 150 erkek olmak üzere toplam 300 (yaş: 16.03±1.04 yıl) öğrenci katılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak, kişiler arası ilişkilerde atılganlığın ölçülmesi amacıyla Rathus (1973) tarafından geliştirilen, Türkçe'ye uyarlaması Voltan (1980) tarafından yapılan Rathus Atılganlık Envanteri (RAE) kullanılmıştır. Öğrencilerin problem çözme becerilerini ölçmek amacıyla, Heppner ve Peterson (1982) tarafından geliştirilen, Türkçe'ye uyarlanması ise Şahin ve ark'ı (1993) tarafından yapılan "Problem Çözme Envanteri" kullanılmıştır. Verilerin analizinde Spearman korelasyon testi, Mann Whitney-U testi ve Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Atılganlık puanı ile toplam problem çözme puanı arasında orta derecede anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir [ $r(n=300) = -.416; p<0.01$ ]. Atılganlık puanları ve problem çözme puanları spor branşlarına göre karşılaştırılmış ve uğraşılan branşın ya da sedanter olmanın, atılganlık düzeyini yine problem çözme becerisini istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etkilemediği tespit edilmiştir ( $p>0.05$ ). Sonuç olarak atılganlık düzeyi arttıkça problem çözme becerisi de artmaktadır. Farklı branşlar ile uğraşan sporcuların atılganlık düzeyleri orta düzeyde olup, problem çözme becerisine olan güven duygularının yüksek düzeyde olduğu belirlenmiştir. Cinsiyet, uğraşılan spor branşı ve sedanter olma, problem çözme becerisi ve atılganlık düzeyi üzerinde etkili bir faktör değildir. Ailelerin eğitim düzeyinin çocuğun problem çözme becerileri konusunda kendilerini algılayışlarını etkilemediği görülürken, ailenin eğitim düzeyi arttıkça çocuğunun atılganlık düzeyi de olumlu şekilde etkilenmektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Atılganlık, Problem Çözme, Spor.

**Abstract**

The purpose of this study is to research relation between the problem solving skills and assertiveness levels of students doing different sports branches and to analyze their problem solving skills and assertiveness levels in terms of sports branch, gender, and parents' level of education. A total of 300 (age; 16.03±1.04 years) students, 150 male and 150 female, studying at state high schools and doing different sports branches participated in the study. In the study, Rathus Assertiveness Schedule (RAS), which was developed by Rathus (1973) to measure assertiveness in interpersonal relations and adapted into Turkish by Voltan (1980), was used as data collection tool. Problem Solving Inventory, which was developed by Heppner and Peterson (1982) and adapted into Turkish by Şahin et al. (1993) was used to measure students' problem solving skills. Spearman correlation test, Mann Whitney-U test and Kruskal Wallis test were used in the analysis of data. A moderately significant association was found between assertiveness scale and total problem solving scale [ $r(n=300) = -.416; p<0.01$ ]. Assertiveness scores and problem solving scores were compared in terms of sports branches and it was found that athletes' sport branches or being sedentary did not influence assertiveness level or problem solving skills statistically significantly ( $p>0.05$ ). As a conclusion, as assertiveness level increases, so does the problem solving skill. It was found that the assertiveness levels of athletes doing different branches of sports were moderate and their confidence on their problem solving skill was high. Gender and sport branch or being sedentary is not an effective factor on problem solving skill and assertiveness level. While it was found that families' education level did not influence children's self-perceptions in terms of problem solving skills, it was found that as the family's level of education increased, the child's assertiveness level was positively influenced.

**Keywords:** Assertiveness, Problem Solving, Sport.

**1. GİRİŞ**

Problem çözme, bir sorunu çözmek için önceki yaşantılar aracılığı ile öğrenilen kuralların basit bir biçimde uygulanmasının ötesine gidilerek, yeni çözüm yolları bulabilmektir (Berkant ve Eren, 2013).

\* Bu çalışma, "Farklı Branşlardaki Erkek ve Bayan Sporcuların Atılganlık ile Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" isimli Yüksek Lisans Tezi'nden üretilmiştir.

\*\* Doç. Dr., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi, E-mail: takman@omu.edu.tr (Sorumlu Yazar)

\*\*\* Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi

\*\*\*\* Arş. Gör., Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi



Problem çözme bir amaca ulaşma sürecinde karşılaşılan güçlükleri aşabilme sürecidir. Bu süreç koşullara uymak ya da engelleri azaltmak yoluyla gerginlikten kurtulmanın ve organizmayı bir iç dengeye kavuşturmanın yollarını arar. Bu bakımdan problem çözme öğrenilmesi ve elde edilmesi gereken bilgi, beceri ve kapsamlı bir yetenektir (Yıldız ve ark., 2011). Bireylerin karşılaştıkları problemler, bazen basit eylemlerle, bazen oldukça yoğun bir düşünme ile bazen ise sahip oldukları yeteneklerle çözülebilir. Sporcular içinde bunun geçerli olduğu söylenebilir. Beden eğitimi ve sporda öğrencilerin sahip oldukları değer ve davranışlar, düşünce biçimi ve yetenekleri sportif başarıları açısından büyük önem taşımaktadır.

Kişilerin duygu ve düşüncelerini ifade ederken üç temel davranışta buldukları söylenebilir. Bu davranış spektrum üzerinde bir uçta çekingenlik, diğer uçta saldırganlık ve ortada da atılganlık olmak üzere yerleştirilebilir (Öztürk ve ark., 2007). Atılganlık; girişken olmak, kendini açık olarak ortaya koymak, etkin davranmak anlamlarına gelmektedir (Arslan, 2009). En kısa tanımıyla ise atılganlık, "kendini ifade edebilme becerisi" olarak tanımlanabilir. Güner'e (2006), göre kişinin kendi çıkarlarını koruması için kaygıya kapılmadan duygularını açıkça anlatabilmesi ve diğer kişilerin haklarını kabul ederek, kendi hakkını kullanmasını sağlayan her davranış atılganlık olarak tanımlanmaktadır. Atılgan olan bireyler; benlik saygılarından bir şey kaybetmeden, hata ve olumsuz özelliklerini kabul edip, doğruluğuna inandığı konularda ısrar edebilirler (Sarıçam ve ark., 2013).

Günümüzde sportif verimin düzeyini etkileyen çok sayıda etkenden bahsedilmektedir. Sporcuların psikolojik durumu ve sergileyeceği performansı, onun problem çözme becerilerinin düzeyi ile de yakından ilgilidir (Pulur ve ark., 2012). Sporda birçok özel etkenin öğrenmenin gerçekleşmesinde etkili olduğu bilinmektedir. Bunlardan bazıları; ilgi, motivasyon, tutum, problem çözme becerisi, özgüven ve öz-yeterliliklerdir. Özgüven ve motive olma becerileri yüksek düzeyde olması başarıyı artırır, düşük düzeyde olması ise başarıyı azaltır. Ancak atılganlık düzeyi ile problem çözme arasında ilişki olup olmadığını inceleyen çalışmaya rastlanılmamıştır. Farklı branşlardaki erkek ve bayan sporcuların atılganlık ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkinin belirlenmesiyle bu alanda yapılan çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

## 2. MATERYAL VE METOT

Araştırmanın evrenini Hatay ilinde ve devlet okullarında lise düzeyinde öğrenim gören öğrenciler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise 2015-2016 eğitim-öğretim yılında, öğrenim gören 60 kişilik gruplardan oluşan sedanter, basketbol, futbol, atletizm, dövüş sporu branşlarından 150 kadın, 150 erkek olmak üzere toplam 300 öğrenci katılmıştır (yaş; 16.03±1.04 yıl, boy; 166.91±10.05cm, Vücut Ağırlığı; 59.98±11.40 kg). Anketlerin dağıtımında Hatay İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nden gerekli izinler alınmış olup öğrenciler gönüllülük esasına göre ankete katılmıştır. Bu çalışma Ondokuz Mayıs Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu 31.10.2014 tarihli B.30.2.ODM.0.20.08/1260 nolu kararına uygun olarak yapılmıştır.

**2.1. Kişisel Bilgi Formu:** Araştırmacı tarafından sporculardan takvim yaşı, vücut ağırlığı, boy uzunluğu, uğraştığı spor branşı, cinsiyeti, ebeveynlerinin eğitim düzeyini belirlemek için oluşturulan soruları cevaplamaları istenmiştir.

**2.2. Problem Çözme Envanteri (PÇE):** Çalışmada Heppner ve Peterson (1982) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Şahin ve ark. (1993) tarafından gerçekleştirilen Problem Çözme Envanteri (PÇE) kullanılmıştır. Problem çözme envanteri, 35 sorudan oluşmakta ve bireyin problem çözme becerileri konusunda kendisini algılayışını ölçen, 1-6 arası puanlanan bir bireysel değerlendirme ölçeğidir. Ölçek; (6) Her zaman böyle davranırım, (5) Çoğunlukla böyle davranırım, (4) Sık sık böyle davranırım, (3) Arada sırada böyle davranırım, (2) Ender olarak böyle davranırım, (1) Hiçbir zaman böyle davranmam olarak derecelendirilen 6'lı likert tipi bir ölçektir. PÇE, bireylerin kişisel ve günlük yaşamdaki problemlerine yönelik nasıl tepki verdiğini ve nasıl davrandığını betimleyen 35 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin aşağıda belirtildiği şekilde 3 alt faktörü bulunmaktadır. Bu alt faktörlerin ilgili olduğu sorular şu şekildedir.

*Problem çözme yeteneğine güven alt faktörü:* 5., 10., 11., 12., 19., 23., 24., 27., 33., 34. ve 35. sorular,  
*Yaklaşma-kaçınma alt faktörü:* 1., 2., 4., 6., 7., 8., 13., 15., 16., 17., 18., 20., 21., 28., 30. ve 31. sorular,  
*Kişisel kontrol alt faktörü:* 3., 14., 25., 26. ve 32. sorular.

Problem çözme yeteneğine güven, bireyin problem çözme becerisine olan güven duygusunu; yaklaşma- kaçınma, karşılaşılan zor problemlerle başa çıkmaya isteğini ve kişisel kontrol ise bireyin duruma hakim olduğu hissini ifade etmektedir (Heppner ve Petersen, 1982).



Ölçeğin puanlanmasında 9., 22. ve 29. maddeler puanlamaya katılmaz. 1., 2., 3., 4., 11., 13., 14., 15., 17., 21., 25., 26., 30. ve 34. maddeler ters olarak puanlanan maddelerdir. PÇE'den alınabilecek en düşük puan 32 en yüksek puan ise 192'dir. Ölçekten alınan toplam puanların yüksekliği, bireylerin problem çözme konusunda kendini yetersiz algıladığını göstermektedir.

### 2.3. Rathus Atılganlık Envanteri (RAE)

Kişiler arası ilişkilerde atılganlığı ölçmek amacıyla Rathus (1973) tarafından geliştirilen ve Türkçe uyarlaması Voltan (1980) tarafından gerçekleştirilen Rathus Atılganlık Envanteri kullanılmıştır.

Rathus Atılganlık Envanteri 30 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte olumlu ve olumsuz ifadeler bulunmaktadır. Bu ifadelerin puanlanması da farklıdır. Olumlu ifadeler ile olumsuz ifadelerin puanları toplanır. Olumlu ifadeler: 3., 6., 7., 8., 10., 18., 20., 21., 22., 25., 27., 28., 29. maddeleri, olumsuz ifadeler ise, 1., 2., 4., 5., 9., 11., 12., 13., 15., 16., 17., 19., 23., 24., 26., 30. maddeleri kapsamaktadır.

RAE, 6'lı likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin puanlanmasında; olumlu ifadelerde, "Çok iyi uyuyor (6)", "Oldukça uyuyor (5)", "Biraz uyuyor (4)", "Pek uymuyor (3)", "Fazla uymuyor (2)" ve "Hiç uymuyor (1)", olumsuz ifadeler için ise "Çok iyi uyuyor (1)", "Oldukça uyuyor (2)", "Biraz uyuyor (3)", "Pek uymuyor (4)", "Fazla uymuyor (5)" ve "Hiç uymuyor (6)" puan olarak değerlendirilmektedir.

Ölçekten alınabilecek en düşük puan 30, en yüksek puan ise 180'dir. Toplam puan değerlendirilmesinin olduğu ölçekte düşük puan çekingenliğin doğru yüksek puan ise atılganlığın olduğunu göstermektedir. Ayrıca ölçekte 30-80 arası puan "çekingen", 80-130 arası puan "orta" ve 130-180 arası puan atılganlığı ifade etmektedir.

### 2.4. İstatistiksel Değerlendirme

Verilerin istatistiksel analizinde SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine Kolmogorov Smirnov testi ile bakılmış ve verilerin normal dağılım göstermediği görülmüştür. Değişkenler arasındaki ilişkiye bakmak için Spearman korelasyon testi kullanılmıştır. İki grup arasındaki farka bakmak için Mann Whitney-U testi, ikiden fazla grup arasında farklılık olup olmadığına bakmak için ise Kruskal Wallis testi kullanılmıştır.

İstatistikçiler örneklem korelasyon katsayısının değerlerini daha ayrıntılı olarak açıklamaktadırlar. Burada Cohen (1988), tarafından, özellikle psikoloji bilim dalında uygulamalı olarak, verilen ayrıntılı açıklama aşağıdaki tablo 1'de sunulmuştur.

Tablo 1. Korelasyon Katsayısının Değerleri

Korelasyon	Negatif	Pozitif
Düşük	-0,29 ile -0,10 arası	0,10 ile 0,29 arası
Orta derecede	-0,49 ile -0,30 arası	0,30 ile 0,49 arası
Yüksek	-0,50 ile -1,00 arası	0,50 ile 1,00 arası

## 3. BULGULAR

Tablo 2. Tüm Deneklerin Problem Çözme ve Atılganlık Değerlerine İlişkin Tanımlayıcı İstatistikleri

Envanterler	n	Ort	SS	Med	Min	Max	
Problem Çözme	Problem Çözme Yeteneğine Güven	300	26,41	8,64	25	11	52
	Kişisel Kontrol	300	16,70	4,01	17	5	27
	Yaklaşma Kaçınma	300	52,69	6,72	53	31	71
	Toplam Problem Çözme	300	95,95	14,90	95	58	136
Atılganlık	300	115,74	16,06	115	71	159	

Tablo 2'de tüm deneklerin problem çözme envanterinin alt boyutlarından aldıkları puanlar ve toplam problem çözme puanı verilmiştir.

Tablo 3. Atılganlık İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki

Tüm Denekler	Problem Çözme				
	Problem Çözme Yeteneğine Güven	Kişisel Kontrol	Yaklaşma Kaçınma	Toplam Problem Çözme	
Atılganlık	r	-,420**	-,266**	-,225**	-,416**
	p	,000	,000	,000	,000
	n	300	300	300	300

\*\*p<0,01

Deneklerin atılganlık puanı ile problem çözme envanterinin alt boyutları arasındaki ilişki, yine atılganlık ile "toplam problem çözme" puanı arasındaki ilişki verilmiştir (Tablo 3).



Buna göre atılganlık puanı ile “problem çözme yeteneğine güven” puanı arasında [ $r (n=300) = -.420; p<0,01$ ] ve atılganlık ile toplam problem çözme puanı arasında [ $r (n=300) = -.416; p<0,01$ ] orta derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Yani atılganlık puanı arttıkça toplam problem çözme puanı düşmektedir.

Atılganlık puanı ile problem çözme envanterinin alt boyutlarından “kişisel kontrol” puanı [ $r (n=300) = -.266; p<0,01$ ] ve atılganlık ile “yaklaşma-kaçınma” puanı [ $r (n=300) = -.225; p<0,01$ ] arasında düşük derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 4. Branşa Göre Atılganlık ve Problem Çözme Becerileri Değerlerinin Karşılaştırılması**

Envanterler	Branş	Ort	SS	Med	Min	Max	p	
Problem Çözme	Problem Çözme Yeteneğine Güven	Sedanter	28,75	8,41	28	13	52	0.113
		Basketbol	24,60	7,80	23,5	11	43	
		Futbol	26,81	9,70	24,5	12	48	
		Dövüş sporları	25,65	9,10	23	12	44	
	Kişisel Kontrol	Sedanter	16,68	3,92	16,5	9	25	0.247
		Basketbol	16,98	4,14	17	8	27	
		Futbol	15,75	3,91	16	9	26	
		Dövüş sporları	17,26	3,64	17	7	27	
	Yaklaşma-Kaçınma	Atletizm	16,85	4,38	16	5	26	0.986
		Sedanter	52,88	7,44	53	31	71	
		Basketbol	52,95	5,48	53	42	66	
		Futbol	52,81	6,28	52	39	66	
	Toplam problem çözme	Dövüş sporları	51,95	7,92	52,5	36	68	0.535
		Atletizm	52,85	6,39	52	39	69	
		Sedanter	99,15	15,07	98	66	136	
		Basketbol	94,38	13,88	95	66	120	
	Atılganlık	Futbol	95,48	15,69	94,5	70	123	0.078
		Dövüş sporları	94,81	16,01	92	58	128	
		Atletizm	95,93	13,75	95	67	128	
		Sedanter	117,90	16,23	119	85	154	
Basketbol		113,26	15,68	114	78	141		
	Futbol	116,53	15,50	117	88	158		
	Dövüş sporları	119,65	15,56	116,5	92	159		
	Atletizm	111,35	16,40	114	71	155		

Tablo 4’de sedanterlerin, basketbol, futbol, dövüş sporları ve atletizm sporcularının problem çözme envanterinden aldıkları puanlar karşılaştırılmıştır. Branşlar arasında yapılan bu karşılaştırma sonucunda problem çözme becerilerinin farklılaşmadığı görülmüştür ( $p>0,05$ ). Yine branşlara göre atılganlık puanları karşılaştırıldığında, uğraşılan branşın ya da sedanter olmanın atılganlık puanlarını anlamlı düzeyde etkilemediği tespit edilmiştir ( $p>0,05$ ).

**Tablo 5. Sporcuların Branşlarına Göre Atılganlık İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki**

Branş	Problem Çözme Yeteneğine Güven	Kişisel Kontrol	Yaklaşma Kaçınma	Toplam Problem Çözme
Sedanter	r	-.410**	-.182	-.384**
	p	,001	,163	,002
	n	60	60	60
Basketbol	r	-.350**	-.184	-.361**
	p	,006	,159	,058
	n	60	60	60
Futbol	r	-.592**	-.447**	-.623**
	p	,000	,000	,002
	n	60	60	60
Dövüş Sporları	r	-.394**	-.248	-.387**
	p	,002	,056	,404
	n	60	60	60
Atletizm	r	-.419**	-.246	-.388**
	p	,001	,058	,164
	n	60	60	60

\*\* $p<0,01$

Sedanterlerin, basketbol, futbol, dövüş sporları ve atletizm sporcularının atılganlık puanları ile problem çözme puanları arasındaki ilişki ayrı ayrı incelenmiştir (Tablo 5).



Sedanterlerin, basketbolcuların, dövüş sporu ile uğraşanların ve atletlerin atılgnlık ile problem çözme envanterinin alt boyutlarından “problem çözme yeteneğine güven” arasında orta derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,01$ ). Futbolcuların ise atılgnlık ile problem çözme envanterinin alt boyutlarından “problem çözme yeteneğine güven” arasında yüksek derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $p<0,01$ ).

Atılgnlık ile “kişisel-kontrol” arasındaki ilişki incelendiğinde, yine atılgnlık ile “yaklaşma-kaçınma” arasındaki ilişki incelendiğinde sedanterlerde, basketbol, dövüş sporları ve atletizm sporcularında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ). Futbolcuların atılgnlık ile “kişisel-kontrol” puanı arasında, yine atılgnlık ile “yaklaşma-kaçınma” puanı arasında ise orta derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $p<0,01$ ).

Sedanterlerin, basketbolcuların, dövüş sporu ile uğraşanların ve atletlerin “atılgnlık” ile “toplam problem çözme” arasında orta derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $p<0,01$ ). Futbolcuların ise atılgnlık ile “toplam problem çözme” değerleri arasında yüksek derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir [ $r(n=60) = -.623; p<0,01$ ].

#### 4. TARTIŞMA

Bu çalışmada farklı branşlarla uğraşan sporcuların atılgnlık ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca katılımcıların bazı demografik değişkenlere göre atılgnlık ve problem çözme düzeyleri de incelenmiştir.

Çalışmamızda tüm deneklerin PÇE’den den aldıkları puanlar hesaplanmıştır. PÇE’nin alt boyutlarından biri olan “problem çözme yeteneğine güven”, bireyin kendisinde olan problem çözme becerisine güven duygusunu ifade etmektedir. “Problem çözme yeteneğine güven” alt boyutunda toplam 11 madde yer almaktadır. Bu alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 66, en düşük puan 11’dir. Puanın düşük olması o alandaki yeteneğin iyi olduğu anlamına gelmektedir. Çalışmamızda tüm deneklerin “problem çözme yeteneğine güven” puan ortalaması  $26,41\pm 8,64$  bulunmuştur. Bu durum çalışmamıza katılan deneklerin problem çözme becerisine olan güven duygularının yüksek olduğunu göstermektedir.

Problem çözme envanterinin alt boyutlarından biri olan “kişisel kontrol”, bireyin duruma hakim olduğu hissini ifade etmektedir. “Kişisel kontrol” alt boyutunda toplam 5 madde yer almaktadır. Bu alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 30, en düşük puan ise 5’dir. Puanın düşük olması o alandaki yeteneğin iyi olduğu anlamına gelmektedir. Çalışmamızda tüm deneklerin kişisel kontrol puan ortalaması  $16,70\pm 4,01$  bulunmuştur. Bu durum çalışmamıza katılan deneklerin orta düzeyde duruma hakim oldukları hissine sahip olduklarını göstermektedir.

PÇE’nin alt boyutlarından biri olan “yaklaşma-kaçınma”, bireyin karşılaşılan zor problemlerle başa çıkma isteğini ifade etmektedir. “Yaklaşma-kaçınma” alt boyutunda toplam 16 madde yer almaktadır. Bu alt boyuttan alınabilecek en yüksek puan 96, en düşük puan ise 16’dir. Puanın düşük olması o alandaki yeteneğin iyi olduğu anlamına gelmektedir. Çalışmamızda tüm deneklerin “yaklaşma-kaçınma” puan ortalaması  $52,69\pm 6,72$  bulunmuştur. Bu durum çalışmamıza katılan deneklerin karşılaşılan zor problemlerle başa çıkma isteğinin orta düzeyde olduğunu göstermektedir.

PÇE’den alınan “toplam problem çözme” puan ortalaması Tablo 3’de görülmektedir. Ölçeğin toplam puan aralığı 32-192 arasındadır. Ölçekten alınan puanların düşük olması yüksek problem çözme becerisini, yüksek olması ise problem çözme yönünden yetersizliği ifade etmektedir. Yapılan bu araştırma sonucunda “toplam problem çözme” ortalama puanı  $95,95\pm 14,90$  olarak saptanmıştır. Ölçeğin ortalama puan değeri dikkate alındığında araştırmaya katılan öğrencilerin problem çözme becerisi yönünden kendilerini yeterli düzeyde gördükleri söylenebilir.

Öztürk ve ark. (2008), boks antrenör adaylarının problem çözme becerilerini belirlemek amacıyla yaptıkları çalışmada problem çözme ölçeği toplam puan ortalamalarının orta seviyelerde olduğu tespit edilmiştir.

Çalışmamızda tüm deneklerin Atılgnlık Envanterinden aldıkları puanlar incelenmiştir. Envanter alınan puanlara göre, 0-80 arasını “çekingen”, 80-130 arasını “orta”, 130-180 arasını ise “atılgn” olarak sınıflamıştır. Çalışmamızda deneklerin aldıkları atılgnlık puanı ortalamasının  $115,74\pm 16,06$  olduğu görülmektedir. Bu durumda çalışmaya katılan tüm deneklerin “orta düzeyde atılgn” olduklarını söyleyebiliriz. Literatürde bizim çalışmamızı destekleyen çalışmalar olduğu görülmüştür.



Yapılan bir çalışmada boks antrenör adaylarının RAE puan ortalamalarını bizim çalışmamızdakine benzer bir puan buldukları görülmüş ve orta düzeyde atılgan oldukları belirtilmiştir (Öztürk ve ark., 2008). Yalçın ve ark., (2015) çalışmasında, kamp yapanların genel atılganlık puan ortalamalarının orta derecede olduğu tespit edilmiştir. Onur (2006), çalışmasında lise öğrencilerinin atılganlık puan ortalamasını (118,17) bizim çalışmamızda bulduğumuz değere yakın bulmuştur. Yine Gündoğdu ve ark'ı (2016), 14-17 yaş aralığındaki gençlik merkezine üye olan gençlerin atılganlık düzeyini orta seviye olduğunu belirtmiştir.

Çalışmamızda, tüm deneklerin atılganlık ile problem çözme envanteri arasındaki ilişki incelenmiştir. Atılganlık puanı ile problem çözme envanterinin alt boyutlarından "problem çözme yeteneğine güven" puanı arasında orta derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır [ $r$  ( $n=300$ ) =  $-,420$ ;  $p<0,01$ ]. Yani atılganlık puanı arttıkça "problem çözme yeteneğine güven" puanı düşmektedir. "Problem çözme yeteneğine güven" puanının düşük olması o alandaki becerinin yüksek olduğunu gösterir. Yani bu durum atılganlık düzeyi arttıkça "problem çözme yeteneğine güven" becerisinin de arttığını gösterir.

Atılganlık puanı ile problem çözme envanterinin alt boyutlarından "kişisel kontrol" puanı arasında düşük derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır [ $r$  ( $n=300$ ) =  $-,266$ ;  $p<0,01$ ]. Atılganlık puanı ile problem çözme envanterinin alt boyutlarından "Yaklaşma-Kaçınma" puanı arasında düşük derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır [ $r$  ( $n=300$ ) =  $-,225$ ;  $p<0,01$ ]. Yani atılganlık puanı arttıkça "kişisel kontrol" ve "yaklaşma-kaçınma" puanı düşmektedir. "Kişisel Kontrol" ve "Yaklaşma-Kaçınma" puanının düşük olması o alandaki becerinin yüksek olduğunu gösterir. Yani bu durum atılganlık düzeyi arttıkça "kişisel kontrol" ve "yaklaşma-kaçınma" becerisinin de arttığını gösterir.

Atılganlık puanı ile "toplam problem çözme puanı" arasında orta derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır [ $r$  ( $n=300$ ) =  $-,416$ ;  $p<0,01$ ]. Yani atılganlık puanı arttıkça toplam problem çözme puanı düşmektedir. Problem çözme puanının düşük olması o alandaki becerinin yüksek olduğunu gösterir. Yani bu durum atılganlık düzeyi arttıkça problem çözme becerisinin de arttığını gösterir.

Bizim çalışmamızın bu sonucu destekler nitelikte çalışmalara rastlanılmıştır. Öztürk ve ark., (2008), boks antrenör adaylarının bazı demografik değişkenlere göre atılganlık ve problem çözme becerilerini araştırmışlardır. Adaylara RAE ve PÇE uygulamışlardır. RAE puanı ile PÇE puanı arasında ilişki olup olmadığını incelediklerinde ise negatif yönlü bir ilişki tespit etmişlerdir. Ekinci ve ark., (2013), çalışmasında öğrencilerin stresle başa çıkma tarzları ölçeğinin her birinin atılganlık düzeyleriyle ilişkisine yönelik elde edilen bulgulara göre; öğrencilerin atılganlık düzeyleri yükseldikçe, problem çözme beceri ve sosyal destek arama düzeylerinin de arttığını belirtmişlerdir.

Güneş ve ark., (2014), yaptığı bir çalışmada atılganlık eğitiminin üniversite öğrencilerinin kişilerarası problem çözme ve algılanan sosyal destek üzerine etkileri incelenmişlerdir. Araştırma ön test ve son test deney ve kontrol gruplu olarak düzenlenmiştir. Çalışmada 25'i kontrol, 25'ide deney grubu olmak üzere 50 öğrenciye 9 hafta boyunca atılganlık eğitimi verilmiştir. Araştırmada öğrencilere verilen atılganlık eğitimi sonrasında, deney grubu öğrencilerinin puan ortalamalarının anlamlı düzeyde yükseldiği görülmüştür. Kontrol grubunda ise anlamlı düzeyde bir artış tespit edilmemiştir. Böylece atılganlık eğitiminin üniversite öğrencilerinin atılganlık, kişilerarası problem çözme ve algılanan sosyal destek üzerinde olumlu etkisi olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Çalışmamızda, sedanterlerin, basketbol, futbol, dövüş sporları ve atletizm sporcularının PÇE'den aldıkları puanlar karşılaştırılmıştır. Yapılan karşılaştırmada branşlara göre problem çözme envanterinden alınan puanlar arasında farklılık olmadığı görülmüştür. Bu durum sedanterlerin ve farklı branşlarla uğraşan sporcuların problem çözme becerileri konusunda kendilerini algılayışlarının benzer olduklarını göstermektedir. Pulur ve ark., (2012), çalışmasının bulguları bizim çalışmamızı destekler niteliktedir. Voleybol, basketbol, hentbol, yüzme, atletizm ve futsal branşlarıyla uğraşan üst düzey üniversiteli sporcuların problem çözme becerilerini incelemiş ve branş değişkeninin problem çözme becerilerini etkilemediğini belirtmiştir (Pulur ve ark., 2012). Öztürk ve ark., (2016), yapmış oldukları çalışmada judocuların milli sporcu olma durumuna göre problem çözme becerilerinde anlamlı bir farklılık tespit etmemişlerdir.

Çalışmamızda uğraşılan spor branşına göre atılganlık düzeyleri incelenmiştir. Yapılan inceleme sonunda uğraşılan branşın ya da sedanter olmanın atılganlık düzeyini etkilemediği görülmüştür. Bu durum, sedanterlerin ve farklı branşlarla uğraşan sporcuların kişiler arası ilişkilerde atılganlık düzeylerinin benzer olduğunu göstermektedir.



Çalışmamızın bu bulgusu ile paralellik gösteren birçok çalışmaya rastlanılmıştır. İnce (2017), çalışmasında farklı spor branşlarıyla uğraşan bedensel engelli bireylerin atılganlık durumlarını karşılaştırdığı çalışmada; atılganlık puan ortalamalarının branşlar arasında anlamlı bir farklılık göstermediği belirtilmiştir. Cousins ve ark., (1993); Fox ve ark., (1995), tarafından yapılan çalışmalarda, atılganlık ve spor yapma durumları arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı belirtilmiştir. Bu bulguları bizim çalışmamızı destekler niteliktedir (Akt. Kul ve Demirel 2017).

Efe (2007), çalışmasında 14-16 yaş grubu bireylerde spor çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisini araştırmıştır. Çalışmasında denek olarak 14-16 yaş arasındaki öğrenciler kullanılmıştır. Deney gruplarındaki deneklerin atılganlık puanlarının branşlara göre (voleybol, hentbol, futbol, atletizm, badminton, judo) ikili karşılaştırması yapıldığı zaman branşlar arasında anlamlı farklılığın olmadığını tespit etmiştir. Eraslan (2015), üniversite spor bölümü öğrencilerinin atılganlık ve karar verme stillerinin çeşitli değişkenlere göre incelendiği çalışmada lisanslı olarak spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin atılganlık düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar tespit etmediğini belirtmiştir. Gündoğdu ve ark., (2016), çalışmasında gençlerin spor yapma ve yapmama durumlarına göre atılganlık düzeyleri benzerlik gösterdiğini belirtmiştir.

Çalışmamızın sonuçlarını desteklemeyen çalışmalar da bulunmaktadır. Heybet (2010), yapmış olduğu yüksek lisans tezinde Adana ilinde bulunan 14-17 yaş grubu basketbolcular ile sedanterlerin atılganlık düzeylerinin karşılaştırdığı basketbol oynayan ergenler ile sedanter ergenler arasında atılganlık bakımından gözle görülür açık bir farkın olduğunu belirtmiştir. Basketbol oynayan ergenlerin, spor vasıtasıyla, sedanter ergenlere oranla daha atılgan olduklarını tespit etmiştir. Bu bağlamda bireylere, sporun sadece bir rekabet aracı olmadığını, insanın spor yaparak beden ve ruh sağlığını güvence altına alacağını öğretilmesi gerektiğini belirtmişlerdir.

Çam ve ark., (2010), yaşları 18-26 arasında olan üniversite öğrencilerinin yapmış oldukları spor branşına göre atılganlık puan ortalamalarının karşılaştırması sonucunda bireysel spor yapan öğrencilerin atılganlık düzeyleri orta düzeyde, takım sporları yapan öğrencilerin ise puanları yüksek düzeyde çıkmıştır. Çalışmamıza katılan öğrencilerin yaş ortalaması 16 iken Çam ve ark., (2010), çalışmasında ise 18 yaş üstü denekler çalışmaya katılmıştır. Farklı sonuç bulunmasının bir nedeni bu durum olabilir. Diğer bir neden ise çalışmamıza katılan öğrencilerin yaşları daha küçük olduğu için buna bağlı olarak spor yaşları da küçüktür.

Çalışmamızda sedanterlerin, basketbol, futbol, dövüş sporları ve atletizm sporcularının atılganlık puanları ile problem çözme puanları arasındaki ilişki ayrı ayrı incelenmiştir.

Sedanterlerin, basketbolcuların, dövüş sporu ile uğraşanların ve atletlerin atılganlık ile problem çözme envanterinin alt boyutlarından "Problem Çözme Yeteneğine Güven" arasında orta derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $p < 0,01$ ). Futbolcuların ise "atılganlık" ile problem çözme envanterinin alt boyutlarından "problem çözme yeteneğine güven" arasında yüksek derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir ( $p < 0,01$ ). Bu durum sedanterlerde dahil olmak üzere tüm deneklerin atılganlık düzeyi arttıkça problem çözme yeteneğine güven becerisinin de arttığını gösterir.

"Atılganlık" ile "kişisel-kontrol" ve "atılganlık" ile "yaklaşma-kaçınma" arasındaki ilişki incelendiğinde sedanterlerde, basketbol, dövüş sporları ve atletizm sporcularında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmemiştir ( $p > 0,05$ ). Futbolcuların "atılganlık" ile "kişisel-kontrol" puanı arasında, yine "atılganlık" ile "yaklaşma-kaçınma" puanı arasında ise orta derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu durum sadece futbol branşı ile uğraşan sporcularının atılganlık düzeyi arttıkça "kişisel kontrol yani duruma hakim olduğu hissini" ve "yaklaşma-kaçınma" yani karşılaşılan zor problemlerle başa çıkmaya isteğinin arttığını göstermektedir.

Sedanterlerin, basketbolcuların, dövüş sporu ile uğraşanların ve atletlerin "atılganlık" ile "toplam problem çözme" puanları arasında orta derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır ( $p < 0,01$ ). Futbolcuların ise "atılganlık" ile "toplam problem çözme" puanları arasında yüksek derecede negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır [ $r (n=60) = -,623; p < 0,01$ ]. Bu durum tüm deneklerin atılganlık düzeyleri arttıkça problem çözme becerilerinin arttığını göstermektedir.

## 5. SONUÇ

Çalışmamıza katılan deneklerin problem çözme becerisine olan güven duygularının yüksek olduğu ve çalışmaya katılan tüm deneklerin "orta düzeyde atılgan" oldukları belirlenmiştir. Atılganlık puanları ile problem çözme becerisi puanları arasında ilişki olduğu görülmüştür. Atılganlık düzeyi arttıkça Problem Çözme Yeteneğine Güven becerisinin de arttığını belirlenmiştir.



Kadınların ve erkeklerin problem çözme becerileri konusunda kendilerini algılayışlarının benzer olduğu yine kişiler arası ilişkilerde atılganlığın erkeklerde ve kadınlarda benzer olduğu sonucuna varılmıştır.

Sedanterlerin ve farklı branşlarla uğraşan sporcuların problem çözme becerileri konusunda kendilerini algılayışlarının benzer olduğu, uğraşılan branşın ya da sedanter olmanın atılganlık düzeyini etkilemediği görülmüştür.

## 6. ÖNERİLER

Bu araştırmanın sonuçları dikkate alındığında öğrencilerin atılganlık düzeyleri ile onların günlük yaşamlarında karşılaştıkları problemleri çözebilme yeteneklerinin birebir ilişkili olduğunu söylemek mümkündür. Sporcuların atılganlık düzeylerinin gelişmesi için onlara uygun koşul ve ortamların sağlanması oldukça önemlidir. Problem çözme becerilerinin artırılması için kişilere verilen destek büyük önem taşımaktadır. Bu anlamda bu ortam ve koşulların sağlanması hususunda okul idarecilerinin ve ailelerinin devreye girmesi önemli görülmektedir. Ayrıca atılganlık ile ilgili eğitimler verilerek problem çözme becerisi artırılabilir.

## KAYNAKÇA

- Arslan Y (2009). *Lise Öğrencilerin Algıladıkları Sosyal Destek ve Sosyal Problem Çözme Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya. s. 17-35.
- Berkant Hasan G, İsmail E (2013). İlköğretim Matematik Öğretmenliği Bölümü Öğrencilerinin Problem Çözme Becerilerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *International Journal of Social Science*, 3(6), s. 1021-1041.
- Cohen J (1988). *Statistical Power Analysis for the Behavioral Sciences*. (2<sup>nd</sup> ed.) Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Çam İ, Yazıcılar İ, Çetin B, Salman M, Çekin R (2010). Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Değişik Demografik Özelliklere Göre Atılganlık Düzeylerinin Araştırılması. *BESBD*, 5(2), s. 46-51.
- Efe M (2007). *14-16 Yaş Grubu Bireylerde Spor Çalışmalarının Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Atılganlık Üzerine Etkisi*. Doktora Tezi, Uludağ Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Bursa. s. 33.
- Ekinci M, Altun Ö, Can G (2013). Hemşirelik Öğrencilerinin Stresle Başa Çıkma Tarzları ve Atılganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *J Psy Nurs*, 4(2), s. 67-74.
- Eraslan E (2015). Üniversite Spor Bölümü Öğrencilerinin Atılganlık ve Karar Verme Stillерinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), s. 214-223.
- Gündoğdu C, Tüfekçi Ş, Çelebi E (2016). Gençlik merkezlerine üye olan gençlerin atılganlık düzeylerinin incelenmesi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(1), s. 1-9.
- Güneş F, Arslan C, Eliüşük A (2014). Atılganlık Eğitiminin Üniversite Öğrencilerinin Kişiler Arası Problem Çözme, Algılanan Sosyal Destek Ve Atılganlık Düzeyleri Üzerine Etkisi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), s. 456-474.
- Heppner PP, Peterson CH (1982). The development and implications of a personal-problem solving inventory. *Journal of Counseling Psychology*, 29, s. 66-75.
- Heybet T (2010). *Adana İlindeki 14-17 Yaş Grubu Basketbolcular ile Sedanterlerin Atılganlık Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana. s. 10-23.
- İnce G (2017). Farklı Spor Branşlarıyla Uğraşan Bedensel Engelli Bireylerin Atılganlık Durumlarının Karşılaştırılması. *Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 3(1), s. 1-7.
- Kul M, Demirel M (2015). Lise Öğrencilerinin Spor Değişkenine Göre Sosyal Beceri ve Atılganlık Düzeylerinin Karşılaştırılması. *International Journal of Cultural and Social Studies (IntJCSS)*, 1, s. 41-54.
- Onur N (2006). *Lise Öğrencilerinin Bağlanma Stilleri İle Atılganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki*. Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, s. 47.
- Öztürk A, Bayazıt B, Gencer E (2016). Judocuların problem çözme becerilerinin ve sportif güven düzeylerinin incelenmesi (Trabzon Olimpiyat Hazırlık Merkezi Örneği). *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 14(2), s. 145-151.
- Öztürk F, Efe M, Koparan Ş (2007) 14-16 Yaş Grubu Kızlarda Hentbol Çalışmalarının Sosyal Yetkinlik Beklentisi ve Atılganlık Üzerine Etkisi. *Hacettepe Spor Bilimler Dergisi*, 18(4), s. 147-155.
- Öztürk F, Koparan Ş, Efe M (2008). Boks Antrenör Adaylarının Problem Çözme Becerisi ve Atılganlık Düzeylerinin Tespiti. *Uludağ Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(2), s. 447-459.
- Pulur A, Karabulut E.O, Koç H (2012). Farklı Branşlardaki Üst Düzey Üniversiteli Sporcuların Problem Çözme Becerilerinin İncelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(1), s. 11-16.
- Rathus, S.A (1973). "30-Item Schedule For Assesing Assertive Behavior", *Behavior Therapy*, 4, s. 398-406.
- Sarıçam H, Yılmaz E, Arzu A.G, Gülbahçe Ö, Çardak M (2013). İlköğretim II. Kademe Öğrencilerinde Benlik Saygısı, Atılganlık ve Farklı Yetenek Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 10(1), s. 1702-1719.
- Şahin N, Şahin NH, Heppner PP (1993). Psychometric Properties of The Problem Solving Inventory in A Group of Turkish University Students. *Cognitive Therapy and Research*, 4(17), s. 379-396.
- Voltan N (1980). Rathus Atılganlık Envanteri Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Psikoloji Dergisi*, 3(10), s. 23-25.
- Yalçın İ, Beyleroğlu M, Gacar A, Hazar M (2015). Ecdada Saygı Gençlik Kampı'na Katılan Gençlerin Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırma Dergisi*, (19)3, s. 338-344.
- Yıldız S.A, Ekşisu M (2011). Problem Çözme Becerisini Geliştirme Programının 9. Sınıf Öğrencilerinin Problem Çözme Becerisi Üzerindeki Etkisi. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, (13)1, s. 189-206.