

# YETİŞTİRME YURTLARINDA KALAN SOSYAL UYUM VE DAVRANIŞ PROBLEMİ OLAN ERGEN KIZLARIN UYUM PROBLEMLERİNİN AZALTILMASINDA TAKIM SPORLARINDAN FUTBOLUN ETKİSİ

Hulusi ALP<sup>1</sup>, O. Kürşat ERGÜL<sup>2</sup>, E. Nilay ADA<sup>3</sup>, Hüseyin ÇAMLIYER<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Süleyman Demirel Üniversitesi Eğirdir Sağlık Hizmetleri MYO; <sup>2</sup>İzmir Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü; <sup>3</sup>Mersin Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu; <sup>4</sup>Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu.

Geliş Tarihi: 05.02.2015

Kabul Tarihi: 22.10.2015

**Özet:** Bu çalışmanın amacı yetiştirme yurtlarında kalan sosyal uyum ve davranış problemi olan ergen kızların uyum problemlerinin azaltılmasında takım sporlarından futbolun etkisini araştırmaktır. Belirlenen amaç doğrultusunda, 13-17 yaş aralığında bulunan, Aydın Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu İl Müdürlüğüne bağlı yurtlarda kalan çocuklardan deney (n=12) ve kontrol (n=10) olmak üzere, toplam 22 ergen kız çalışmaya katılmıştır. Çalışma sonunda değerlendirme yapabilmek için çalışmaya alınan bütün çocukların kaldıkları yurttaki sorumlu annelerine ön-test ve son-test olmak üzere "Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği, (AAMD\_BS)" uygulanmıştır. Çalışmaya ait veriler SPSS 17 programı ile sınanmıştır. Sınama işleminde, gruplar arası ortalama farklarının karşılaştırmasına Mann-Whitney U Nan-Par testle bakılırken; grup içi ortalama farklarının karşılaştırmasına Wilcoxon Nan Par testle bakılmıştır. Sonuç olarak, yetiştirme yurdunda kalan, ergenlik çağındaki sosyal uyum problemi olan kız çocuklarında, takım sporu olan futbola katılmaları sonucu uyum problemlerinin azaldığı tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Sosyal uyum, spor, futbol, ergen ve spor

## THE EFFECT OF FOOTBALL AS A TEAM SPORT IN REDUCING THE COHESION PROBLEMS OF ADOLESCENT GIRLS WITH SOCIAL COHESION AND BEHAVIORAL PROBLEMS LIVING IN ORPHANAGES

**Abstract:** The aim of this study is to examine the effect of football as a team sport in reducing the cohesion problems of adolescent girls with social cohesion and behavioural problems living in orphanages. Experimental research design was used; pre-test and post-test study design was conducted. A total of 22 adolescent girls (12 in the experimental group and 10 in the control group) aged 13-17, living in the orphanages of provincial directorate of Social Services and Child Protection Agency in Aydın participated in the study. At the end of the study, "American Association on Mental Deficiency Adaptive - Behavior Scale\_AAMD-BS" was administered as a pre-test and post-test to the social workers who look after the children chosen for the sample to evaluate the intervention. SPSS 17 was used. Mann-Whitney U Nan-Par test was used to compare the mean difference between groups and Wilcoxon Nan Par test was used to compare mean difference in-groups. As a result, it was found that the participation of adolescent girls with social cohesion problems living in orphanages in football as a team sport can reduce their social cohesion problems.

**Keywords:** Social cohesion, sports, football, adolescent and sports

## GİRİŞ

Erikson'a göre (1968) ergenlik dönemi bireyin biyolojik, psikolojik ve sosyal bağlamda ortaya çıkan birçok değişikliği hızla deneyimlediği ve yaşamın tüm alanlarına etki eden bir süreç olarak çok önemli bir işleve sahiptir. Bu dönemde ergene ilişkin toplumsal rol ve beklentilerin değiştiği, sorumlulukların arttığı, aile ve çevre ile olan ilişkilerin yeniden gözden geçirilmesi söz konusudur (Bildik, 2013). Bu zor ve sıkıntılı dönemi aşmak için yalnızca ergenin çabası değil, aynı zamanda çevresindeki önemli kişilerin (öğretmen, antrenör, anne-baba, arkadaşlar vs.) ve girdiği etkinliklerin önemi büyük olabilir. Çünkü ergenlik dönemi pek çok olumsuz yaşantının gerçekleştiği ve kalıcı tutumların şekillendiği çok önemli bir evre sayılabilir. Buna göre yapılan çalışmalarda, ergenlerin intihar (Bildik, 2013), madde kullanımı (Ögel ve ark., 2007), sosyal kaygı ve düşük benlik saygısı (Eriş ve ark., 2013), depresyon ve sosyal fobi (Bayramkaya ve ark., 2005) gibi olumsuzlukları yaşamada, diğer gelişim dönemlerine göre daha baskın olduğu vurgulanmıştır. Aynı zamanda ergenlik döneminde azalan fiziksel aktivite ise, yaşanan bu olumsuzluklara yaklaşmayı kolaylaştıran bir faktördür. Çünkü özellikle ergenlik döneminde atak duruma geçen sosyal kaygı ve düşük benlik saygısı (Eriş ve ark., 2013), ergenlerin doğru davranışa geçmelerini engellemektedir. Ergenin sahip olduğu kapasitesini yansıtması ve kendini ortaya koyması, ergenin kendi ile ilgili olumsuz düşüncelere sahip olmasından dolayı engellendiğinden; ergenin kişisel, sosyal ve akademik yaşantılarını oldukça olumsuz yönde etkilemektedir (Çankaya, 2012). Ergenlik; toplumlara, dönemlere ve kişilere göre de farklı özellikler göstermektedir (Parlaz ve ark., 2012). Bu nedenle, özellikle ergenlerin fiziksel aktiviteye yönelmeleri ülkemizde yapılan araştırmalarda (Alparslan, 2012; Eringöz ve ark., 2014; Güler, 2009; Karabulut, 2011; Parlaz ve ark., 2012) sıkça vurgulanmıştır. Çünkü ergenlik dönemi "sporla ilişkili hareketler" dönemini de içeren önemli bir evredir. Ergen soyut ve karmaşık düşünme yeteneklerine sahip olduğundan, yapılacak becerinin karmaşıklığının artması söz konusudur (Ahioglu-Lindberg, 2011). Çünkü ergenin psiko-motor, bilişsel ve duyuşsal özellikleri, pek çok karmaşık aktiviteyi yapabilmek için hazırdır (Alparslan, 2012; Karatosun, 1993).

Futbol her kesimden insanın yer ve zaman ayrımı yapılmadan zevkle uygulayabileceği dünyayı peşinden koşturana bir spor aktivitesidir (Özbar, 2009). Bu nedenle futbol, bu yaş grubu için ilgi çeken ve pek çok özelliği geliştirebilmesi ile de uygun bir branş olarak düşünülebilir. Futbol, tüm ülkelerin vazgeçilmez spor uğraşısı olmayı başarmıştır. Ancak futboldaki erkek egemenliği, günümüzde futbolun cinsiyetini belirlemeye çalışmaktadır. Buna rağmen, futbolda kadın imajına artık daha sık rastlanır olmuş durumdadır. Avrupa'da 1981 yılında başlayan kadın futbolundaki resmi karşılaşmalara, Türkiye ise 1990'da başlayabilmiştir (Göksu ve ark., 2003). Futbolun seyrine doyumazlığı, sürprizlerle doluluğu ve içerdiği değerler onu, gündün güne daha değerli hale getirmektedir (Başer, 1994). Başer'e göre (1994), futbolun bir takım oyunu olmasının dışında, gerçek bir takım olmanın çok zor olduğu ve bunun değerinin eşsizliği, özellikle vurgulanmıştır. Bunun dışında dayanıklılık, hız, güç, esneklik ve eşgüdüm becerilerinde artışa neden olan önemli bir spor branşıdır (Başer, 1994). Öte yandan, kişinin sağlıklı bir sisteme sahip olması için, yapılan her tür etkinliğin önemi oldukça fazladır. Ancak kişinin tümüyle sağlıklı olabilmesi, yapılan aktivitelerden daha fazlasını gerektirmektedir. İnsanın tümüyle yani, bedensel, zihinsel ve ruhsal açıdan sağlıklı bir gelişim gösterebilmesi için; anne, baba ve kardeşlerden oluşan aile içinde yetişmesinin önemli olduğu düşüncesi, farklı dallardaki bilim adamları tarafından ortaya konulmuştur (Yıldız, 2008). Aile yuvasının yakınlığı, sevgisi ve anne-babanın şefkat ve sıcaklığından yoksun kalan çocukların, kişilik gelişimi bozuklukları, topluma uyum sağlayamamaları ve yine gelişme açısından birtakım eksiklikleri üzerinde barındırmaları kaçınılmazdır (Yıldız, 2008).

Yetiştirme yurdunda sevgiden ve ilgiden yoksun olarak büyüyen ergen, gelişimi için gerekli olan deneyimleri kazanmada daha çok zorlanmakta ve çekingen, içine kapanık bir kişilik sergileyebilmektedir (Cebe, 2005). Bu nedenle her çocuk gelişimini sağlıklı bir ailenin yanında geçirebilecek kadar şanslı olamamaktadır (Karabulut, 2013). Toplumumuzda uyumsuz çocukların üstün zekâlı olduklarına ilişkin yaygın bir inanış vardır. Gerçek durum aslında böyle değildir. Yapılan araştırmalar sonucunda bu çocukların zekâ bölümü puanı ortalamaları normal yaşlılarından daha düşük çıkmak-

tadır. Örneğin, uyumsuz çocukların pek çoğu yaşit- larını iki ya da daha fazla akademik yıl geriden izlemektedir (MEB, 2007).

Beden Eğitimi, spor etkinlikleri ve oyunlar yoluyla kazanılan psikolojik ve sosyal alandaki davranış değişiklikleri bireyin genel yaşantısına transfer olur mu konusunda yapılan araştırmalar, bedensel aktiviteler yoluyla fiziksel ve psiko- sosyal alanlarda kazanılan davranışların günlük yaşamda gerekli ve ilgili benzer durumlara transfer olduğunu göstermiştir (Çamlıyer ve ark., 2011). Çocuklar için spor, fiziksel gelişimin yanında psikolojik ve sosyal gelişim içinde önemlidir. Çocuklarda sosyalleşme süreciyle beraber akran grupları ile iyi ilişkiler kurma, kurallara ve kararlara uyma gibi deneyimler kazanmaktadırlar (Tel, 2008). İyi planlanmış bir hareket eğitimi ve spor, çocuğun diğer çocukların farkına varmasına yardımcı olur ve onlarla uyum içerisinde hareket etme ve işbirliği kurma yeteneğini geliştirir (Özer ve ark., 2002).

Bu nedenle bu araştırmanın amacı yetiştirme yurtlarında kalan sosyal uyum problemi olan ergen kızların uyum problemlerinin azaltılmasında takım sporlarından futbolun etkisini araştırmak olarak belirlenmiştir.

## YÖNTEM

Bu araştırma, deneysel tarzda yapılmış olup; deney ve kontrol gruplarına öntest-sontest uygulanması deseni yapılmıştır. Araştırmada, yetiştirme yurtlarında kalan sosyal uyum ve davranış problemi olan ergenlik çağındaki kız çocuklarının uyum problemlerinin azaltılmasında takım sporlarından futbolun etkisi ortaya konmaya çalışılmıştır.

Araştırmanın evrenini, Aydın İlinde Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu İl Müdürlüğüne bağlı 80. yıl çocuk yuvası ve kız yetiştirme yurdunda kalan on üç – on yedi yaş (13–17 yaş) aralığında bulunan sosyal uyum ve davranış problemi olan ergenlik çağındaki kız çocukları oluşturmaktadır. Çalışma örneklemini ise evrenin içinden kurum psikoloğu tarafından belirlenen, sosyal uyum ve davranış problemi bulunan ergenlik çağındaki toplam 22 ergen kız oluşturmaktadır. Kurum psikoloğu tarafından belirlenen sosyal uyum ve davranış problemi olan 22 ergen kızın arasından basit tesadüfi yöntemle seçilen 12 ergen kız ile

deney grubu, 10 ergen kız ile de kontrol grubu oluşturulmuştur.

On altı hafta boyunca özel olarak hazırlanan programın uygulandığı deney ve kontrol grubundaki sosyal uyum ve davranış problemi olan ergen kızlardan sorumlu olan bakıcı annelere, "*Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği*" (American Association on Mental Deficiency Adaptive-Behavior Scale, (AAMD-BS); çalışmanın başında ön-test ve çalışmanın sonunda son-test olarak uygulanmıştır. Kontrol grubundaki ergen kızlara 16 hafta boyunca herhangi bir etkinlik ya da sportif aktivite yaptırılmamıştır.

Deney grubuna hafta da 3 gün, 1'er saat, futbol çalışması yaptırılmıştır. Uygulamanın yapılacağı günler Pazartesi, Çarşamba ve Cuma olarak belirlenmiştir. Bu günlerin seçilmesinde ki amaç çocukların uygulanan etkinliklerden çok fazla uzak kalmaması ve tüm hafta boyunca çocukların spor etkinlikleri yapmalarını sağlayabilmektir. İçerik olarak; ısınma hareketleri, işlevsel futbol egzersizleri ve eğitsel oyunlar bölümlerinden oluşan program uygulanmıştır.

Bu araştırmada grupların sosyalleşme düzeylerini belirlemek amacıyla veri toplama aracı olarak "*Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği*" gelişimsel özellikler alt başlıklarından biri olan "*Sosyalleşme*" alanındaki maddeler kullanılmıştır. "*Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği*", çocuk ve erişkinlerde günlük yaşam aktivitelerindeki bağımsızlık ve sosyal davranışları değerlendiren standartlaştırılmış bir veri toplama aracıdır (Ağrı Ram, 2007). "*Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği*"nin Türkçe çevirisi ve geçerlik – güvenilirlik çalışması Epir tarafından 1974 yılında yapılmıştır (Kavanoz, 1999; Bıyıklı, 1987).

Bu çalışmaya ait bulgular SPSS 16 istatistik paket programı ile değerlendirilmiştir. Örneklem sayısından dolayı, parametrik olmayan test varsayımları gereği; Gruplar arası ortalama farklarının karşılaştırmasına Mann-Whitney U testi, grup içi ortalama farklarının karşılaştırmasına ise Wilcoxon testi kullanılmıştır.

## BULGULAR VE TARTIŞMA

Çalışmaya yaşları 13-17 yaş aralığında ergenlik dönemindeki kız katılımcılardan oluşan, deney (n=12) ve kontrol grubu (n=10) katılmıştır.

**Tablo 1.** Deney ve Kontrol Grubundaki Katılımcıların Yaşlara Göre Yüzde Dağılımları

Yaş	Deney Grubu	%	Kontrol Grubu	%
14	2	16.6	2	20
15	3	25	-	-
16	2	16.6	3	30
17	5	41.8	5	50
Toplam	12	100	10	100

$\chi^2=4,909$  p=0,179

**Tablo 2.** Deney ve Kontrol Grubundaki Ergen Kızların Sorumlu Annelerine Uygulanan "Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği" Ön test ve Son test Puan Ortalamaları, Standart Sapmaları, Minimum ve Maksimum Puan Dağılımları

Gruplar	N	Öntest		Sontest		Ortalama ± Ss		Fark
		Min.	Maks.	Min.	Maks.	Öntest	Sontest	
Deney Grubu	12	10	18	23	38	13,92±3,147	28,17±4,239	14,25
Kontrol Grubu	10	11	17	11	19	14,30±2,214	15,70±2,163	1,4

**Tablo 3.** Deney ve Kontrol Grubundaki Ergen Kızların Sorumlu Annelerine Uygulanan "Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği" Mann-Whitney U Testine Göre Ön test-Son test Sıra Ortalamaları Puan Farklarının Karşılaştırılması

Sosyal uyum ve davranış ölçeği'ne ait alt faktörler	Grup	N	Sorumlu Annenin Değerlendirmesi							
			Öntest				Sontest			
			Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
İş Birliği Yapabilme	Deney Grubu	12	11.50	138.00	60.000	1.000	15.00	180.00	18.000	.001**
	Kontrol Grubu	10	11.50	115.00			7.30	73.000		
Başkalarını Dikkate Alabilme	Deney Grubu	12	11.58	139.00	59.000	.938	16.25	195.00	3.000	.000**
	Kontrol Grubu	10	11.40	114.00			5.80	58.00		
Başkalarının Farkında Olabilme	Deney Grubu	12	10.42	125.00	47.000	.329	13.29	159.50	38.500	.035*
	Kontrol Grubu	10	12.80	128.00			9.35	93.50		
Başkaları ile Etkileşim Kurabilme	Deney Grubu	12	12.75	153.00	45.000	.236	15.88	190.50	7.500	.000**
	Kontrol Grubu	10	10.00	100.00			6.25	62.50		
Grup Faaliyetlerine Katılabilme	Deney Grubu	12	10.67	128.00	50.000	.439	14.50	174.00	24.000	.005**
	Kontrol Grubu	10	12.50	125.00			7.90	79.00		
Bencillik	Deney Grubu	12	12.83	154.00	4.000	.222	16.50	198.00	.000	.000**
	Kontrol Grubu	10	9.90	99.00			5.50	55.00		
Sosyal Olgunluk	Deney Grubu	12	10.92	131.00	53.000	.580	16.38	196.50	1.500	.000**
	Kontrol Grubu	10	12.20	122.00			5.65	56.50		
Faktörler Toplamı	Deney Grubu	12	11.17	134.00	56.000	.791	16.50	198.00	.000	.000**
	Kontrol Grubu	10	11.90	119.00			5.50	55.00		

(\*p&lt;0.05) düzeyinde anlamlı

(\*\* p&lt;0.01) düzeyinde anlamlı

Tablo 1'e bakıldığında araştırma kapsamına alınan deney ve kontrol grubundaki ergen kızların yaşa göre yüzdelik dağılımları görülmektedir. Tabloya bakıldığında deney ve kontrol grubundaki ergen kızların 17 yaş aralığında yoğunlaştığı ve gruplar arasında istatistiksel olarak farklılık olmadığı grupların yaş özellikleri açısından benzerlik gösterdiği görülmektedir ( $\chi^2=4,909$   $p=0,179$ ).

Tablo 2'de Deney ve Kontrol grubundaki ergen kızların sorumlu annelerine uygulanan "*Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği*"nin alt faktörlerinin ön-test ve son-test puan ortalamaları görülmektedir. Buna göre, deney grubundaki ergen kızların ön-test puan ortalaması 13,92±3,147'iken; bu değer son-testte 28,17±4,239'a yükselerek 14,25 oranında bir puan artışının olduğu bulunmuştur. Kontrol grubundaki ergen kızların ön-test puan ortalaması 14,30±2,214'iken; bu değer son-test'te 15,70±2,163'e yükselerek 1,4 oranında bir puan artışının olduğu görülmektedir.

Tablo 3'te deney ve kontrol grubundaki ergen kızların "*Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği*" alt faktörlerinin çocuklardan sorumlu anne görüşlerini içeren verilerin Mann-Whitney U testine göre Ön test-Son test sıra ortalamaları puan farklarının karşılaştırılması görülmektedir.

Uygulanan program öncesinde deney ve kontrol grubunun ön test sıra ortalamalarına göre; sosyalleşmenin alt maddelerinden işbirliği, başkalarını dikkate alma, başkalarının farkında olma, başkalarıyla etkileşim, grup faaliyetlerine katılma, bencillik, sosyal olgunluk alanında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemektedir ( $p>0,05$ ). Uygulanan program sonrasında deney ve kontrol grubunun son test sıra ortalamalarına göre; sosyalleşmenin alt maddelerinden işbirliği, başkalarını dikkate alma, başkalarıyla etkileşim, grup faaliyetlerine katılma, bencillik, sosyal olgunluk alanında ve faktörler toplamında gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmektedir ( $p<0,01$ ). Başkalarının Farkında Olma, maddesinde de istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmektedir ( $p<0,05$ ).

Sonuçlara bakıldığında; uygulanan program öncesinde deney ve kontrol grubundaki çocukların ön test ortalamalarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı; uygulanan programdan sonra deney ve kontrol grubundaki çocukların son test ortalamaları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Bu farkın oluşmasında özel

olarak hazırlanan ve uygulanan spor etkinliklerinin etkisinden kaynaklandığı söylenebilir.

Tablo 4'te Deney ve Kontrol grubundaki ergen kızların "Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği"nin alt faktörlerinin çocuklardan sorumlu Anne görüşlerini içeren verilerin Wilcoxon testi ile Ön test – Son test sıra ortalama puan farklarının grup içindeki anlamlılık düzeylerinin karşılaştırılması görülmektedir. Deney grubundaki çocukların ön test ve son test sıra ortalama puanlarına göre; sosyalleşmenin alt faktörlerinden İşbirliği Yapabilme, Başkalarını Dikkate Alma, Başkalarının Farkında Olma, Başkalarıyla Etkileşim, Grup Faaliyetlerine Katılma, Bencillik, Sosyal Olgunluk alanında ve faktörler toplamında grup içi ön-test son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmektedir ( $p<0,01$ ). Sonuçlara bakıldığında, deney grubundaki çocukların ön test ve son test puanları arasında anlamlı bir fark olduğu bu farkın uygulanan programdan kaynaklandığı söylenilebilir.

Kontrol grubundaki ergen kızların ön-test ve son-test sıra ortalama puanlarına göre; "*Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği*"nin alt faktörlerinden işbirliği yapabilme, başkalarını dikkate alma, başkalarının farkında olma, başkalarıyla etkileşim, grup faaliyetlerine katılma, bencillik, sosyal olgunluk alanında grup içi ön-test son-test puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemektedir ( $p>0,05$ ). Faktörlerin toplamında ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu görülmektedir ( $p<0,05$ ). Kontrol grubundaki çocuklarda bir gelişme olmasında normal olarak devam ettikleri okullarında okul arkadaşları ile girmiş oldukları diyaloglardan ve okul dışında akran grubuyla girdiği diyalogdan etkilendikleri bu etkileşimin çocukların gelişimlerine çok fazla etki etmedikleri söylenilebilir.

Bir takım oyunu olarak futbol çocuğa bir grup içerisinde nasıl hareket edeceğini, kendi hareketlerini ve heyecanını nasıl kontrol edeceğini öğretir. Futbol sayesinde insanlar arasındaki sosyal ilişkiler kuvvetlenir. Futbol oyununa bir takım oyuncusu olarak katılmak; karşılıklı yardımlaşma, iş birliği, takım arkadaşlarına ve kurallara saygı duyma hissini geliştirir (Özbar, 2009).

Spor kişinin hem ruh hem de beden yapısını, sağlığını güçlendirerek dengeli bir kişiliğe sahip olmasını sağladığını bilimsel gerçekler ortaya koymuş durumdadır (Akkoyunlu, 1996).

**Tablo 4.** Deney ve Kontrol Grubundaki Çocukların "Sosyal Uyum ve Davranış Ölçeği" Ön test ve Son test Verilerinin Wilcoxon Test'e Göre Sıra Ortalama Puan Farklarının Grup İçi Anlamlılık Düzeylerinin Karşılaştırılması

Gruplar	Sosyalleşme Ölçeğinin Alt Faktörleri	N	Ön-test ve Son-test		Z	P	
			Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı			
Deney Grubu	İş Birliği Yapabilme	0	Negatif Sıra	.00	.00	3.464	<b>.001**</b>
		12	Pozitif Sıra	6.50	78.00		
		0	Eşit	-	-		
	Başkalarını Dikkate Alabilme	0	Negatif Sıra	.00	.00	3.077	<b>.002**</b>
		12	Pozitif Sıra	6.50	78.00		
		0	Eşit	-	-		
	Başkalarının Farkında Olabilme	1	Negatif Sıra	1.00	1.00	2.682	<b>.007**</b>
		8	Pozitif Sıra	5.50	44.00		
		3	Eşit	-	-		
	Başkalarıyla Etkileşim	0	Negatif Sıra	.00	.00	3.207	<b>.001**</b>
		11	Pozitif Sıra	6.00	66.00		
		1	Eşit	-	-		
	Grup Faaliyetlerine Katılabilme	0	Negatif Sıra	.00	.00	2.889	<b>.004**</b>
		10	Pozitif Sıra	5.50	55.00		
		2	Eşit	-	-		
	Bencillik	0	Negatif Sıra	.00	.00	3.100	<b>.002**</b>
		12	Pozitif Sıra	6.50	78.00		
		0	Eşit	-	-		
Sosyal Olgunluk	0	Negatif Sıra	.00	.00	3.108	<b>.002**</b>	
	12	Pozitif Sıra	6.50	78.00			
	0	Eşit	-	-			
Faktörler Toplamı	0	Negatif Sıra	.00	.00	3.066	<b>.002**</b>	
	12	Pozitif Sıra	6.50	78.00			
	0	Eşit	-	-			
Kontrol Grubu	İş Birliği Yapabilme	0	Negatif Sıra	.00	.00	1.732	<b>.083</b>
		3	Pozitif Sıra	2.00	6.00		
		7	Eşit	-	-		
	Başkalarını Dikkate Alabilme	1	Negatif Sıra	2.50	2.50	1.000	<b>.317</b>
		3	Pozitif Sıra	2.50	7.50		
		6	Eşit	-	-		
	Başkalarının Farkında Olabilme	0	Negatif Sıra	.00	.00	1.000	<b>.317</b>
		1	Pozitif Sıra	1.00	1.00		
		9	Eşit	-	-		
	Başkalarıyla Etkileşim	0	Negatif Sıra	.00	.00	.000	<b>1.000</b>
		0	Pozitif Sıra	.00	.00		
		10	Eşit	-	-		
	Grup Faaliyetlerine Katılabilme	0	Negatif Sıra	.00	.00	1.732	<b>.083</b>
		3	Pozitif Sıra	2.00	6.00		
		7	Eşit	-	-		
	Bencillik	0	Negatif Sıra	.00	.00	1.414	<b>.157</b>
		2	Pozitif Sıra	2.00	3.00		
		8	Eşit	-	-		
Sosyal Olgunluk	0	Negatif Sıra	.00	.00	1.000	<b>.317</b>	
	1	Pozitif Sıra	1.00	1.00			
	9	Eşit	-	-			
Faktörler Toplamı	0	Negatif Sıra	.00	.00	2.388	<b>.017</b>	
	7	Pozitif Sıra	4.00	28.00			
	3	Eşit	-	-			

Aynı şekilde, spor faaliyetlerine katılan kişilerde dışa dönük bir kişilik geliştiği, sporla yeni arkadaşlar edinildiği, toplum kurallarına uymanın öğrenildiği ve toplumda da yasalara saygılı ve daha girişken bir kişilik kazandıkları vurgulanmıştır (Akıncı, 2007).

Fiziksel aktivite ile ilgilenmenin, çocuklarda akademik başarıyı arttırdığı, psikolojik olarak iyi olma hali sağladığı, depresyon ve kaygı bulgularını azalttığı, kendine saygıyı arttırarak, çocukların daha atılgan olmalarını sağlamaya katkı yaptığı belirlenmiştir (Çavdar, 2011; Kirkcaldy ve ark., 2005; Parfit, 2005; Penedo, 2008; Strong ve ark., 2005; Suitor ve ark., 2007; Taylor, 1985;). Diğer taraftan çocuklarda alkol ve madde kullanımı ile herhangi bir fiziksel aktiviteye katılmama arasında da pozitif yönde yüksek korelasyon gösteren çalışmalar vardır (Kirkcaldy ve ark., 2005). Üstelik bunlar, özellikle ergenlik dönemindeki çocuklarda öğrenmeyi etkileyebildiği gibi, olumsuz ve riskli davranışların da olasılığını arttırmaktadır (Woodward – Lopez ve ark., 2010).

Bu nedenle anne ve babaların çocuklarını spor yapmak konusunda cesaretlendirmeleri, programlı bir yaşam için dersin yanı sıra aktif bir spor etkinliğine zaman ayırmaları konusunda onları uyarılarının yararı açıktır. Çünkü bireysel özelliklere veya yakın çevre etkilerine bağlı olarak sergilenen uyum ve davranış bozukluklarının tedavisinde spor önemli bir görev üstlenmektedir. Spor yoluyla birey, gerilimden arınarak ve buna bağlı olarak rahatlama yaşamaktadır (Çavdar, 2011).

## SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada elde edilen bulgulara göre, deney grubunun öntest – sontest puanları, kontrol grubuna göre daha yüksek ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur.

Tüm bu yukarıda bahsedilen bilgilere dayanarak; oldukça önemli olan ergenlik döneminde takım sporlarından olan futbol oynama ve fiziksel aktivite davranışları, yapılan bu deneysel çalışma ile özellikle vurgulanmaya çalışılmıştır. Elde edilen bulgular ışığında, sosyal uyum problemi gösteren kız çocuklarının, sosyal uyum problemlerinin azaldığı ve ergenlik döneminin sorunlarını aşabilmek için daha sağlıklı bir yapıya kavuştukları söylenebilir.

Yapılan bu araştırma ile takım sporlarından futbolun, ergen kızların sosyal gelişimlerini des-

teklediği belirlenmiştir. Bir başka ifade ile deney grubundaki ergen kızların sosyalleşme düzeylerinin kontrol grubuna göre yüksek olması uygulanan programın etkili olduğunu göstermiştir.

Çocukların, özellikle ergenlerin kendilerine güvenmeleri, yeteneklerine inanmaları ve emsalleriyle birlikte oynamak için takım sporlarında yer almaları için teşvik edilmeli; fakat bir rekabet için zorlanmamalı ve çocukların bireysel farklılıklarını da göz önüne almalıdır.

Çocukların ilgi ve isteklerini canlı tutabilmek ve spor yapmalarını cazip hale getirebilmek için uygun ve hoş giden araç-gereç seçmeli, ödüllendirme sistemi ve net bir disiplin anlayışını kurarak benimsetmeli ve yaptığı spor uygulamalarının da beklenen hedeflere ulaştırıp ulaştırmadığı da değerlendirilmelidir.

Aile ve Sosyal Politikalar Bakanlığına bağlı yurtlarda kalan uyum problemi olan ergenlik çağındaki kızlara yönelik takım sporlarına daha fazla zaman ayrılması ve düzenli olarak çocukların bir spor programını takip etmelerinin sağlanması çocukların sosyal gelişimlerini olumlu yönde desteklemek açısından uygun olabilir.

Yalnız ergenlik dönemindeki kızları değil, erkekleri de çalışmaya katmak, sosyal kaygı, öz güven, iletişim, fiziksel benlik algısı, akademik güdülenme gibi konuları da çalışmak; ergenlik döneminde ki bu gibi sorunları yordama için önemli bir rehber olabilir.

## KAYNAKLAR

1. Ağrı Rehberlik ve Araştırma Merkezi Müdürlüğü, (2007): *Özel Eğitim ve Kaynaştırma Uygulamaları*, 2003, s: 98-103, www.agriram.org.tr.tc/2007.
2. Ahioglu -Lindberg, EN. (2011): *Piaget Ve Ergenlikte Bilişsel Gelişim*, Kastamonu Eğitim Dergisi Cilt:19 No:1 S:1-10.
3. Akkoyunlu., Y. (1996 ): *Beden Eğitimi Ve Spor*, PAÜ. Eğitim Fak. Derg., s: 80–81.
4. Akıncı, AY. (2007): *Orta öğretim Kurumlarında Beden Eğitimi ve Spor Etkinliklerinin Sosyalleşme Süreci ve Şahsiyetin Oluşmasında Katkısı*, Yüksek Lisans Tezi, Kütahya.
5. Alparslan, AH. (2012): *Ergen Ruh Sağlığı ve Spor*, Kocatepe Tıp Dergisi, 13, 181-185.
6. Başer, E. (1994): *Futbolda Psikoloji ve Başarı*, Birinci Basım, Yayınevi Yayınları, İstanbul.
7. Bayramkaya, E., Toros, F., Özge, C. (2005): *Ergenlerde Sosyal Fobi İle Depresyon, Öz Kavram, Sigara Alışkanlığı Arasındaki İlişki*, Klinik Psikofarmakoloji Bülteni; 15: 165-173.

8. Bıyıklı, L. (1987): *Yetiştirme yurtlarındaki çocukların zihinsel ve psiko-sosyal gelişimlerinin incelenmesi*, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, Cilt: 20, Sayı: 1.
9. Bildik, T. (2013): *Ölüm, Kayıp, Yas ve Patolojik Yas*, Ege Tıp Dergisi; 52(4):223-229.
10. Cebe, F. (2005): *Sosyal Hizmetler ve Çocuk Esirgeme Kurumu Yetiştirme Yurtlarında Barınan Çocukların Benlik Saygısı, Depresyon, Kaygı Skorlarının Ailesi Yanında Kalan Çocuklarla Karşılaştırılması*, İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
11. Çamlıyer, H., Çamlıyer H. (2011): *Çocuk Hareket Eğitimi ve Oyun*, C.B.Ü. Matbaası, Manisa, 2011, s.116-117-122.
12. Çankaya, B. (2007): *Lise I. Ve II. Sınıf Öğrencilerinin Algılanan Benlik Saygısının Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi*, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
13. Çavdar, B. (2011): *Öğretilebilir Zihinsel Engelli Öğrencilerde Beden Eğitimi Ve Spor Aktivitelerinin Toplumsallaşma Düzeylerine Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, İzmir-2011 s: 60.
14. Erginöz, E., Alikafıoğlu, M., Ercan, O., ve ark. (2011): *Relationship Between Physical Activity Level and Demographic Characteristics, Eating Habits and Sedantary Behaviors of Turkish School Children Aged 11, 13 and 15 Years*, Türk Ped Arşivi, 46: 12-9.
15. Eriş, Y., Ekiz FE. (2013): *Ergenlerin Benlik Saygısı ve Sosyal Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişki ve Kişisel Değişkenlerin Etkileri*, International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic, 8 (6): 179-193.
16. Göksu, Ö., Yüksek, S. (2003): *Elit Bayan Futbolcuların Sezon Boyunca Bazı Fiziksel Ve Fizyolojik Parametrelerinde Meydana Gelen Değişikliklerin Belirlenmesi*, İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi, 11 (3), 74-79.
17. Güler, D. (2009): *The Evaluation of Some Physical And Physiological Characteristics of the 10-13 Years-Old Group Boys that Participate In Summer Football Courses*, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 9 (17), 17-27.
18. Karatosun, H. (1993): *Futbol, Çocuk ve Gençlerin Eğitimi*. İkinci baskı, Kolka Matbaacılık. Ankara.
19. Karabulut, EO., Ulucan, H., (2011): *Yetiştirme Yurdunda Kalan Öğrencilerin Problem Çözme Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Bakımından İncelenmesi*, Ahi Evran Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, 12 (1): 227-238,
20. Karabulut, EO., Atasoy M., Kaya, K., Karabulut, K. (2013): *13-15 Yaş Arası Erkek Futbolcuların Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Farklı Değişkenler Bakımından İncelenmesi*?, Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KE-FAD) 14 (1), 243-253.
21. Kavanoz, A. (1999): *Özel Eğitim Sınıflarına ve Kaynaştırma Eğitimine Devam Eden Öğretilebilir Zihinsel Engellilerin Uyumsal Davranışlarının Karşılaştırılması*, Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, 1999, Trabzon, s. 1
22. Kirkcaldy, BD., Shephard, RJ., Siefen, RG. (2002): *The Relationship Between Physical Activity and Selfimage and Problem Behaviour Among Adolescents. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol*, 37(11): 544-50.
23. Ögel, K. Ermağan, E., Eke, CY., Taner, S. (2007): *Madde Deneyen ve Denemeyen Ergenlerde Sosyal Aktivitelere Katılım, İstanbul Örnekleme*”, Journal of Dependence, 8(1): 18-23.
24. Özbar, N. (2009): *Çocuğunuz İçin Futbol*”, Türkiye Futbol Federasyonu, Elma Basım, İstanbul, 1.Baskı,
25. Özer S., Özer K. (2002): *Çocuklarda Motor Gelişim*, İstanbul, Atlas Yayın Dağıtım, 2.Basım, 225-227
26. Parfitt, G., Eston, RG. (2005): *The relationship Between Children's Habitual Activity Level and Psychological Well-Being. Acta Paediatr*, 94(12): 1699-701.
27. Parlaz, EA., Teggül, N., Karademirci, E., Öngel, K. (2012): *Ergenlik Dönemi: Fiziksel Büyüme, Psikolojik ve Sosyal Gelişim Süreci, Turkish Family Physician*, 3 (4):10-16.
28. Penedo, FJ., Dahn, JR. (2005): *Exercise and Well-Being: A Review of Mental and Physical Health Benefits Associated with Physical Activity. Curr Opin Psychiatry*, 18(2): 189-93.
29. Strong, WB., Malina, RM., Blimkie, CJ., ve ark. (2005): *Evidence Based Physical Activity for School-Age Youth, Journal Pediatrics*, 146(6), 732-737,
30. Suitor, CW., Kraak, VI. (2007): *Adequacy of Evidence for Physical Activity Guidelines Development: Workshop Summary*. Institute of Medicine. Washington, DC: National Academies Press.
31. Taylor, CB., Sallis, JF. ve Needle, R. (1985): *The Relation Of Physical Activity and Exercise to Mental Health. Public Health Rep*, 100(2): 195-211.
32. Tel, M. (2008): *Çocuklarda Sosyalleşme Araçlarının Spora Yönlendirme Durumları*, Fırat Üniversitesi Sivrice Meslek Yüksekokulu – Elazığ, s: 2-8
33. T.C. Millî Eğitim Bakanlığı Mesleki Eğitim Ve Öğretim Sisteminin Güçlendirilmesi Projesi. (2007): *Çocuk Gelişimi Ve Eğitimi Uyum Güçlüğü Gösteren Çocuklar*, Ankara.
34. Woodward-Lopez, G., Mattes, M., Baecker, A., ve ark. (2010): *Physical Education Research for Kids: Physical Education and Physical Activity in California Public Schools*. The Dr. Robert C. and Veronica Atkins Center for Weight and Health University of California, Berkeley January.
35. Yıldız, MC. (2008): *Yetiştirme Yurdunda Kalanların Toplumsal Bütünleşme Problemleri*, www.sosyalhizmetuzmani.org erişim 22.12.2014.