T.C
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

OLİMPİYATLARA HAZIRLANAN SPORCULAR İLE SEDANTER BİREYLERİN YÜZ VE DUYGU TANIMA BECERİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI: KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN ROLÜ

(Yüksek Lisans Tezi)

Aslı Diğnem IŞIK

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi Nihal AKOĞUZ YAZICI

RİZE
2022

KABUL VE ONAY

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında, Dr. Öğr. Üyesi Nihal AKOĞUZ YAZICI danışmanlığında, Aslı Diğnem IŞIK tarafından hazırlanan *Olimpiyatlara Hazırlanan Sporcular ile Sedanter Bireylerin Yüz ve Duygu Tanıma Becerilerinin Karşılaştırılması: Kişilik Özelliklerinin Rolü* adlı bu tez çalışması, 24/06/2022 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda oy birliği/oy çokluğuyla başarılı bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Jüri Üyeleri		**Unvanı, Adı Soyadı**	**İmza**
Başkan:	:	Prof. Dr. Necip Fazıl KİSHALI	
Üye:	:	Prof. Dr. Arslan KALKAVAN	
Üye:	:	Dr. Öğr. Üyesi Nihal AKOĞUZ YAZICI	

ETİK BEYAN

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programından mezun olmak üzere teslim ettiğim "Olimpiyatlara Hazırlanan Sporcular ile Sedanter Bireylerin Yüz ve Duygu Tanıma Becerilerinin Karşılaştırılması: Kişilik Özelliklerinin Rolü" adlı tezim, bilim ve araştırma etiği prensiplerine riayet edilerek tarafımdan yazılmıştır.

Tez çalışmamda, başka kaynaklardan aktarılan bütün bilgi ve alıntılar, Enstitünüz Tez Yazım Kılavuzuna uygun olarak açıkça gösterilmiştir. Kaynağı gösterilenler dışında kalan bütün bilgiler uygun araştırma yöntemi kullanılarak tarafımdan edinilmiş ve esere bu şekilde yansıtılmıştır. Şahsıma ait olmayan hiçbir bilgi, kasıt veya kusurlar, şahsıma aitmiş gibi gösterilmemiştir. İnternet kaynakları dâhil, sahibine/kaynağına atıf yapılmaksızın hiçbir bilgi kullanılmamıştır. Aksinin ortaya çıkması halinde doğacak bütün hukuki, idari, akademik ve etik sorumluluk tarafıma ait olacaktır. Eserin tesliminden sonra herhangi bir zamanda, bilim etiğine aykırılık tespit edilmesi ve / veya eserimle ilgili intihal veya intihal şeklinde anlaşılacak bir durumun ortaya çıkması halinde; Üniversiteniz ve eğitim kadronuzun hiçbir şekilde sorumlu tutulmayacağını hür irademle kabul, beyan ve taahhüt ederim.
24/06/2022

Aslı Diğnem IŞIK

ÖN SÖZ

Bu çalışmanın tamamlanması ve başarılı olmam için her koşulda yardımcı olan, değerli bilgilerini benimle paylaşan, kıymetli zamanını bana ayırıp sabırla ve büyük bir ilgiyle yol gösteren, her zaman moral ve motivasyonumu yükselten güler yüzlü danışman hocam Dr. Öğr. Üyesi Nihal AKOĞUZ YAZICI'ya teşekkürü bir borç biliyor ve şükranlarımı sunuyorum. Bu çalışmanın gerçekleşmesindeki zemini hazırlayan ve yüksek lisans hayatım boyunca desteğini her zaman hissettiğim Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Başkanı Prof. Dr. Arslan KALKAVAN hocama teşekkürü bir borç bilirim.

Ders dönemi boyunca ders aldığım bütün değerli öğretim üyelerine teşekkür ederim. Son olarak maddi ve manevi olarak beni her zaman destekleyen annem Sibel ŞENGÜL, babam Adem ŞENGÜL, kardeşlerim Anıl ŞENGÜL ve Efe ŞENGÜL ve sevgili eşim Utku IŞIK'a sonsuz teşekkür ederim.

Aslı Diğnem IŞIK
2022/Rize

İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY I
ETİK BEYAN II
ÖN SÖZ III
İÇİNDEKİLER IV
ÖZET VII
ABSTRACT VIII
KISALTMALAR IX
TABLOLAR LİSTESİ X
ŞEKİLLER LİSTESİ XI
GİRİŞ 1
1. GENEL BİLGİLER 6
1.1. Yüz ve Duygu Tanıma Becerisi 6
1.1.1. Evrensel Yüz İfadeleri 6
1.1.2. Yüz İfadelerinin Güvenirliliği 11
1.1.3. Yüz ve Duygu Tanıma Becerisinin Önemi 15
1.1.4. Yüz ve Duygu Tanıma Becerisinin Kullanıldığı Alanlar 18
1.1.5. Fiziksel Aktivite ve Yüz-Duygu Tanıma Becerisi 21
1.2. Kişilik 23
1.2.1. Kişilik ve Kişiliğin Tanımı 24
1.2.2. Kişiliği Gelişimine Etki Eden Faktörler 24
1.2.2.1. Kalıtım ve Bedensel Faktörler 25
1.2.2.2. Sosyo-Kültürel Faktörler 26
1.2.2.3. Aile Faktörü 26
1.2.2.4. Sosyal Sınıf Faktörü 27
1.2.2.5. Coğrafi ve Fiziki Faktörler 27
1.2.2.6. Diğer Faktörler 28
1.2.3. Kişilik Kuramları 28
1.2.3.1. Psikodinamik Kuramlar 28
1.2.3.2. Davranışçı ve Bilişsel Kuramlar 32

1.2.3.3. İnsancıl-Varoluşçu Kuramlar 33
1.2.3.4. Araştırma Odaklı Kuramlar 34
1.2.3.4.1. Beş Faktör Kişilik Kuramı 36
1.2.4. Kişilik ve Spor 38
1.3. Alan Yazınında Yapılan Çalışmalar 40
1.3.1. Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar 40
1.3.2. Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar 41
2. GEREÇ, YÖNTEM VE BULGULAR 44
2.1. Gereç ve Yöntem 44
2.1.1. Araştırma Deseni 44
2.1.2. Araştırma Evreni 44
2.1.3. Araştırma Grubu 44
2.1.4. Araştırma Tekniği ve Protokol 45
2.1.5. Veri Toplama Araçları 45
2.1.5.1. Kişisel Bilgi Formu 45
2.1.5.2. Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Form (5FKE-KF) 45
2.1.5.3. Yüz ve Duygu Tanıma Testi 46
2.1.6. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi 48
2.2. Bulgular 49
2.2.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri 49
2.2.1.1. Katılımcıların Olimpik Sporcu/Sedanter Birey Olma Göre Dağılımları 49
2.2.1.2. Katılımcıların Cinsiyet Durumlarına Göre Dağılımı 49
2.2.1.3. Katılımcıların Hissettikleri Ruh Haline Göre Dağılımları 50
2.2.2. Olimpiyat Sporcuları ile Sedanter Bireylerin Yüz ve Duygu Tanıma Becerileri 51
2.2.3. Olimpiyat Sporcuları ile Sedanter Bireylerin Yüz ve Duygu Tanıma Becerinin Toplam Tepki Sürelerine Oranları 52
2.2.4. Cinsiyete Göre Yüz ve Duygu Tanıma Becerileri 53
2.2.5. Cinsiyete Göre Yüz ve Duygu Tanıma Becerilerinin Toplam Tepki Sürelerine Oranları 54

2.2.6. Hissedilen Ruh Haline Göre Yüz ve Duygu Tanıma Becerileri 55
2.2.7. Hissedilen Ruh Haline Göre Yüz ve Duygu Tanıma Becerilerinin Toplam Tepki Sürelerine Oranları 56
2.2.8. Yaşa Göre Yüz ve Duygu Tanıma Becerileri ve Yüz ve Duygu Tanıma Becerisinin Toplam Tepki Süresine Oranlarının İlişkisi 57
2.2.9. Olimpiyat Sporcuları ile Sedanter Bireylerin Kişilik Özellikleri 58
2.2.10. Cinsiyete Göre Kişilik Özellikleri 59
2.2.11. Yaşa Göre Kişilik Özellikleri 61
2.2.12. Hissedilen Ruh Haline Göre Kişilik Özellikleri 61
2.2.13. Olimpiyat Sporcuları ile Sedanter Bireylerin Yüz ve Duygu Tanıma Becerileri ile Kişilik Özelliklerinin İlişkisi 64
3. TARTIŞMA VE SONUÇ 65
3.1. Tartışma 65
3.2. Sonuç 71
3.3. Öneriler 72
KAYNAKÇA 74
EKLER 85
ETİK KURUL KARARI 89

Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü
Ana Bilim Dalı : Beden Eğitimi ve Spor
Tez Türü : Yüksek Lisans
Danışman : Dr. Öğr. Üyesi Nihal AKOĞUZ YAZICI
Hazırlayan : Aslı Diğnem IŞIK
Yıl : 2022
Sayfa Sayısı : 89

ÖZET

OLİMPİYATLARA HAZIRLANAN SPORCULAR İLE SEDANTER BİREYLERİN YÜZ VE DUYGU TANIMA BECERİLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI: KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN ROLÜ

Bu araştırmanın amacı, üst düzeyde spora katılım sağlayan sporcular ile sedanter bireylerin yüz ve duygu tanımlama becerileri arasındaki farkları ortaya koymaya çalışmaktır. Yüz ve duygu tanıma becerilerinin farklı demografik değişkenlerden etkilenip etkilenmediği anlamakta araştırmanın bir diğer amacıdır. Ayrıca araştırma içerisinde katılımcıların sahip oldukları kişilik özelliklerinin yüz ve duygu tanıma üzerindeki etkisi de anlaşılmaya çalışılmıştır. Çalışmaya, 50 sedanter ve 50 olimpiyatlara hazırlanan üst düzey sporcu (26 güreş, 12 kano (durgunsu-akarsu) ve 12 halter spor dallarında) olmak üzere toplamda 100 (Ort_{yas}=20,44±2,06) katılımcı katılmıştır. Katılımcıların 55'i erkek 45'i ise kadın katılımcılardan oluşmaktadır. Katılımcıların yüz ve duygu tanıma becerilerini test etmek için SuperLab 5 programı ile dizayn edilen POFA (Pictures of Facial Affect) kullanılmıştır. Kişilik özelliklerini belirlemek amacıyla Somer ve ark. (2001) tarafından geliştirilmiş ve Tatar (2005) tarafından kısa formunun geçerliği ve güvenirliliği yapılmış 5 Faktör Kişilik Envanteri kullanılmıştır. İstatistik testlerin yapılmasında Windows SPSS 26.0 İstatistik programı kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda olimpiyat sporcuları sedanter bireylere oranla yüz ve duygu tanıma becerilerinde anlamlı şekilde daha yüksek skorlar elde etmiştir. Ayrıca olimiyat sporcuları arasında gelişime açıklık alt boyutu ile yüz ve duygu tanıma becerileri arasında anlamlı ilişkilere rastlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Kişilik, Yüz ve Duygu Tanıma, Olimpiyat Sporcuları

Recep Tayyip Erdogan University Institute of Graduate Studies
Department : Physical Education and Sports
Thesis Type : Master Thesis
Supervisor : Dr. Öğr. Üyesi Nihal AKOĞUZ YAZICI
Author : Aslı Diğnem IŞIK
Year : 2022
Pages : 89

ABSTRACT

COMPARISON OF FACIAL AND EMOTION RECOGNITION SKILLS OF ATHLETES PREPARING FOR THE OLYMPICS AND SEDENTARY PEOPLE: THE ROLE OF PERSONALITY TRAITS

The aim of this research is to try to reveal the differences between the facial and emotion recognition skills of athletes who participate in sports at a high level and sedentary. Another aim of the research is to understand whether face and emotion recognition skills are affected by different demographic variables. In addition, the effect of the personality traits of the participants on face and emotion recognition was tried to be understood in the research. A total of 100 (M_{age}=20.44±2.06) participants, 50 of whom were sedentary and 50 were high level athletes preparing for the Olympics (26 wrestling, 12 canoeing (still-water) and 12 weightlifting). 55 of the participants were male and 45 are female. POFA (Pictures of Facial Affect), designed with the SuperLab 5 program, was used to test the facial and emotion recognition skills of the participants. The 5 Factor Personality Inventory developed by Somer et al. (2001) and the validity and reliability of its short form were performed by Tatar (2005) was used to determine personality traits. Windows SPSS 26.0 Statistics program was used for statistical tests. As a result of the analysis, Olympic athletes have significantly higher scores in facial and emotion recognition skills compared to sedentary individuals. In addition, significant relationships were found between openness sub-dimension and facial and emotion recognition skills among Olympic athletes.

Key Words: Personality, Facial and Emotion Recognition, Olympic Athletes

KISALTMALAR

5FKE-KF	: Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Form
MEB	: Milli Eğitim Bakanlığı
GSB	: Gençlik ve Spor Bakanlığı
POFA	: Pictures of facial affect
FACS	: Facial action coding system (Yüz eylem kodlama sistemi)
TU	: Tamamen uygun
BU	: Biraz uygun
PUD	: Pek uygun değil
HUD	: Hiç uygun değil

TABLOLAR LİSTESİ

Tablo 1. Beş faktör kişilik modellerinin özellikleri 38
Tablo 2. Olimpiyat sporcusu ve sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma becerisi (Doğru Sayısı)..... 51
Tablo 3. Olimpiyat sporcusu ve sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı (Doğru Sayısı/Toplam Tepki Süresi) 52
Tablo 4. Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerisi (Doğru Sayısı)..... 53
Tablo 5. Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı (Doğru Sayısı/Toplam Tepki Süresi)..... 54
Tablo 6. Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerisi (Doğru Sayısı).. 55
Tablo 7. Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı (Doğru Sayısı/Toplam Tepki Süresi)..... 56
Tablo 8. Yaş ile yüz-duygu tanıma ve yüz-duygu tanıma/toplam tepki süresi arasındaki ilişki..... 57
Tablo 9. Beş faktör kişilik ölçeği-olimpiyat sporcusu veya sedanter bireyler çok değişkenli ANOVA sonuçları..... 58
Tablo 10. Beş faktör kişilik ölçeği alt boyutlarının olimpiyat sporcusu veya sedanter birey olma durumuna göre tek yönlü ANOVA sonuçları..... 58
Tablo 11. Cinsiyete göre beş faktör kişilik ölçeği çok değişkenli ANOVA sonuçları 59
Tablo 12. Beş faktör kişilik ölçeği alt boyutlarının cinsiyete göre tek yönlü ANOVA sonuçları..... 60
Tablo 13. Yaş ve kişilik özellikleri ilişkisi..... 61
Tablo 14. Ruh haline göre beş faktör kişilik ölçeği çok değişkenli ANOVA sonuçları 62
Tablo 15. Beş faktör kişilik ölçeği alt boyutlarının hissedilen ruh haline göre tek yönlü ANOVA sonuçları 62
Tablo 16. Olimpiyat sporcuları ile sedanter bireylerin kişilik özellikleri ile yüz ve duygu tanıma becerileri arasındaki ilişki..... 64

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Farklı yüz ifadeleri 6
Şekil 2. Şaşırma 7
Şekil 3. Tiksinme 7
Şekil 4. Küçümseme 8
Şekil 5. Korku 8
Şekil 6. Öfke 8
Şekil 7. Üzüntü 9
Şekil 8. Mutluluk 9
Şekil 9. Evrensel yüz ifadeleri 13
Şekil 10. The Expression of the Emotions in Man and Animals, Anniversary Edition kitabından bir kesit 14
Şekil 11. The Expression of the Emotions in Man and Animals, Anniversary Edition kitabından bir kesit 14
Şekil 12. Pictures of Facial Affect'den bir kesit 17
Şekil 13. Facial Action Coding System'den bir kesit 18
Şekil 14. Micro Expression Training Tools'dan bir kesit 20
Şekil 15. Sedanter bireyler yüz ve duygu tanıma beceri testi 47
Şekil 16. Olimpik sporcular yüz ve duygu tanıma beceri testi 47
Şekil 17. Katılımcıların spor yapma durumuna göre dağılımı 49
Şekil 18. Katılımcıların cinsiyete göre dağılımı 50
Şekil 19. Katılımcıların ruh haline göre dağılımı 50
Şekil 20. Olimpiyat sporcuları ve sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma becerisi 51
Şekil 21. Olimpiyat sporcusu ve sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma becerisinin tepki süresine oranı 52
Şekil 22. Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerisi 53
Şekil 23. Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerisinin tepki süresine oranı 54
Şekil 24. Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerisi 55
Şekil 25. Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerisinin tepki süresine oranı 57

Şekil 26. Olimpiyat Sporcusu ve sedanter katılımcıların kişilik özellikleri 59
Şekil 27. Cinsiyet göre kişilik özellikleri 61
Şekil 28. Katılımcıların ruh hallerine göre kişilik özellikleri 63

GİRİŞ

İletişim, insanlar için yadsınamaz öneme sahip eylemler ağıdır. Her birey çevresindeki diğer varlıklarla iletişim kurar. İletişimde kimi zaman ses, kimi zaman yazı ya da resim, kimi zaman da sözel olmayan hareketler araç olarak kullanılır. En iyi iletişim, farklı araçların bir arada ve birbiriyle tutarlı olarak kullanılmasıyla sağlanabilir. Bireyin dil gelişimi incelendiğinde ilk aşamanın bedensel hareketlerin egemenliğinde olduğu görülür (Çalışkan ve Yeşil, 2005).

Bebeklerin yüzünü asması bir sıkıntının, gülücükler atması memnuniyetin ifadesidir. İnsanlığın gelişiminde de beden dilinin yeri aynıdır. İnsanlar konuşarak anlaşmayı geliştirmeden önce, beden dilleri ile anlaşırlardı. Beden dili insanın ilk anlaşma aracı ve ilk dili olmuştur. Bedenlerinin dili aracılığıyla insanlar duygularını, düşüncelerini, isteklerini, ihtiyaçlarını ve ruhsal zenginliklerini başka insanlarla paylaşmışlardır (Baltaş ve Baltaş, 2000).

Sözsüz iletişimde insanlar, konuşma ya da yazı olmaksızın birbirlerine birtakım mesajlar iletirler. Bu iletişim şeklinde insanların ne söyledikleri değil ne yaptıkları ve nasıl söyledikleri ön plana çıkar. Yüzdeki ifade, el ve vücut hareketleri, vücudun duruşu ve göz teması sözsüz iletişimde önemli yer tutar. Yüz ve beden ifadeleri bilinçli ya da bilinçsiz ortaya çıkabilir. Başı "evet", "hayır" anlamında sallamak, omuzları kaldırarak umursamazlık belirtmek, bilinçli yapılan beden ifadelerine örnek teşkil edebilir. Bilinçli yapılan beden ifadeleri kültürden kültüre değişiklik gösterebilir. Örneğin Türk kültüründe başı önden arkaya doğru kaldırmak "hayır" anlamını taşır. Batı ülkelerinde ise "hayır" demek isteyenler başlarını iki yana sallarlar. Türkiye, bazı Avrupa ülkeleri ve Amerika'da onaylama, beğenme anlamına gelen başparmağımızı yukarı kaldırma hareketi bazı Arap ülkelerinde ve Batı Afrika'da "git buradan" anlamında kullanılıyor. Kuzey Amerika ve Avrupa'da göz teması kişinin kendine güveninin ve karşısındakine saygısının bir ifadesi olarak görülürken Japonya, Kore ve Tayland gibi ülkelerde uzun bir göz teması meydan okumak ve saygısızlık ifadesi olabilmektedir.

Yukarıdaki örneklerden de görüleceği gibi, beden dili dünyanın birçok noktasında farklı anlamlar taşımaktadır. Bizim için sıradan olan bir ifade dünyanın farklı yerlerinde çok daha başka algılanıyor olabilir. Fark etmeden karşımızdakine saygısızlık etmemize, kendimizi yanlış ifade etmemize sebep olabilir. Fakat biz bunu

bilemeyiz her kültürün veya her ülkenin beden diline göre de hareket edemeyiz sonuçta onlara normal gelen hareketler bize anormal gelebilir, kültürümüze ters olabilir. Ama yüz ifadelerimiz, gülücüğümüz veya somurtmamız dünyanın her yerinde aynıdır ve değişmez. Evrensel yüz ifadeleri insanların ne hissettiklerini, o an yaşadıkları duyguları bize ifade etmede en etkili ve en kısa yoldur. Bizlerde karşımızdaki insanın ifadesine bakarak, onu gözlemleyerek davranışlarımızı kontrol edebilir ya da değiştirebiliriz. Üzgün olan bir kişiyi sözlerinden önce yüz ifadesine bakarak anlayabiliriz aynı şekilde mutlu ya da kaygılı olan birisinin yüz ifadesi bizim için sözlerinden daha önemli olabilir. Yani bu ifadeler çoğu zaman bizim hayatımızı kolaylaştırıp bize ipuçları vermektedir.

Spor müsabakalarına baktığımızda takım sporları veya bireysel sporlarda sporcuların yüz ifadelerinden kaygılarını, korkularını anlamamız mümkündür bu da bizim yapacağımız hamleleri kolaylaştırır nasıl davranacağımızın ipucunu verir. Aynı şekilde karşı tarafın yapacaklarını öngörebilme şansımızı artırabilir. Sporda rakibimizin yapabileceklerini önceden tahmin etmek bize oyunla alakalı stratejiler geliştirmemizi sağlayabilir. Karşımızda korkan ya da kaygılı olan bir rakibin oluşu bizi rahatlatabilir ve farklı bir oyun planı seçmemize neden olabilir. Bunun yanında antrenör-sporcu ilişkisinde de sözsüz iletişimin etkili kullanımı oyun esnasında bize avantajlar sağlayabilir. Oyunun akışı sırasında antrenör ve sporcu sözel olarak iletişim kurmakta zorlanırken, görsel olarak iletişim kurmak her zaman daha kolaydır. Zaman zaman antrenörün bir bakışı sporcu için çok şey ifade edebilir.

Duygu ve yüz tanımanın genel önemi göz önüne alındığında spor yapmanın bu beceriler üzerindeki etkisini ortaya koymak hem spor bilimlerinde çalışan araştırmacılar için hem de spesifik olarak yüz ve duygu tanımlama çalışmaları yapan araştırmacılar için önem arz edecek bir konumdadır.

Spor yapma ile yüz-duygu ifadelerini tanıma becerileriler arasındaki ilişkiler bireylerin pek çok özelliğinden etkilenebilir. Bu özellikler kişilerin psikolojik ve fizyolojik özellikleri olabilir. Kişilik özellikleri bireyler hakkında bazı temel yargılara varmak için araştırmacılar tarafından sıklıkla kullanılan bireye ait en önemli psikolojik özellikler arasında gösterilmektedir. Bu anlamda bu araştırma içerisinde yüz-duygu tanımanın spor yapma ile olan ilişkisi ortaya konulurken, kişilik özelliklerinin bu ilişkideki rolü de ortaya konulmaya çalışılacaktır.

Araştırmanın amacı, araştırmanın önemi, problem durumu, araştırmanın varsayımları, araştırmanın sınırlılıkları bu bölümde ayrıntılı bir şekilde ele alınarak açıklanmıştır**.**

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, üst düzeyde spora katılım sağlayan sporcular ile sedanter bireylerin yüz ve duygu tanımlama becerileri arasındaki farkları ortaya koymaya çalışmaktır. Yüz ve duygu tanıma becerilerinin farklı demografik değişkenlerden etkilenip etkilenmediği anlamakta araştırmanın bir diğer amacıdır. Ayrıca araştırma içerisinde katılımcıların sahip oldukları kişilik özelliklerinin yüz ve duygu tanıma üzerindeki etkisi de anlaşılmaya çalışılacaktır.

Araştırmanın Önemi

Alan yazındaki çalışmalar incelendiğinde yüz ve duygu tanıma becerilerinin tıp-sağlık alanında ortaya konulmuş çalışmaların konusunu oluşturduğu görülmektedir. Spor bilimleri alanında yüz tanıma becerilerini anlamaya çalışan bazı araştırmalara rastlansa da bu araştırmaların hiçbiri spor yapmanın bu beceri üzerindeki etkisini anlamaya yönelik değildir. Bu anlamda bu araştırmanın konusu mevcut literatüre farklı bir bakış açısı getirecektir. Ayrıca yüz ve duygu tanıma ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkileri anlamaya yönelik bazı araştırmalara literatürde rastlanmasının yanında bu ilişkinin üst düzey sporcular ve sedanter bireyler arasında kişilik özellikleri açısından nasıl bir değişik göstereceğini ortaya koyan herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışma bize örneklem grubundaki üst düzey sporcular ile sedanter bireylerin becerileri arasındaki farkları hem egzersize katılım açısından hem de farklı demografik değişkenler açısından ortaya koyarak spor yapmanın yüz ve duygu tanıma becerisi üzerindeki etkisini farklı yönleri ile anlamamıza yardımcı olacaktır. Bu nedenle yapılacak olan bu çalışma sonuçları itibari ile yeni bilimsel araştırmalar yapılmasına ve yeni sonuçlara ulaşılmasına da öncülük edecektir. Ayrıca yapılacak olan çalışmanın hem tıp alanında hem de spor bilimleri alanında çalışan araştırmacılara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Problem Cümlesi

Bu çalışmada olimpiyatlara hazırlanan üst düzey sporcular ile sedanter bireyler arasında yüz ve duygu tanıma beceri arasında bir fark var mıdır? ve bu fark kişilik özelliklerinden etkilenmekte midir? sorularına cevap aranmıştır.

Alt Problemler

1. Olimpiyatlara hazırlanan sporcular ile sedanter bireyler arasında yüz ve duygu tanıma becerileri açısından herhangi anlamlı bir fark yoktur.
2. Olimpiyatlara hazırlanan sporcular ile sedanter bireyler arasında yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı açısından herhangi anlamlı bir fark yoktur.
3. Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerileri açısından herhangi anlamlı bir fark yoktur.
4. Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı açısından herhangi anlamlı bir fark yoktur.
5. Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerileri arasında fark yoktur.
6. Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı açısından herhangi anlamlı bir fark yoktur.
7. Yaşa göre yüz ve duygu tanıma becerileri ve yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranları arasında anlamlı bir ilişki yoktur.
8. Olimpiyat sporcuları ile sedanter bireyler arasında kişilik özellikleri açısından fark yoktur.
9. Cinsiyete göre kişilik özellikleri açısından fark yoktur.
10. Yaşa göre kişilik özellikleri açısından fark yoktur.
11. Hissedilen ruh haline göre kişilik özellikleri açısından fark yoktur.
12. Olimpiyat sporcuları ile sedanter bireylerin duygu tanıma becerileri ile kişilik özellikleri arasında anlamlı ilişkiler yoktur.

Hipotezler

1. H_0: Olimpiyatlara hazırlanan sporcular ile sedanter bireyler arasında yüz ve duygu tanıma becerileri açısından herhangi anlamlı bir fark yoktur.
2. H_0: Olimpiyatlara hazırlanan sporcular ile sedanter bireyler arasında yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı açısından herhangi anlamlı bir fark yoktur.
3. H_0: Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerileri açısından herhangi anlamlı bir fark yoktur.
4. H_0: Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı açısından herhangi anlamlı bir fark yoktur.

5. H_0: Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerileri arasında fark yoktur.
6. H_0: Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı açısından herhangi anlamlı bir fark yoktur.
7. H_0: Yaşa göre yüz ve duygu tanıma becerileri ve yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranları arasında anlamlı bir ilişki yoktur.
8. H_0: Olimpiyat sporcuları ile sedanter bireyler arasında kişilik özellikleri açısından fark yoktur.
9. H_0: Cinsiyete göre kişilik özellikleri açısından fark yoktur.
10. H_0: Yaşa göre kişilik özellikleri açısından fark yoktur.
11. H_0: Hissedilen ruh haline göre kişilik özellikleri açısından fark yoktur.
12. H_0: Olimpiyat sporcuları ile sedanter bireylerin duygu tanıma becerileri ile kişilik özellikleri arasında anlamlı ilişkiler yoktur.

Araştırmanın Varsayımları

- Bu araştırma için katılımcılara uygulanan Beş Faktör Kişilik Envanteri (Kısa Form)'nin geçerli ve güvenilir bir araç olduğu kabul edilir.
- Katılımcıların Kişilik Envanteri sorularına objektif bilgi verdikleri varsayılmıştır.
- Kullanılan yüz ve duygu tanıma testinin çalışmanın amacına uygun olduğu varsayılmıştır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

- Çalışma Rize ilinde olimpiyatlara hazırlanan üst düzey sporcularla sınırlıdır.
- Çalışma Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesindeki sedanter bireylerle sınırlıdır.

1. GENEL BİLGİLER

1.1. Yüz ve Duygu Tanıma Becerisi

Yüz ve duygu üzerine yapılan ilk çalışmalar, yüz duygu tanıma çalışmalarının temelini oluşturmuştur. Akla gelen ilk soru "Duygular ve buna karşılık gelen yüz ifadeleri evrensel ve yaygın mıdır?" olmuştur. Ekman ve Friesen (1971) bazı temel duyguların evrensel ve kültürler arasında yaygın olduğunu iddia etmiştir. Altı temel duygunun: mutluluk, üzüntü, korku, iğrenme, öfke ve şaşkınlığın etnik kökenleri ve kültürleri ne olursa olsun insanlar için belirli yüz ifadelerine karşılık geldiğini belirtmiştir.

1.1.1. Evrensel Yüz İfadeleri

Yüz ifadeleri ve özellikle de gözler, kişinin ruh hali ve olası niyetleriyle ilgili çok şey anlatmaktadır. Tanımadığımız birinin bile yüzüne baktığımızda ona karşı bir acıma, sevgi, korku vb. bir duyguya kapılmaktayız; çünkü beynimiz, biz dalgınken dahi işlemeye ve bize etrafımızla ilgili bilgi vermeye devam etmektedir. İrkilme ve reflekslerde beynin geri planda çalışması sayesinde varlık göstermektedir.



Şekil 1. Farklı yüz ifadeleri

Öyle yüz ifadeleri var ki dünyanın neresine gidersek gidelim değişmemektedir. Dünyadaki farklı kültürleri düşününce evrensel ifadelerin olması çok şaşırtıcı bir durumdur, üstelik bu duyguları saklayamıyoruz. Fakat daha da şaşırtıcı olan; bu yüz ifadeleri sadece insanlarda görülmemektedir. Araştırmalar göstermiştir ki; neredeyse

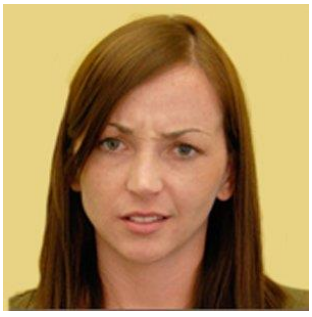
tüm memelilerde, özellikle de birbirlerine yakın türlerde yüz ve vücut dilleri büyük benzerlikler göstermektedir. Paul Ekman'ın uzun süren çalışmaları sonucunda tespit ettiği tüm insan halklarında, her bireyde aynı olan temel 7 evrensel yüz ifadesi aşağıda sıralanmıştır. (90'lı yıllara gelindiğinde araştırmalarını sürdüren Ekman ifade listesini genişletmiştir: (Eğlenme, Aşağılama, Hoşnutluk, Mahçubiyet, Heyecanlanma, Suçluluk duygusu, Gurur, Rahatlama, Memnuniyet, Zevk, Utanç)

Şaşırma: Yüzümüzde bulunan 43 kas 10000 yüz ifadesi oluşturmaktadır. Ancak bu ifadelerden çok az bir kısmı ile karşımızdakine bir şeyler anlatabilmekteyiz. Geri kalanlar ise sadece kişisel mimiklerdir! Dünyanın neresinde olunduğunun bir önemi yoktur. Kaşlar kalkık, göz kapakları açık ve ağzı aralanmış birinin şaşırmış olması muhtemeldir.



Şekil 2. Şaşırma

Tiksinme: İnsanoğlu olumsuz duyguları genelde saklama eğilimindedir. Ancak ne kadar bastırmaya çalışsak da saniyenin beşte biri kadar kısa bir sürede hissettiğimizi yüzümüze yansıtmaktayız. Tiksinme de saklamaya çalıştığımız olumsuz duygulardan biridir. Belki bir yemek, belki bir davranış karşısında hepimizin hissettiği bir duygudur. Bu duygunun göstergesi ise üst dudağın yukarı kalkması ve burnun kıvrılmasıdır.



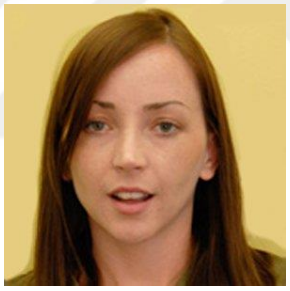
Şekil 3. Tiksinme

Küçümseme: Dünyada yaşayan 6 milyar insan, bir şeyi küçümsediği anda dudağının tek kenarını yukarı kaldırmakta ve oldukça sıkı bir durumda tutmaktadır.



Şekil 4. Küçümseme

Korku: Kültürel kaynaklı olmayan doğal korku, çevreye uyum sağlama ve hayatta kalmaya çalışma ile bağlantılı olan genetik mirasımızdır. Ve tabi ki saklaması en zor ifadedir. Korkuyla ilgili ilginç bir gerçek ise, korktuğumuz anda vücut ısımızın düşüyor olmasıdır. İlk soğuyan da ellerimizdir. Ekman'ın Yüz Hareketi Kodlama Sistemlerine göre, korkan bir insanın kaşları ortada birleşiyor, üst göz kapakları kalkıyor, alt göz kapakları ve dudakları gerilmektedir.



Şekil 5. Korku

Öfke: Öfkeyi anlatan kodlama sistemi ise, kaşların bir arada ve aşağı doğru olması, gözlerin parlaması ve dudakların daralmasıdır. Ekman'a göre yalan söyleyen insanlar mikro yüz ifadeleriyle doğruyu dışarı sızdırıyor. Öfkeli olmadığını söyleyen bir insan, çenesini yukarı doğru kaldırarak gizli öfke hareketini yapmaktadır.



Şekil 6. Öfke

Üzüntü: Üzgün olduğunu göstermemek yaygın bir davranış biçimidir. Ne kadar kırılgan bir halde olduğumuzu genelde paylaşmayı istemeyiz. Ekman, mikro yüz ifadelerini ilk kez hastanede depresyon tedavisi gören ve hafta sonu izne çıkmak isteyen bir hastanın video görüntülerini izlerken keşfetmiştir. Hasta oldukça neşeli görünüyormuş. Ancak hastanın görüntüleri yavaş çekim izlendiğinde, gülümseyen yüz ifadesinin altında gördükleri ümitsizlik nedeniyle izni vermemişler. Daha sonra öğrendiğine göre, hasta hafta sonu izne çıktığında intihar etmeyi planlıyormuş. İlk fark edilen mikro ifadeler ise, göz kapakları ve dudak kenarlarının aşağı doğru inmesi ve gözlerin odaklanamamasıdır.



Şekil 7. Üzüntü

Mutluluk: Mutlu bir insanı tanımak zor değil aslında, yanaklar yukarı doğru, göz kenarları kırışık ve ağız çevresindeki kaslar belirgin. Fakat bu gerçek bir gülümseme için geçerli olan kodlamadır. Ekman'a göre davetkar, cüretkar, savunma pozisyonunda, rahatsız ya da karşısındakine hoş geldin diyen, alaycı, küstah, aşağılayıcı gibi gülümsemeler dahil edildiğinde 19 tane farklı gülümseme bulunuyor. Hatta gülümseme yalan bile olabiliyor. Göz kenarlarında oluşan kırışıklık ise sadece gerçek bir gülümsemede bulunmaktadır.



Şekil 8. Mutluluk

Evrensel temel duygular: Üzüntü, şaşkınlık, tiksinme, küçümseme, mutluluk, korku ve öfke bu duygulara temel duygulardır. Çünkü insanların bu duygularla gösterdiği yüz ifadeleri evrensel görünmektedir. Başka bir deyişle: dünyanın her yerinde, belli bir kültür dışında, aynı görünüyorlar. İfade biçiminin: temel duyguların ifade edildiği yüz ifadesinin doğuştan olduğu varsayılmaktadır. Ciddi bir şekilde ihmal edilmiş (yıllarca ayrılmış veya kilitli) ve kör olarak doğmuş çocuklar (hiç yüz yüz ifadelerini hiç gözlemlememiştir) bile, bu evrensel yüz ifadelerinin temel duygularında dışsallaştırıldığını göstermektedir.

Diğer duygular: Daha fazla duygular vardır, ancak yukarıda belirtilen duygular, özellikle yüz ifadeleri üzerine yapılan araştırmalardan ortaya çıkan yedi temel duygudur: evrensel olarak geçerli ve 'doğuştan gelen mimik'. Diğer duygular tek başına yüz ifadeleri temelinde düzgün bir şekilde araştırılamaz (ayrıca bir kültürde diğerinden farklı bir şey anlamına gelebilecek başka şeyler de gerektirir (örneğin jestler, duruş, ifade biçimleri, tonlamalar vb.). Literatürde ortaya çıkan diğer duygular (bazen duygular veya duygular olarak da adlandırılır) şunları içerir:

- Kıskançlık.
- Hayranlık.
- Umut.
- Umutsuzluk.
- Ayıplama.
- Aşk.
- Gurur.
- Tövbe.
- Nefret.
- Yazık.
- Suçluluk.

Yüz ifadelerini anlama yeteneği sözsüz iletişimin önemli bir parçasıdır. Sadece bir kişinin ne söylediğini dinler ve o kişinin yüzünün size ne söylediğini görmezden gelirseniz, o zaman gerçekten sadece hikâyenin yarısı olur. Genellikle kelimeler duygularla eşleşmez ve yüz bir insanın gerçekte ne hissettiğine ihanet eder. Sosyal anksiyete bozukluğu (SAD) sıkıntısı çekiyorsanız, yüz ifadelerine dikkat etmek zor olabilir. Göz temasıyla ilgili sorun yaşayabilir veya başkalarının yüzlerindeki olumsuz

ifadeleri çok fazla okuyabilirsiniz. Yüz ifadelerine dikkat etmek önemli olsa da duyguları bilmenin size sebebi söylemediğini unutmayın. Birisi sıkılmış, üzülmüş veya ilgisiz görünüyorsa, bunun birçok nedeni olabilir ve sizinle bir ilgisi yoktur. Yüz ifadelerini anlamadaki değer, diğer kişinin nasıl hissettiği hakkında bilgi toplamak ve etkileşiminizi buna göre yönlendirmektir. Birisi ilgisiz görünüyorsa, sadece yorgun olabilir ve sohbeti bitirmek için zaman olabilir.

1.1.2. Yüz İfadelerinin Güvenirliliği

"Gerçek tamamen yüzümüzdedir". Bu söz 2009 Amerikan yapımı "Lie to Me" isimli dizinin ilk sezonundaki ilk bölümünde Tim Roth tarafından canladırılan Dr. Cal Lightman'ın FBI ajanlarına vermiş olduğu bir seminer sırasında söylenmiştir (Işık, 2019). Dr. Cal Lightman ve arkadaşları kişilerin yüz ifadelerine bakarak herhangi bir olay hakkında yalan söyleyip söylemediklerini tespit etmekte, geliştirmiş oldukları mikro ifadeler programı aracılığıyla yerel ve federal güvenlik görevlilerine gizemli suçların çözümü noktasında yardımcı olmuşlardır (Işık, 2019). Dizi 3 sezon boyunca devam etmiş, devam ettiği süre boyunca Amerika Birleşik Devletleri'nde en çok izlenen diziler arasında ön sıralarda yer almıştır. "Lie to Me" isimli bu dizi aslında gerçek bir yaşamdan esinlenilerek yapılmıştır. Dizide Dr. Cal Lightman gerçek hayatta Dr. Paul Ekman'ın ta kendisidir. Dizinin tüm sezonlarında da Dr. Paul Ekman'ın fotoğrafları zaman zaman sanki Dr. Cal Lightman'ın kendiymiş gibi kullanılmış ayrıca Ekman'ın (2009) geliştirdiği mikro ifadeler (micro expression) programı da sıklıkla kullanılmıştır (Işık, 2019).

Işık (2019)'ın aktardığına göre; Ekman yüz ifadeleri, el hareketlerini içeren vücut hareketlerinin ne anlamlar barındırdığını araştırmaya 1950'li yılların sonlarına doğru başlamıştır (Ekman, 1957). Bu ilk çalışmalarda sözel olmayan davranışların metodolojisini tartışmış, insanların birbirleriyle iletişimleri sırasında kullanmış oldukları 3 tür iletişim kanalından bahsetmiştir: Sözlü iletişim, ses ile ilgili olan iletişim (sesin yüksekliği, alçaklığı veya titremesinin karşı tarafa verdiği mesaj) ve sözsüz iletişim. Sözsüz davranışların sözel davranışlara göre savunulan fikirleri destekleme noktasında çok daha etkin olmuş olduğunu da doktora tezinde (Ekman, 1958) ortaya koymuştur (Işık, 2019).

Dr. Paul Ekman ve çalışma arkadaşı Dr. Wallace V. Friesen 1960-1970 yılları arasında yüz ifadeleri, sözel olmayan davranışlar konuları üzerine çalışmalarını yoğunlaştırmışlardır (1964; 1965; 1967; 1969a; 1969b). Işık (2019)'ın aktardığına göre tüm bu çalışmaların temelinde insanların sözel olmayan davranışları yani yüz ifadeleri, vücut hareketleri (el-kol), mimiklerinin aslında bize onlar hakkındaki tüm bilgileri verdiği yönündedir. Bireyler duygularını saklamaya çalışsa da bu duyguların yüz ifadelerine yansımasına engel olamamaktadırlar. Örneğin samimi bir gülüşün yüzde bıraktığı ifade ile sahte bir gülüşün yüzde bıraktığı ifadelerin aynı olmadığına dair bilimsel kanıtları ilk kez Ekman ve Friesen ortaya koymuşlardır. 1967 yılına gelindiğinde Dr. Ekman, hastaların duygusal durumları hakkında yalan söylediklerini klinik vakalarla ortaya koymaya çalışmıştır. Depresyonda olmadıklarını iddia eden ve daha sonra intihar eden hastaların varlığı onu, hastaların video kayıtlarını ağır çekimlerle defalarca izlemeye itmiştir. Daha sonra Dr. Ekman ve Dr. Friesen, hastanın saklamaya çalıştığı güçlü olumsuz duyguları ortaya çıkaran mikro yüz ifadelerini ortaya koymuşlardır. Dr. Ekman ve Dr. Friesen (1969c) yalan söylemediklerini bildikleri tüm hastaların yüzlerindeki tüm ortak noktaları belirlemişler; yine doğru söylediklerini klinik çalışmalarla ispatlanmış tüm hastaların yüzlerindeki ortak noktaları belirleyerek belirli standartlar oluşturmuşlardır. Ekman ve Friesen böylece duyguların yüze yansımalarını belirli bir standartta oturmayı başarmışlardır. Ekman ve Friesen (1969a) sözel olmayan davranışların kategorilerini, kökenlerini, kullanım şekillerini ve kodlarını belirledikleri bir rapor kaleme aldılar (Işık, 2019). Bu raporda Ekman ve Friesen kendilerinden önce bu konuyla ilgili yapılmış olan çalışmalara da atıflar yaparak (Andrew, 1963; Andrew, 1965; Tompkins, 1962; Tompkins, 1963; Plutehik, 1962) yüz ifadelerinin standartlarını tartışmaya devam etmişlerdir. Raporda bireylerin sözel olmayan davranışlarını kökenlerini, kodlarını ve kullanım şekillerini simgeler, çizimler, görüntüler çerçevesinde açıklanabileceğini tartışmışlardır. Ekman ve Friesen'ın yapmış oldukları çalışmalara en ciddi eleştiriler, makalelerinde ortaya çıkardıkları yüz ifadeleri standartlarının toplumdan topluma değişebileceği idi. Bir toplumdaki bir yüz ifadesine yüklenen anlamın; farklı bir toplumda daha değişik bir anlam ifade edebileceğine yönelik çok sayıda eleştirilere maruz kalmışlardır (Işık, 2019). Çalışmaların evrenselliği bilim çevreleri tarafından tartışılmaya başlanmıştı. Bu noktada Ekman ve Friesen yüz tanıma-tanımlama çalışmalarına yeni bir soluk

getirmek üzere Yeni Gine'ye gitme kararı aldılar ve çalışmaları için de ciddi bir hibe kazandılar. Yeni Gine'de Ekman dış dünya ile tamamen bağlarını kopartmış, tamamen izole olan kabilelerle birlikte aylarca yaşamıştır, onların güvenini kazanmış ve onlara onlardan biriymiş gibi hissettirene kadar onların yanında kalmıştır. Yaklaşık 2,5-3 yıllık bir süre ardından Ekman yerlilerin yüz ifadelerini fotoğraflamaya, farklı duygularda ne tür yüz ifadeleri sergilediklerini anlamaya başlamıştır. Ekman ve Friesen buradaki deneyimlerini 1971 yılında Journal of Personality and Social Psychology isimli dergide "Constants Across Culture In The Face and Emotion" adlı çalışmaları ile bilim dünyasına sunmuşlardır. Çalışmanın sonucunda Ekman ve Friesen (1971) belirli yüz kalıplarının ve duygular arasındaki ilişkinin evrenselliğine dair ciddi kanıtlar sunmuşlardır. Bilim Dünyası tarafından kabul gören bu çalışmadan sonra bilim insanların yüz ifadelerinin evrenselliği noktasında birleşme eğilimi göstermişlerdir (Işık, 2019).



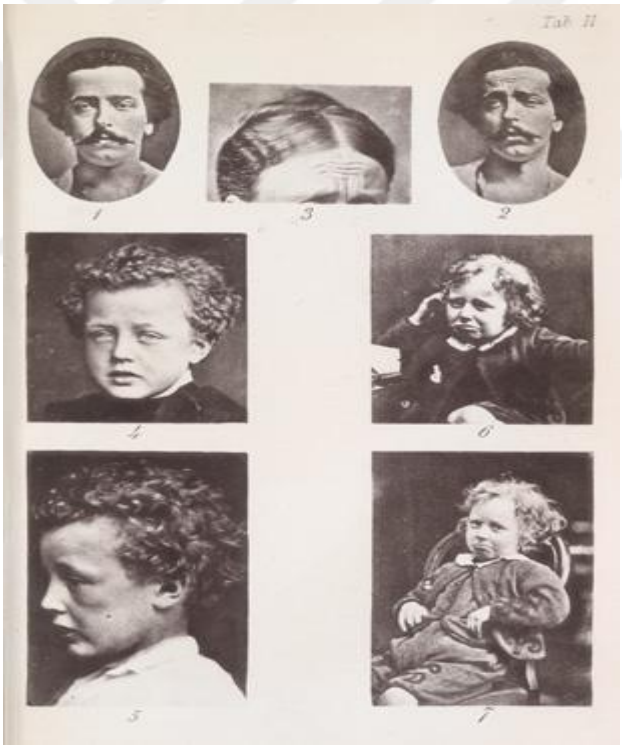
Şekil 9. Evrensel yüz ifadeleri
Kaynak: https://www.paulekman.com/resources/universal-facial-expressions/

Işık (2019)'ın aktardığına göre; aslında bu çalışmaların ortaya çıkmasında ve Ekman'ın bu alana yeni bir soluk getirmesinde Charles Darwin'in etkisi çok büyüktür. Darwin'in 1872 yılında çıkarttığı "The Expression of the Emotions in Man and Animals" kitabında şu an hala benzer şekilde tartışılmakta olan kişilerin yüz ifadeleri ile duyguları arasındaki ilişkilerinden bahsetmiştir. Hatta Darwin bu kitabında dönemin ileri fotoğraf teknolojisini de kullanarak birçok fotoğraf çektirmiş (çekmiş) ve bu fotoğraflar üzerinden kişilerin duygularını tahmin etmeye çalışmıştır.



Şekil 10. The Expression of the Emotions in Man and Animals, Anniversary Edition kitabından bir kesit
Kaynak: https://www.themarginalian.org/2011/11/11/darwins-camera/

Darwin (1872)'in kitabındaki yukarıdaki bu fotoğraf Ekman'ın daha sonra ortaya çıkartacağı micro expression programları ve Pictures of Facial Affect (POFA) fotoğraflarının esin kaynağını bize göstermektedir.



Şekil 11. The Expression of the Emotions in Man and Animals, Anniversary Edition kitabından bir kesit
Kaynak: https://www.themarginalian.org/2011/11/11/darwins-camera/

Darwin (1872) kitabında sadece insanların değil hayvanların da benzer şekilde duygularını yüz ifadelerine, hareketlerine yansıttıklarından bahsetmiştir. Darwin İnsan dahil tüm canlı türlerinin doğal seçilim yoluyla bir ya da birkaç ortak atadan evrildiğini

öne sürmüş ve o günün şartlarına göre bu teoriyi destekleyen pek çok kanıt sunmuştur (Işık, 2019). Bu kitaptaki hayvanların yüz ifadeleri de bu teoriyi desteklemek için ortaya konulan farklı bir ispattır. Bu noktada Darwin'in çoğu kişi tarafından yanlış bilinen, önyargılı olarak yaklaşılan "The Origin of Species" isimli kitabında Darwin'in insan kökenini maymunlara dayandırdığına dair iddialardır. Tam aksine Darwin bu konuda uyarıda bulunmaktadır. İnsan, maymunlarla aynı türden gelmektedir; ama maymunların evrimi sonucu ortaya çıkmamıştır. Ortak atadan bir ayrılma söz konusudur (Işık, 2019).

1.1.3. Yüz ve Duygu Tanıma Becerisinin Önemi

Darwin'in yaptığı bu ilk denemelerden sonra ve Ekman ve Friesen'ın çalışmalarından elli yıldan fazla bir süredir, psikologlar yüz ifadesi ve duygular arasındaki ilişkileri araştırmışlardır. Bir yüzü görerek ne gibi duygular değerlendirilir? Bu kararlar ne kadar güvenilir? Yüzlerdeki duygular kararları ne kadar etkilenmektedir? Çocuklar hangi yaşlarda duyguların yüz ifadelerine hükmedebilir? Farklı kültürlerden insanlar yüz ifadelerini farklı şekilde yorumlar mı? Bu soruların gözden geçirilmesi Ekman, Friesen ve Ellsworth (1972) o ana kadar ki yaptıkları ve yapılan çalışmaları derlemeye yöneltmiştir. O güne kadar ki araştırmalar, yüz ifadelerindeki duyguların algılanmasında kişilik farklılıklarını ve beyin hemisferinin lateralisinden yüzdeki duyguların değerlendirilmesi gibi konulara odaklanmıştı (Işık, 2019). Yüzümüz ile ilgili farklı bir çalışma alanları ise yüz ifadelerinden duyguların doğru şekilde yorumlanmasını öğrenmek ve öğretmektedir. Peki yüzdeki ifadelerin ne anlama geldiğini bilmek, yorumlamak neden önemlidir?

Işık (2019)'ın aktardığına göre; "*Bazen sevinciniz gülüşünüzün kaynağıdır, ancak bazen de gülüşünüz sevincinizin kaynağı olabilir*" Nhat Hanh'ın bu sözleri, özünde, "zihin" ve "beden" arasındaki karşılıklı ilişkiyi, somutlaştırılmış biliş teorilerine aittir. Bu teoriler, vücudun duygusal ve sosyal bilginin işlenmesinde ve ayrıca dışsal uyarıların yokluğunda merkezi bir rol oynadığını varsaymaktadır (Barsalou vd., 2003; Niedenthal vd., 2005). Bilgiyi işlemede vücut dilimizin öneminin anlaşılması, duyguların özerklik durumlarının kendiliğinden algılandığını ileri süren William James'e (1890) dayalıdır. William James (1890)'in bu çalışmasından itibaren bu alanda yüzlerce çalışma yapılmıştır (Işık, 2019). Bu çalışmaların ana fikri, bütün

bilişsel temsil ve işlemlerin fiziksel bağlamlarına dayandırılmasıdır. Çeşitli çalışmalarda, pesifik duygularla (ör: öfke, korku, hüzün, gurur, mutluluk) ilişkili vücut duruşlarının bireyler tarafından sergilendiği belirtilmiştir (Duelos vd., 1989; Flack, 2006; Stepper ve Sfrack, 1993). Buna ek olarak, yüz tanımlama üzerine kapsamlı bir araştırma yüz ifadelerimizin kendine özgü duygu durumuna ve etkilenme durumuna değiştirecek bir yapıya sahip olduğunu ifade etmiştir (Adelmann ve Zajonc, 1989; Izard, 1990; Laird, 1984; Mclntosh, 1996; Soussignan, 2002; Winton, 1986). Doğal olarak ortaya çıkan yüz ifadelerini bastırarak veya abartarak, ilgili duyguların deneyimleri modüle edilir. Dahası, yüz ifadelerinin duygusal uyaranlar olmadan da başlayabileceğine dair kanıtlar vardır (Flack, 2006; Schnall ve Laird, 2003; Mclntosh, 1996).

Başkalarının duygu dışavurumlarını doğru olarak algılayabilme yetisi sözel olmayan iletişimin önemli bir bileşenidir. Bu yeti çevreye uyum sağlamak ve ortamı düzenlemek için gerekli bir yetidir. Kişilerarası ilişkilerde doğru ve başarılı bağlar kurmak, duygu dışavurumu gibi sözel olmayan ipuçlarının doğru yorumlanmasıyla ilintilidir (Carton vd., 1999). Yüzde dışa vuran duygular kişilerin içsel duygusal yaşantıları ve eğilimleri ile ilgili bilgi sağlayarak sosyal iletişim için anahtar rol oynar ve çevreye uyumu sağlamaya olanak tanır (Johnston vd., 2003). Duygular çoğunlukla yüz ifadelerine yansıyan süreçlerdir (Geraldine vd., 2014).

İnsan yüzünü tanıma, algılama ve işleme kişilerarası ilişkilerin ve sosyal gruptaki işlevselliğin önemli bir parçasıdır. Yüzü algılama sürecinde yüzün yapısal özellikleri aracılığıyla ait olduğu kişinin kimliğini tanıma gerçekleşir (Işık, 2019). Yüzün öznitelikleri (göz, ağız, kaş) sayesinde duyguların dışavurumlarını sağlayan yüz ifadelerini tanıma gerçekleşir (Hernandez vd., 2009). Bu sayede yüz tanıma işlemi sırasında yalnızca yüz tanıma işlevi yerine getirilmez, ayrıca yüzdeki duygusal ifadeyi tanıma gerçekleştirilir. Yüzün özgül bölgelerine yönelik görsel dikkatin kalitesi duygu tanıma performansını artırmaktadır (Bal vd., 2010). Ekman (2004) "Emotions Revealed" isimli kitabında duyguları tanımanın niçin önemli olduğunu derinlemesine anlatmıştır (Işık, 2019). Duyguları tanımanın iletişim becerisini ve duygusal yaşamı etkileyen önemli bir beceri olduğundan söz etmiştir.

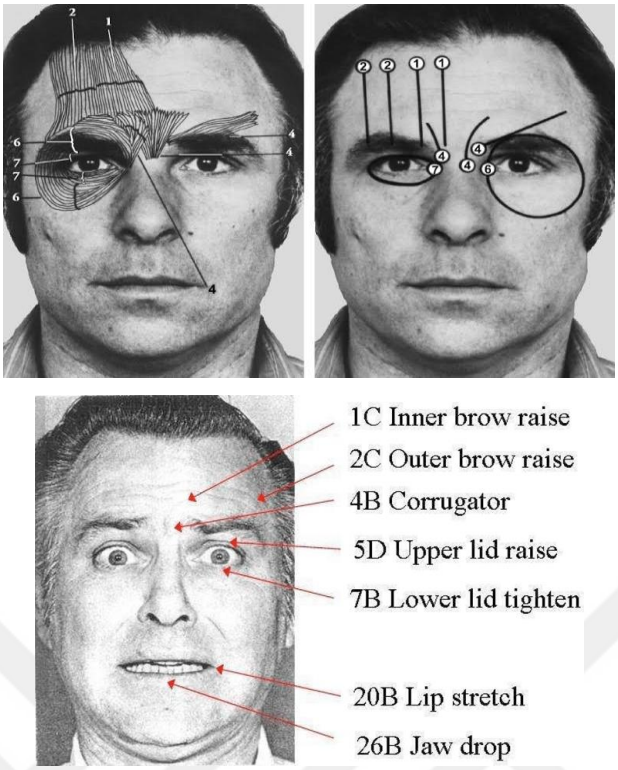
İşte bu sebeplerden dolayı; Ekman ve Friesen (1976), yüz ifadelerinden gelen duygusal tepkileri değerlendirmeye yönelik becerilerini arttırmak isteyenler için bir

metin yayınladılar. Amaçları; bireylerin yüz ifadelerini doğru bir şekilde tanımlayabilip tanıyamadıklarını anlamaları ve yüz ifadelerinin bireylerin duygu durumlarını anlamada nasıl bir etkisinin olduğunu göstermekti. Tüm bu araştırma ve eğitimlere en büyük engel ise, farklı duyguları ifade eden farklı insanlardan oluşan kapsamlı bir fotoğraf kümesinin bulunmamasıydı. Darwin'in kitabında kullandığı fotoğraflardan sonra Frois-Wittman (1930) bir dizi fotoğraf çekmişti. Ancak ne yazık ki fotoğraflar bir kişiye aitti ve eksiklikleri vardı (Işık, 2019). Daha yeni olan Lightfoot serisinin de (Schlosberg, 1954) tek bir kişiye ait olma gibi kusurları vardı. Her iki seride de başarısız birçok fotoğrafın olduğu birçok çalışma da araştırmacılarca eleştirildi. Pictures of Facial Affect (POFA)'in içerisindeki mevcut 110 fotoğraf tablosu daha önceki fotoğraf serilerinin sınırlılıklarını aşmak için ciddi bir girişim olarak ortaya çıkmıştır. Işıklandırma ve fotoğrafçılıkta mevcut en iyi teknolojinin yardımıyla altı duygudan birini ifade etmeye çalışan bir düzineden fazla kişi fotoğraflanmıştır. Yüzlerce fotoğraf, ifade edilen duygu hakkında izleyiciler arasında tutarlı bir fikir birliği sağlanması için birkaç yıllık bir dönem boyunca incelendi ve sonuç olarak POFA ortaya çıkmış oldu (Ekman ve Friesen, 1976).



Şekil 12. Pictures of Facial Affect'den bir kesit
Kaynak: https://www.paulekman.com/micro-expressions-training-tools/

Ekman ve Friesen (1978) "Facial Action Coding System" (FACS-Yüz Eylem Kodlama Sistemi) çalışmaları ile yüzdeki ifadeleri belirli bir standarta oturtmaya çalışmıştır.



Şekil 13. Facial Action Coding System'den bir kesit
Kaynak: https://www.paulekman.com/micro-expressions-training-tools/

Ekman ve Friesen (1978) milyonlarca fotoğraf üzerinden yapılan değerlendirmeler sonucunda duyguların yüze yansımaları sırasında yüzümüzdeki kasların durumu ile ilgili bilgiler vermişlerdir. Hangi duygu sırasında göz çevremizin, alnımızın, ağız çevremizin ve kaşlarımızın hangi yapıda olduklarını inceleyerek standartlar belirlemişlerdir (Işık, 2019). Ekman ve Friesen POFA'da ve FACS'de 7 duygu ve 7 yüz ifadesini ortaya koymaya çalışmışlardır. Bunlar korku, üzüntü, mutluluk, iğrenme, kızgınlık, küçümsemek ve şaşkınlıktı. Ekman ve Friesen belirlemiş oldukları bu standartlar sayesinde bireylerin gerçekten hissettikleri duyguları yüz ifadelerinden doğru bir şekilde anlamayı ve aktarmayı başarmışlardır (Işık, 2019).

1.1.4. Yüz ve Duygu Tanıma Becerisinin Kullanıldığı Alanlar

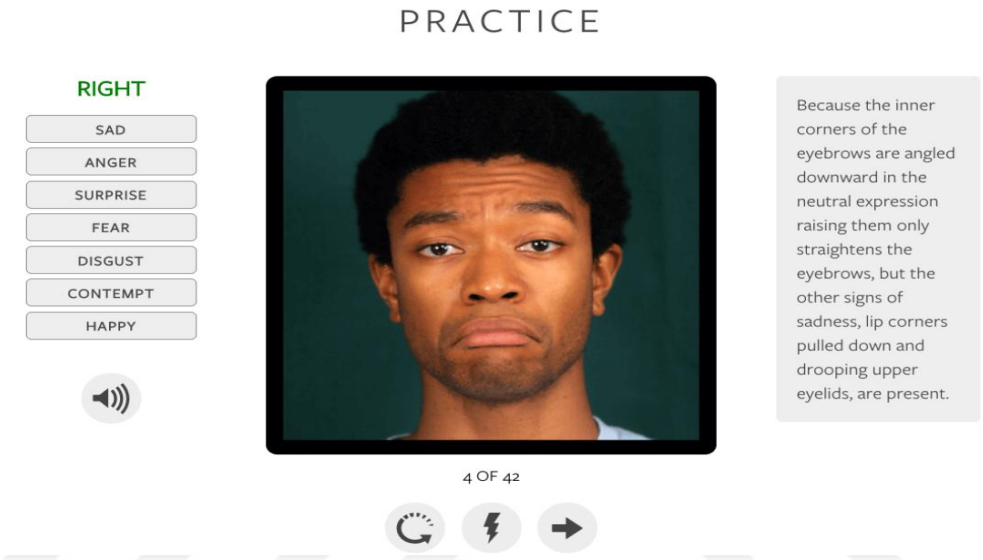
Ekman ve Friesen, sahte bir gülümseme ile gerçek bir gülümseme arasındaki farkları, ilk defa duyulan bir olay karşısında gerçek anlamda duyulan şaşkınlıkla, şaşkınlığını gizlemeye çalışan kişilerin yüzlerindeki farkları belirlemiş oldukları standartlar çerçevesinde defalarca ortaya koymuşlardır. Bireyler duygularını yüz

ifadelerine yansıtırken taklit yapamazlar, eğer yaparlarsa bu da yüz ifadelerinden anlaşılabilmektedir.

Paul Ekman ortaya çıkarttıkları bu standartlar çerçevesinde 1980'li yıllarda ilk baskısını yaptığı "Telling Lies: Clues to Deceit in the Marketplace, Politics, and Marriage" (Ekman, 2009) isimli bir kitap yayınlamıştır. Ekman bu kitabında pazarlamacıların, politikacıların ve eşimizin yalan söyleyip söylemediklerini anlamanın bazı ipuçlarının olduğunu ve bunu da yüz ifadelerinden anlayabileceğimizi ileri sürmüştür. İnsanlar yalan söylediklerinde aslında gerçeği yüz ifadeleriyle karşısındakilere anlatmaktadırlar. Bu kitaptan sonra Facial Expression çalışmaları farklı bir yön kazanmıştır. FBI (Federal Soruşturma Bürosu), CIA (Merkezi İstihbarat Teşkilatı) ve TSA (Ulaştırma Güvenlik Birimi) çalışanları Ekman'dan kişilerin yalan söyleyip söylemediklerini yüz ifadelerinden anlayabilmek için seminerler almaya başlamıştır (Işık, 2019).

Ekman'ın çalışmalarına kadar FBI ve CIA şüphelilerin yalan söyleyip söylemediklerini yalan makineleri ile tespit etmeye çalışmaktaydılar. Yalan makineleri bireyin galvanik deri tepkimeleri, kan basıncı ve kalp atım hızı değerlerine bakarak kişinin yalan söyleyip söylemediğini tahmin etmeye çalışan makinelerdir (Işık, 2019). Yalan makinesine bağlanan bireyin sorulan soru karşısında yalan söylediği zaman kan basıncının artması ve vücut ısısının yükselmesi beklenmektedir. Eğer bu durumlar söz konusu olursa FBI ve CIA ajanlarını kişinin yalan söylediğini düşünmektedir. Ancak yalan makinelerine verilen tepkiler sorgunun yapıldığı ortam, sorguyu yapan kişi ve şüphelinin genel sağlık durumunu hiçbir zaman göz önüne almayarak o ana kadar çok fazla yanılgıya düşülmesine neden olmuştur. Örneğin sorguyu yapan polis memurunun kadın veya erkek; yakışıklı veya güzel olması bile şüphelinin yalan makinesine vermiş olduğu tepkileri etkilemektedir. Yalan makinesinin doğru şekilde tepki vermemesi de birçok masum kişinin ceza almasına yada suçluların ceza almamasına neden olmuştur. Ekman ve Friesen "Facial Action Coding System" (Yüz Eylem Kodlama Sistemi) ile yüz ifadelerinde standart oluşturması ve Ekman'ın "Telling Lies" isimli kitabında da yüz ifadelerinden yola çıkarak karşımızdaki kişinin yalan söyleyip söylemediğini anlayabileceğimizi açıklaması sayesinde, FBI ve CIA Ekman çalışamalarına ilgi duymaya başladı. Ekman geliştirdiği "Micro Expression Training Tools" (Mikro İfade Eğitim Aracı) FBI ve CIA ajanları tarafından öğrenilmeye başlandı. "Micro

Expression Training Tools" bilgisayar temelli bir programdır. Bilgisayar ekranında görünen nötr yüz ifadesine sahip bir kişi 2-3 saniye farklı bir yüz ifadesine sahip olmakta ve tekrar nötr ifadeye dönmektedir. Pratik yapan kişiye ekranda gördüğü kişinin yüzünün 2-3 saniye hangi duyguya döndüğü sorulmaktadır. Yüz ifadesi hızlı bir şekilde kaybolduğu için anlık karar vermek gerekmektedir. Bu programla eğitilen ajanlar sorgulamış oldukları kişilerin yüz ifadelerini daha rahat bir şekilde algılamakta ve doğru söyleyip söylemediklerini aldıkları eğitimler sayesinde anlamaktadır.



Şekil 14. Micro Expression Training Tools'dan bir kesit
Kaynak: https://www.paulekman.com/micro-expressions-training-tools/

Yüz ifadelerinin tanıma ve yüz ifadelerinden yola çıkarak karşımızdaki kişinin doğru söyleyip söylemediğini anlama sadece güvenlik alanında kullanılmamaktadır. Yüz tanımlama becerisi ve yüzümüzdeki duyguları anlama birçok alanda bilim adamları tarafından kullanılmakta ve kullanılmaya devam edilmektedir. Yüz işleme, subkortikal ve kortikal alanların katıldığı nöral ağlar aracılığıyla gerçekleşmektedir. Superior kollikulus, pulvinar ve amigdalanın oluşturduğu subkortikal sistem, yüzleri saptama ve görsel dikkatin yüzlere yönlendirilmesini sağlar. İnferior oksipital girus, fusiform girus ve posterior pariyetal sulkus ile girusu içeren kortikal sistem ise yüzlerin ayrıntılı görsel-algısal analizine katılır (Işık, 2019). Daha sonra bu iki sistem karşılıklı etkileşime girerek geniş kortikal-subkortikal sistemi oluşturur. Diğer bir deyişle yüze ait görsel bilgiler öncelikle iki nöral yolak boyunca taşınıp işlendikten sonra bilgiler bütünleştirilir. Yani yüz ifadelerini tanımlayabilmek için öncelikle nörolojik olarak sağlıklı bir birey olmamız gerekmektedir. İşte bu sebepten dolayı; yüz tanımlama

antrenman programları özellikle şizofreni, Parkinson hastalarında hastalığın derecesini belirleme noktasında önemli bir araç olarak kullanılmaktadır. Öğrenme bozukluğu olan çocuklarda ve otizmli bireylerde de özellikle kullanılan ve bir teşhis aracı gibi işlev gören bir yapıdadır (Çetin vd., 2013; Mancuso vd., 2015; Ulusoy vd., 2015; Wagenbreth vd., 2016).

Literatürde duygu-yüz ifadeleri tanıma çalışmalarına en fazla karşılaşılan alanları başında klinik psikolojisi çalışmaları gelmektedir. Sosyal kaygı düzeyinin yüz tanıma üzerine etkilerini araştıran veya kendini güvende hissetmeme sorunu ile karşı karşıya olan bireylerde yüz tanıma çalışmalarının sıklıkla tekrarlanmıştır (Bell vd., 2011; Button vd., 2013; Gutierrez-García ve Calvo, 2014; Jusyte ve Schonenberg, 2014).

Sabit görüntülerin ve görüntü dizilerinin kullanılmasıyla birlikte yüz tanımlama, sadece psikoloji alanında yapılan bir araştırma konusu olmaktan çıkmıştır. Bununla birlikte görüntülerde yüz bulma (face detection), yüz takip etme (face tracking) ve yüz tanıma (face recognition) alanındaki ilerlemeler, yüz ifade analizi üzerine yapılan çalışmaların artmasına sebep olmuştur. Yani mühendislik alanında yüz tanıma sistemi çok ciddi bir şekilde kullanılmaya başlanmıştır (Parlak ve Diri, 2014; Güneş ve Polat, 2009). Yüz tanıma teknolojisi artık cebimizdeki telefonlarda bile kullanılmaktadır. Birçok bilişim devi yüz tanıma sistemini elektronik aletlerinde kullanmakta ve bu teknolojiyi müşterilerinin hizmetine sunmaktadırlar. Son yıllarda birçok alanda olduğu gibi, spor ortamında da yüz ifadelerini ve yüz tanımlama becerilerini araştıran çalışmalara rastlamak mümkündür (Petri vd., 2019; Naidenova vd., 2019; Schmitt vd., 2019).

1.1.5. Fiziksel Aktivite ve Yüz-Duygu Tanıma Becerisi

Fiziksel aktivite esnasında, yüz tanıma becerisinin etkilerinin araştırıldığı ilk çalışmalar çok yakın bir geçmişte yayınlanmaya başlamıştır (Boloorizadeh ve Tojari, 2013; Matsumuto ve Willingham, 2009; Philippen vd., 2012). Fiziksel aktivite ve istirahat koşulları birbirlerinden önemli farklılıklar göstermektedir. Çünkü fiziksel aktivitenin türüne göre ortaya çıkan enerji talebi nedeniyle vücutta önemli değişimler meydana gelir. Fiziksel aktiviteden kaynaklanan acı veya yorgunluk gibi bedensel duyumlar yüz ifadelerinde değişime yol açabilir.

Işık (2019)'ın aktardığına göre; uygulamalı ve klinik psikolojide oldukça eski bir inceleme alanı olan yüz tanımlama çalışmaları egzersiz ve spor psikolojisinde oldukça yeni sayılabilecek bir alan olarak karşımıza çıkmakta ve bilim insanlarının dikkatini çekmeye başlamıştır (Boloorizadeh ve Tojari, 2013; Işık, 2017a; Işık, 2017b; Işık vd., 2018; Léveillé vd., 2017; Matsumuto ve Willingham, 2009; Philippen vd., 2012; Shih ve Lin, 2016). Fiziksel aktivite sırasında yüz tanıma becerisi niçin önemlidir? Bir antrenörün sporcunun oyun içerisindeki yüz ifadelerini anlaması ne ifade eder? Bir sporcunun rakibinin veya antrenörünün yüz ifadelerini algılıyor olması ona ne tür faydalar sağlar? Paralimpik sporcular yüz ifadelerini daha rahat anlayabilirler mi? Yüz tanımlama becerisi performansı etkiler mi? Yüz tanımlama becerisi geliştirilerek performansta artışlar meydana gelebilir mi? İşte tüm bu sorulara verilecek olan yanıtlar, egzersiz ve spor psikolojisini farklı bir noktaya taşıyabilir.

Matsumuto ve Willingham (2009) 2004 Atina paralimpik olimpiyatlarına katılan görme engelli judo sporcuları ile yine 2004 Atina olimpik oyunlarına katılan judo sporcularının madalya kazandıkları sırada ve başarı kürsüsündeki fotoğraflarını çekerek Ekman'ın FACS kodlamasıyla analiz yapmışlardır. Kürsünün en üstünde ve diğer iki basamağında olan sporcuların çok sayıda fotoğrafını çekmişlerdir. Sonuç olarak, doğuştan görme engelli olan bireyler ile görme yetisini sonradan kaybeden bireylerin yüz ifadeleri arasında bir fark bulunamamıştır. Dahası, görme engeli olmayan bireyler ile aynı yüz ifadeleri vererek sevindikleri gözlemlenmiştir.

Philippen vd. (2012)'i bireylerin yüz ifadelerinin egzersiz sırasında duygu durumu ve algılanan efor ile ilişkisini incelemiştir. Philippen vd. (2012) öncelikle katılımcıların samimi bir gülüş sırasında istirahat halindeki kalp atım hızlarını belirlemişlerdir. Daha sonra aynı işlemi katılımcılar kaşları çatık iken tekrar etmişlerdir. İstirahat koşullarında gerçekleştirilen bu işlemler bir de katılımcılar bisiklet ergometresinde maksimum kalp atım hızlarının %50-60 seviyesine ulaştıkları anda tekrarlanmıştır. Rejeski vd. (1987) tarafından geliştirilen "Tek Maddelik Duygu Durum" ölçeği ile katılımcıların egzersiz sırasında nasıl hissettiklerini sormuşlar ve katılımcıların değerlendirmelerini istemişlerdir (-5: çok kötüyüm; +5: çok iyiyim). Ayrıca algılanan efor, Borg'un algılanan egzersiz yoğunluğu (RPE) ölçeği ile ölçülmüştür. RPE, 6 (hiç çaba yok) ile 20 (maksimum efor) arasında değişen sözel ve sayısal çapa sahip 15 puanlık bir derecelendirme ölçeğidir. Sonuç olarak gülümseyen

bireylerin duygu durum değerleri hem dinlenik iken hem de aktivite sırasında çatık kaşlı olan bireylere göre anlamlı şekilde daha yüksek ortaya çıkmıştır. Algılanan egzersiz yoğunluğunda ise hem istirahat hem de aktivite sırasında çatık kaşlı olan katılımcılar gülümseyen bireylere oranla anlamlı şekilde daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir. Buradan hareketle bireylerin egzersiz sırasında sahip oldukları yüz ifadeleri hem duygu durumlarını hem de algıladıkları egzersiz yoğunluklarını etkilemektedir. Katılımcılar gülümserlerken egzersizi daha az yoğun algılamaktadırlar.

Boloorizadeh ve Tojari (2013)'nin yine FACS'i kullanarak yapmış oldukları çalışmada antrenörlerin yüz tanıma becerileri karşılaştırılmıştır. Cinsiyet, yüze maruz kalma süresi ve yaş değişkenleri ile açısından yapılan karşılaştırmalarda; cinsiyet ve yaş açısından belirgin farklar ortaya çıkmamıştır. Ancak nötr olmayan yüzü daha fazla gören antrenörler daha az gören antrenörlere göre yüzleri daha iyi bir şekilde tanımlamaktadırlar.

Shih ve Lin (2016) hareket devamlılığının tahmin edilmesi ile yüz tanıma becerisi arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Taekwondo ve halter sporcularının gerçekleştirecekleri hareketlerin başlangıç kısımlarının fotoğraflarını katılımcılara göstermişler ve hareketin devamında sporcunun ne tür bir hareket sergileyeceğini katılımcıların tahmin etmelerini istemişlerdir. Hareketin devamını doğru tahmin eden taekwondo sporcuların yüz tanımlama becerilerinin de yüksek olduklarını ortaya koymuşlardır.

Işık (2017)'ın yaptığı çalışmada ise işitme engelli milli sporcuların yüz tanımlama becerilerinin normal işiten milli sporculara oranla daha gelişmiş olduğunu belirtmiştir. İşitme engelli sporcular normal işiten bireylere oranla hem daha doğru hem de daha hızlı bir şekilde duyguları tanımışlardır. Işık (2017) kişilik ve duygusal zekanın duyguları tanıma becerisini etkileyen önemli değişkenler olduğunu da belirtmiştir. Işık vd. (2018)'nin yaptıkları farklı bir çalışmada ise spor dallarının da duygu tanımlama becerisi üzerinde bazı etkileri olduğu anlaşılmaktadır.

1.2. Kişilik

Yapılan araştırmada, araştırma konusu ile ilgili olan kişilik tanımı ve kişiliğin kuramlarına ilişkin kısaca şu temel konulara değinilmiştir:

1.2.1. Kişilik ve Kişiliğin Tanımı

Kişilik kelimesinin kökeni Latince "persona" kelimesine dayanmaktadır. Persona, Klasik Roma tiyatrosunda oyuncuların taktığı bir çeşit maskeye verilen isimdir. Oyuncular, sahnenin seyircilerden uzak olması ve mimiklerinin görünmemesi sebebiyle canlandırdıkları karakterlere uygun maske takarlardı. Bu nedenle kişilik kelimesine karşılık "persona" kavramı kullanılarak kişiler arasındaki farklılıklar vurgulanmak istenmiştir (Luthans, 1995).

Cüceloğlu (2003)'un belirttiği üzere kişilik dendiği zaman herkesin aklına aynı şey gelir, fakat iş kişiliğin tanımını, biçimsel bir şekilde yapmaya geldiği zaman herkes zorlanır (Cüceloğlu, 2003). Çünkü kişilik kavramı içinde birçok anlam barındırır. Bu yüzden kişilikle ilgili birçok tanım yapılmıştır.

Kişilikle ilgili yapılmış en eski tanımlardan birini Allport (1937) yapmıştır. Ona göre, kişilik "bir bireyin çevresine uyum sağlamaya çalışırken, kendine özel çeşitli düzenlemelerini belirleyen psiko-fiziksel sistemlerin sahipliğidir. Kişinin sahip olduğu dinamik bir örgütlenme ve organizasyon" dur. Oktay (2000)'ya göre ise kişilik, insanın belli bir zaman diliminde geçici olmayan, devamlı davranış özellikleridir. Bir başka tanıma göre ise kişilik, bireyi öbür insanlardan farklı kılan kendine özgü kendi içinde tutarlı ve yapılaşmış özelliklerin tümüdür (İnanç ve Yerlikaya, 2009). Robbins ve Judge (2015)'e göre ise kişilik karşılaştığı insanlara kendini anlatmak, onların söz ve davranışlarına karşılık vermek ve onlarla etkileşimde bulunmak için kullanılan yolların tamamıdır.

Bütün bu tanımlara baktığımızda hepsinin ortak noktasının kişiliğin bireye özgü olması ve davranışlarının da kendi içinde tutarlı olmasıdır. Bu yüzden kişiliği, bireyin çevresine uyum sağlarken sürekli olarak sergilediği kendine özgü davranış biçimi olarak adlandırmak mümkündür.

1.2.2. Kişiliği Gelişimine Etki Eden Faktörler

Günümüze kadar kişiliği nelerin etkilediğine dair birçok araştırma yapılmıştır. Kimi araştırmacılar kalıtımın daha etkili olduğunu vurgularken kimi araştırmacılar da çevrenin kişilik oluşumunda daha etkili olduğunu belirtmiştir. Süregelen bu tartışmalar göstermiştir ki kişiliği etkileyen birden fazla faktör vardır. Bu faktörleri kalıtım, kültür, aile, sosyal sınıf, coğrafi konum vb. gibi başlıklar altında incelemek mümkündür.

1.2.2.1. Kalıtım ve Bedensel Faktörler

Kalıtım, genetik kodların kuşaktan kuşağa aktarılmasıdır. Bu aktarım; kişinin cinsiyetini, boyunu, göz rengini, saç rengi gibi fiziksel özellikleri etkilediği gibi zeka ve kişilik gibi faktörleri de etkiler.

Kişilik teorilerinin temelinde kalıtımın önemli bir yer aldığı söylenebilir. Freud, Skinner, Dollard, ve Miller kalıtımı fizyolojik ihtiyaçlar içinde açıklanırken; Jung, Horney, Rogers ve Maslow' da kendini gerçekleştirme eğilimi; Adler ise sosyal ilgi içinde ele almıştır (Hergenhahn ve Mathevw, 2003).

Robbins (2001) yaptığı araştırmada yaklaşık 40 yıldır birbirlerinden ayrı bölgelerde yaşayan ikizlerin kullandıkları arabada, sigara markalarının yanı sıra köpeklerinin isimlerinin bile aynı olduğu sonucuna varmıştır. Shields ise yaptığı bir araştırmada ayrı yerlerde büyüten tek yumurta ikizleriyle beraber büyüyen kardeş ve çift ikizlerini zeka ve kişilik özellikleri açısından karşılaştırmış ve bu karşılaştırma sonucunda ayrı yaşayan tek yumurta ikizlerinin daha fazla benzerlik gösterdiği sonucuna varmıştır (Köknel, 2005). Bu iki araştırma da kişiliğin oluşumunda kalıtımın büyük bir etkisi olduğunu gözler önüne sermektedir.

Bunların yanında kalıtımın bir sonucu olarak oluşan fiziksel yapının da kişiliği etkilediği görülmektedir. Özkalp (2004)'ının vermiş olduğu örnekte olduğu gibi yakışıklı, güçlü ve sağlıklı bir genç ile çelimsiz ve sağlıksız bir gencin arkadaş çevresindeki kabulünün farklı olması ve bunun sonucu olarak birinci örnekte verilen gencin ikincisine kıyasla daha sosyal, girişken, başarılı ve kendine güvenen biri olması beklenir. Atkinson vd. (1995) vücut yapılarının kişilik üzerindeki etkisi ile ilgili yapmış olduğu araştırmada kısa boylu ve tombul girişken, rahat ve yumuşak huylu olduğu; bunun aksine iri yapılı güçlü kişinin ise saldırgan ve fiziksel anlamda aktif olduğu; son olarak uzun ve zayıf olan kişin ise sakin, kontrollü ve yalnız kalmaktan hoşlanan biri olduğu gözlemlenmiştir. Tüm bunlarla beraber fiziksel görünüşün kişilik üzerinde etkili olduğu görülmektedir fakat bu etki kişiden kişiye değişebilmektedir.

Yukarıda bahsedildiği gibi kalıtımın ve fiziksel özelliklerin kişiliği etkilediği görülmektedir. Fakat kalımın kişiliği ne ölçüde hangi özellikler açısından etkilediği tam olarak bilinmemekle birlikte doğuştan gelen kişilik özelliklerinin büyük bir kısmının kalıtımın sonucu olduğu kabul edilmektedir. Sonradan kazanılan özellikler ise sosyo-kültürel özellikler ve kalıtımın ortak sonucudur. Fakat bireylerin yaşadıkları

sosyal ortam sonucunda edindikleri örf ve adetler, inançlar, ahlak ve düşünce gibi tutum ve davranış kalıpları üzerinde kalıtımın etkisi oldukça azdır (Eroğlu, 2015).

1.2.2.2. Sosyo-Kültürel Faktörler

Bir insan yaşadığı toplumun değerleriyle yoğrularak büyür. İnsanın büyürken kendi kültüründen öğrendiği değerler kişiliğinin temelini oluşturur. İnsan bu değerleri kişiliğine öyle bir yerleştirir ki başından sorgulayıcı bir olay geçmedikçe bu değerlerden şüphelenmez (Başaran, 2000). Her toplumun benimsemiş olduğu bir kültür, düşünce biçimi, tutumları, inançları ve idealleri olduğundan bu toplumun içinde yetişen bireye benimsediği bütün bu değerler öğretilir ve kişi bu şekilde sınırlandırılır. Çünkü toplumun bireyden beklentisi budur ve toplum tarafından kabul edilmesi için bireyin bu kültürü benimsemesi gerekir (İstengel, 2006)

Bireylerin kişiliklerini belirleyen faktörlerden birisi de benimsediği değer yargıları ve inanç sistemleridir. Kültür, değer yargıları ve inanç sistemlerinin oluşmasını sağlayan en önemli faktörlerden olduğuna göre kültürün kişiliğin oluşumu üzerinde önemli bir etkisi olduğunu söylemek doğru olacaktır (Hellrıiegel vd., 1992)

1.2.2.3. Aile Faktörü

Aile, bir insanın karşılaştığı ilk sosyal grup olmakla birlikte aynı zamanda sosyal değerleri öğrenmeye başladığı yer de yine aile ortamıdır. Çocuğun ilk öğretmeni anne ve babasıdır. Anne babanın pekiştirici veya davranışı söndürücü tepkileri bireyin alışkanlık ve değerlerinin belirlenmesinde etkili olmaktadır. Örneğin bir çocuk çığlık atarak ebeveynine istediğini yaptırırken; bir başka çocuk ise hasta numarası yaparak istediğini elde edebilir (Morgan, 2000). Çocuğun istekleri karşısında ebeveynlerin takındığı tavırlar çocukların tutum ve davranışlarını etkilemektedir. Aynı zamanda ailelerin çocuk yetiştirmede takındıkları tutumlar da (otoriter, demokratik, aşırı korucu, aşırı hoşgörülü, tutarsız vb.) çocuğun kişiliğinin oluşmasında önemli bir etkiye sahiptir. Anne baba saygı ve sevgi çerçevesinde davranışlar sergilerse çocuklar da saygı ve sevgi ile hareket eder. Buna karşın anne baba çocuğun her istediğini yaparsa bu tutum çocuğun kişilik gelişini olumsuz yönde etkiler. Çünkü bu çocuklar zorluklarla mücadele etmeyi tam olarak öğrenemezler (Zel, 2001). Bunların yanı sıra özellikle ilk çocukluk döneminde çocuklar anne babalarını model alarak birçok davranış öğrenirler (Morgan, 2000).

Çocuğun aile bireylerini model alması veya ailesinin sergilediği tutumlara verdiği tepkiler sonucunda kişiliği oluşmaktadır. Bu da ailenin kişilik gelişiminde önemli bir faktör olduğunu bizlere göstermektedir.

1.2.2.4. Sosyal Sınıf Faktörü

İnsan belli bir kültürel çevrenin dışında bazı alt grupların da üyesidir. Bu alt gruplar aile, cinsiyet, yaş, sosyal sınıf, meslek ve din grupları olabilir. Bu gruplar kendi değer ve davranış biçimlerini bireye benimsetme yoluyla aktarırlar (Güler, Başpınar ve Gürbüz, 2001). Kişiler okul, mahalle, çalışma arkadaşları hatta eş ve mesleklerini dahil oldukları sosyal sınıfa uygun olarak seçeceklerdir. Bu sebeple dar gelirli bir ailenin imkansızlıkları içerisinde büyüyen bir çocuğa kıyasla varlıklı bir ailede yetişen bir çocuğun özel eğitim imkanlarına sahip olması sayesinde yeteneklerini keşfetme ve daha fazla geliştirme fırsatı yakalayacağı aşikardır (Eroğlu, 2015) .

Yukarıda belirttiğimiz diğer faktörlere ek olarak sosyal yapı ve sosyal sınıf faktörleri de bireylerin tutumları, olaylara bakış açıları ve durumlar karşısında verdiği tepkileri etkileyecektir (Cervone ve Pevin, 2016).

1.2.2.5. Coğrafi ve Fiziki Faktörler

İnsanların yaşadığı coğrafyanın da kişilik üzerinde etkisi olduğu düşünülmektedir. Coğrafi faktörler içerisine o coğrafyanın iklimi, tabiat olayları ve yaşam şartlarını da dâhil etmek gerekir. İnsanın kişiliğine coğrafyanın nasıl etki ettiğine dair birçok fikir vardır. Örneğin; soğuk veya sıcak iklimlerde yaşayan insanların kişiliklerine bakıldığında soğuk iklimlerde yaşayan insanların daha sert mizaçlı olduğu, aksine sıcak iklimde yaşayanların da daha yumuşak bir mizaca sahip olduğu görülmektedir (Can, 2007)

Ayrıca sadece iklimin soğuk veya sıcak olması değil mevsim geçişlerinin olup olmaması da kişiliği etkiler. Ilıman iklimlerde genelde dört mevsim yaşanır ve insanların mevsimlere göre ihtiyaç, görev ve faaliyetleri değişir. Bu değişimler kişileri davranışlarını da değiştirmeye yönlendirir. Ama yılın çoğunda soğuk veya sıcak olan yerlerde yaşayan insanlar mevsim değişimi olmadığı için davranış değişikliklerine de gerek duymazlar. Bu nedenle mevsim değişiklikleri olan yerlerde yaşayan insanların kültürlerinin daha yüksek olduğu görülür (Eroğlu, 2015). Bütün bunlar insanın yaşadığı coğrafya ve fiziki faktörlerin kişiliğini etkilediğini göstermektedir.

1.2.2.6. Diğer Faktörler

Kişiliği etkileyen faktörlerin çoğundan bahsettik ama kişilik, yaşam boyu süren bir değişim ve gelişim geçirdiği için daha birçok faktörden daha etkilenmektedir. Örneğin kitle yayın araçları, teknolojik gelişmeler, kişilerin yaşadıkları travmalar vb. kişiliği olumlu veya olumsuz etkileyecektir.

Kitle yayın araçlarını düşünecek olursak kitap okuyan bir bireyle okumayan bir bireyin kişilik gelişimi aynı olmayacaktır. Aynı şekilde teknolojik gelişmeleri takip eden, teknolojiyi aktif kullanan bireyler de kişiliklerini bu doğrultuda geliştirecektir (Değirmenci, 2008).

1.2.3. Kişilik Kuramları

İnsanı inceleyen Psikoloji Biliminin genç bir disiplin olması ve insanın da karmaşık ve öznel bir incelmeye uygun olması nedeniyle aynı olguyu açıklamak için farklı yaklaşımların ortaya çıkması doğaldır. Çünkü insan duygusal bir varlık olduğu için onu nesnel olarak incelemek zordur. Ayrıca her kuram, kendini meydana getiren kuramcısının geçmiş yaşamından, dünya görüşünden etkilenir. Kuramcılar yaptıkları gözlemlere kendi öznel bakış açılarını kattıkları için bugüne kadar birbirinden farklı birçok kuram ortaya çıkmıştır (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

1.2.3.1. Psikodinamik Kuramlar

Sigmund Freud 40 yıllık meslek hayatı boyunca yayımladığı birçok eserle hiç şüphesiz psikoloji biliminin en tanınmış simaları arasına ismini yazdırmıştır. Freud'dan sonra gelen kişilik kuramcıları kendi kuramlarının Freud'un kuramından ne derece farklı olduğunu veya onda gördükleri eksiklikleri ifade etmişlerdir. Bu psikologların birçoğu kendi kuramlarını Freud'un oluşturduğu kuramın üzerine kurgulamışlardır (Burger, 2006).

Psikanaltik kuramın topografik modelinde Freud bireyin ruhsal yapısını bilinç, bilinç öncesi ve bilinçaltı olarak üç düzeye ayırmış ve kişilik kavramını açıklamada kullanmıştır. Bilinçdışını, farkında olmadığımız ancak söz, duygu ve davranışlarımızı yönlendiren tüm istek, dürtü ve güdü olarak; bilinç öncesini, o an farkında olunmayan fakat kendiliğinden veya çaba göstererek bilince getirilmesi mümkün olan bilgilerin

bulunduğu düzey olarak; bilinci ise bireyin o an farkında olduğu her türden duyum ve yaşantıların bulunduğu katman olarak ifade etmiştir (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

Yapısal modele baktığımızda ise yine 3 ana gruptan oluştuğunu görmekteyiz. Bunlar id (ilkel benlik, altben), içgüdülerin kaynağı, kişiliğin temel bileşenidir. Doğuştan gelmekle birlikte ruhsal enerjinin doğduğu yerdir ve bir an önce doyurulmayı beklemektedir. Mantık dışı ve ahlak dışı kavramlardan yoksundur (Bacanlı, 2002). Ego (Ben, benlik) kişiliğin düzenleyen, denge ve uyum sağlayan parçasıdır. İdin istek ve arzularını süperegonun koyduğu sınırlamalar çerçevesinde doyurmaya çalışan kişilik düzeyidir. Gerçeklik ilkesine göre çalışır (Korkman, 2003). Ego çoğu zaman id ile çelişki halinde olsa da asıl görevinin idin arzu ve dürtülerinin kısa sürede yerine getirilmesi gerektiğini bilir ve bu yönde çaba gösterir (Cüceloğlu, 2003). Süperego (Üst Benlik) ise çocuğa anne babası, çevresi ve toplum tarafından aktarılan geleneksel değerlerin içsel temsilcisidir. Kişiliğin vicdani ve ahlaki yönünü temsil eder. Süperego karar aşamasında bir şeyin doğru ya da yanlışlığının toplum normlarına göre belirlenmesini sağlar ve bu normlara göre davranmaya iter (Gençtan, 2000).

Freud, insanın kaygı durumunda başvurduğu başa çıkma mekanizmaları olarak savunma mekanizmalarından bahsetmektedir. Bireyler bu savunma mekanizmalarını kendilerini korumak ve kaygıyı azaltmak için kullanırlar. Bunlar; bastırma, yansıtma, yer değiştirme, akla uygunlaştırma, karşıt tepki geliştirme, gerileme, yüceltme, yadsıma, düş kurma, özdeşleşme, yapma-bozmadır (İnanç ve Yerlikaya, 2009). Freud bireyin dünyasını bir gerilim sıralaması olarak görür. Bunu bencillik ve toplumsallık arasındaki gerilim olarak açıklamaktadır. Kişi rahatlamak adına bu gizli gerilimler ile uğraşır. Bu gerilimin temel nedeni olarak ise cinsel enerjiyi gösterir ve bunu da libido olarak adlandırır (Erden ve Akman, 2006).

Freud'un psikolojiye kattığı en tartışmalı konulardan biri de kişilik gelişim kuramıdır. Psikososyal gelişim kuramı olarak adlandırdığı bu kuramda, bir bebeğin kişiliğinin doğumundan itibaren çeşitli aşamalardan geçerek oluştuğunu belirtir. Bu aşamalardan her biri bebeğin bir organıyla anılmaktadır (Furseth ve Repstad, 2013). Freud kuramında bu aşamaları ise oral, anal, fallik, latent ve genital olarak psikososyal gelişim süreçleri olarak ayırmıştır. Oral dönem, doğumdan 1 yaşına kadar olan süreyi kapsamaktadır. Bebebeğin libidosu ağzı bölgesinde emmeye odaklanmıştır. Yeterince

beslenemeyen ya da annesi tarafından gerek duyulmadığı halde uzun süre emzirilen çocuklar bağımlı veya güvensiz kişlik geliştirebilmektedirler. Anal dönem, 1-3 yaş arasını kapsar. Libido anüs ve çevresine odaklanmıştır. Bebeğin tuvalet eğitimi için katı ve dayatmacı uygulamalar bağımsızlık yetisini olumsuz etkilemektedir. Fallik dönemi ise 3-6 yaş arasındadır. Libido odağı genital organlardır. Kız çocuğu annenin yerine geçerek babaya; erkek çocuğu babanınn yerine geçerek anneye ilgi duymaktadır. Bu dönemdeki çocukların horlanıp kınandılarında ileriki yaşlarda cinsel kimlik sorunları yaşayabilmektedir. Latent dönem ise 6 yaşından itibaren ergenliğin başı olan 12 yaşına kadar sürmektedir. Libido odağında herhangi bir organ yoktur. Daha önceki dönemde edilinen alışkanlık ve özelliklerin pekiştirilmektedir. 11 yaş ve sonrası ise genital dönem olarak adlandırmaktadır. Bu dönemde libido odağı fallik dönemdeki gibi yine genital organlardır. Kişilik artık çocukluktan yetişkinliğe doğru yol almıştır. Freud'a göre insan yaşamının ilk yılları olan özellikle oral, anal ve fallik dönemleri kişiliğin gelişiminde oldukça önemlidir (İnanç ve Yerlikaya, 2009; Şimşek vd., 2008).

Bireysel psikoloji kuramının kurucusu olan Alfred Adler'e göre kişilik bireyin kendisine ve topluma karşı edindiği tutumların bir sonucudur. Kişilikten söz edebilmek için bireyi içinde bulunduğu çevreyle değerlendirmek gerekir. Bir insan her zaman bir amaca ulaşmaya çalışır ve bu amaçlar bireyin davranışlarına yön verir. Ayrıca insan devamlı çevresindeki nesnelere durumlara hükmetmeye, kontrolü altına almaya çalışır. Herkeste bu üstün olma arzusu vardır ama bu arzu her zaman her yerde tatmin edilemez. Çünkü çeşitli iktidar araçları (gelir, bilgi, statü, güç, görünüş) olmadan üstün olma duygusu belli bir doygunlukta yaşanamaz (Adler, 2004). İktidar araçlarının yokluğu nedeniyle üstünlük duygusu yeterince tatmin edilemediğinde insan aşağılık duygusu içerisine girer. Adler'e göre aşağılık duygusu da üstünlük duygusu gibi evrenseldir ve herkeste vardır. Bu duygu insanın doğum anından başlar ve ölümüne kadar devam eder. Bu duygu insanı motive eder ve harekete geçmesini sağlar (Yanbastı, 1996).

Jung, kişiliğin geçmişteki yaşantılardan etkilenerek şekillendiğini söyleyen Freud'a karşı çıkarak kişiliğin yaşam boyu dinamik ve evrimsel olarak gelişeceğini savunur. Ona göre insan yaşamı boyunca yeni şeyler öğrenir, kendine amaçlar

oluşturur ve kendini gerçekleştirme yolunda devamlı ilerler (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

Jung'a göre kişilik birbiriyle etkileşimde bulunan üç farklı bilinçlilik düzeyinde (bilinç, kişisel bilinç ve kolektif bilinç) işlevini sürdüren bir dizi sistemden oluşur. Jung bilinci okyanusun ortasındaki küçük bir adaya benzetir. Bu adanın altında gözükmeyen bir gerçeklik vardır ve buna da ego denir. Ego, kişinin yaşanan olayları kontrol ederek kişiliğin sürekliliğini korur ve insana kimlik ve tutarlılık kazandırır. Bilinç düzeyindeki bir başka kavram olan persona ise toplumsal beklentiler karşısında kişinin takındığı kimliktir. Kişisel bilinçdışı, insanın çocuksu arzu, dürtü, algı ve deneyimlerinden oluşur ve kişiye özgüdür. Gölge ise kişisel bilinçdışımızda bulunan, olmak isteyip de engellediğimiz her şey olan, kişiliğin daha küçük parçasıdır. Son olarak kolektif bilinçdışı da atalarımızdan kalıtsal yolla bizlere aktardığı, kuşaklardır tekrar edilen yaşantıların kaydıdır (İnanç ve Yerlikaya, 2009). Jung, evrim teorisinin kolektif bilinçdışını, tüm insan ırklarının beyin yapısında benzerlik olması sayesinde açıklayabileceğine inanır (Schultz ve Schultz, 2002).

Bilinç, hayatın ilk dönemlerinde ortaya çıkmaya başlar ve düşünme, hissetme, duyu ve sezgi diye adlandırılan zihinsel fonksiyonlarla hayatın içinde sürekli kullanılarak gelişir. Bahsettiğimiz bu dört zihinsel fonksiyon iki tutumun ortaya çıkmasını sağlar; içedönüklük ve dışadönüklük. İçedönüklük, zihinsel fonksiyonların içsel ve sübjektif dünyaya yönelmesiyle, dışadönüklük ise zihinsel fonksiyonların dışsal ve objektif dünyaya yönelmesiyle oluşur (Eroğlu, 2015). Erikson; Jung, Adler ve Fromm'dan farklı olarak Freud'un varsayımlarını reddetmek yerine bu varsayımları genişletmeyi tercih etmiştir. Erikson, Freud'un yapısal modelindeki id, ego ve süperego kavramlarını ve libido kavramını kabul eder ama ona göre id değil ego daha baskındır. Psikanalizin bu formuna da ego psikolojisi adı verilmiştir (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

Erikson'a göre kişilik doğuştan getirilen özellikler ile sosyal ve tarihsel faktörlerin etkisiyle gelişir. Ona göre kişilik sedece hayatın ilk yıllarında değil yaşam boyunca gelişmeye devam eder (Gençtan, 2000). Bu yüzden kişilik gelişimini sekiz dönemde incelemiştir. Bu dönemlerden ilki yaşamın da ilk yılını kapsayan bebeklik (Temel Güvene Karşı Temel Güvensizlik) dönemidir. Bu dönemde bebeğin ihtiyaçları karşılanırsa bebekte güven duygusu gelişir ama bebek ihmal edilirse de bebekte

güvensizlik oluşur. İlk çocukluk (Özerkliğe Karşı Utanç ve Şüphe) dönemi yaklaşık olarak 2-3 yaşı kapsar. Bu dönemde çocuk kendi bedenine hükmetmek konusunda özerk olmak ister eğer bu ebeveynleri tarafından engellenirse çocukta şüphe ve utanç duyguları gelişir. 3-5 yaşları arasını kapsayan oyun çağı (Girişimciliğe Karşı Suçluluk Duygusu) döneminde çocuk yetenekleri ve becerileri de geliştikçe bilmedikleri şeyleri öğrenmeye istekli olurlar. Bu konuda çocuğun yaptığı girişimlere cezayla karşılık verilirse çocukta suçluluk duygusu oluşur. Okul çağı (Çalışkanlığa Karşı Aşağılık Duygusu) döneminde ise çocuk artık 6-12 yaşları arasındadır ve okul yaşantısı içerisindedir. Bu dönemde çocuk başarılı olursa çalışkanlık duygusu kazanır ama çocuk akranlarının gerisinde kalırsa ya da başarısız olursa aşağılık duygusu içerisine girer. 12 yaş itibariyle çocuğun artık ergenliğe girmesiyle başlayan Ergenlik (Kimliğe Karşı Kimlik Karmaşası) döneminde kişi artık kendini tanımaya çalışır. Bu dönemde kişinin kafasının karışması ve bir kimlik karmaşası yaşaması normaldir.

Genç yetişkinlik (Yakınlığa Karşı Yalıtılmışlık) dönemi yaklaşık 20-25 yaşları arasını kapsar. Artık kimliğini oluşturan genç başkalarıyla yakınlık kurmaya hazırdır. Ama genç eğer hala kimliğini oluşturamadıysa ya da kimliğini kaybetmekten korkuyorsa insanlarla yakınlık kuramayacaktır. Bu da onu yalnızlığa ve yalıtılmışlığa itecektir. Yetişkinlik (Üretkenliğe Karşı Durgunluk) döneminde kişi artık toplumdaki yerini ve soumluluklarını almıştır. Toplum bireyden artık birşeyler üretmesini bekler. Eğer kişi bir şeyler üretmezse kendi içine kapanacak ve durgunlaşacaktır. Son dönem olan yaşlılık (Benlik Bütünlüğüne Karşı Umutsuzluk) döneminde ise kişi dönüp yaşamına baktığında eğer acısıyla tatlısıyla hayatını kabullenebiliyorsa ölüm kaygısı yaşamayacaktır. Ama eğer geçmişe baktığında hayatından memnun değilse yeni bir hayat kuracak zamanı da olmadığı için umutsuzluk içine düşecektir. Bu da kendini ölüm korkusu olarak gösterecektir. Eğer bu dönemlerden birinde yaşanan bir karmaşa çözülmezse kendinden sonraki dönemleri de etkiler. Ama bu karmaşa sonraki dönemlerde de çözümlenebilir (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

1.2.3.2. Davranışçı ve Bilişsel Kuramlar

Skinner'e göre pekiştirilerek kazanılan alışkanlıklar kişiliği oluşturur. Ona göre insan, davranışlarının sonuçlarına göre koşullanır. Skinner, bu duruma edimsel koşullanma adını vermiştir. Skinner, tepkisel ve edimsel davranış olmak üzere iki

davranış çeşidi olduğunu söyler. Tepkisel davranış, bir uyarıcıya tepki olarak ortaya çıkan davranışa denir. Tüm refleksler tepkisel davranıştır. Edimsel davranış ise organizmanın kendi oluşturduğu davranıştır. Bu davranış pekiştirilirse yani olumlu sonuçlar alırsa davranış devam eder ama davranışın sonucu kişi için kötü olursa tekrarlanma olasılığı düşük olur (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

Geleneksel anlamda kişilik görüşlerini bilişsel yaklaşım içerisinde inceleyen en iyi kuramlardan biri olan sosyal bilişsel teori, (Bandura 1986;1997) "karşılıklı belirleyicilik" olarak da bilinmektedir. Bu teoride önemli olan unsurlar; bilinç, duygular, düşünceler ve fizyolojidir. Teori, davranış ve çevrenin karşılıklı etkileşimini açıklamaya çalışmaktadır. Teorinin temel yapısı olan içsel kişisel faktörlerin ve dışsal-çevresel faktörlerin, davranışın karşılıklı etkileşimiyle kişinin bu davranışı başarıyla ortaya koyabileceğine olan inancı yani "öz yeterlilik" duygusudur. Öz yeterlilik, bireyin istediği veya ümit ettiği sonuca varabilmesi için gerekli davranışlarda bulunabilecek kapasiteye sahip olduğu inancı olarak ifade edilmektedir (Baranowski, Pery ve Parcel, 1997'den Akt. Ziyagil, Tamer, Kabasakal, ve Kayacan, 2016).

Bandura, öğrenmenin tepkisel, edimsel koşullanmalla yolu ile yapıldığını kabul etmiş, hatta buna ek olarak kişilerin öğrenmelerinin büyük kısmını model alma yoluyla gerçekleştirdiğini savunmuştur (İnanç ve Yerlikaya, 2011: 216). Ona göre bireyin öğrenmesi için gerekli koşul, bir başkasının gözlenmesidir. Bandura kendisinden önce ileri sürülen öğrenme kavramlarını sosyal bir ortam içinde değerlendirmektedir. Yani kişilik, başkalarının davranışlarının taklit edilmesi ve gözlemlenmesi yoluyla öğrenilmiş davranışlar örüntüsüdür (Cüceloğlu, 2003).

1.2.3.3. İnsancıl-Varoluşçu Kuramlar

Carl Rogers birey merkezli terapinin kurucusu olarak bilinir. İnsan doğasına iyimser yaklaşan psikologların başında gelir. Ona göre insanlar doğaları gereği mutluluğu aramakta ve potansiyellerini gerçekleştirmek için çaba harcamaktadır (Feist ve Feist, 2002). Bu çaba ise Rogers tarafından gerçekleştirme eğilimi olarak adlandırılmış ve bu gerçekleştirme eğiliminin insaları pozitif güçle motive ettiğini ifade etmiştir (Rogers, 1961).

Roger benlik bilinci kavramına önem vermiştir. Benlik bilinci, bir kimsenin kendisiyle ilgili algılamalarını, kanaatlerini içerir. Yani kendisini nasıl gördüğünün

tam karşılığıdır. Herkes ise daha olumlu, daha gelişmiş bir benlik oluşturma çabası içerisindedir. Olumlu bir benlik bilinci geliştirebilmenin en önemli şartı koşulsuz sevigidir (Cüceloğlu, 2003).

Maslow, kişiliğin gelişmesi için insanın bazı ihtiyaçlarının karşılanmasının gerektiğini söyler. Bu ihtiyaçları da hiyerarşik bir sıraya koymuştur;

- Fizyolojik İhtiyaçlar
- Güvenlik İhtiyacı
- Sevgi ve Ait Olma İhtiyacı
- Saygınlık İhtiyacı
- Kendini Gerçekleştirme İhtiyacı

Kişi fizyolojik ihtiyaçlardan başlayarak sırayla ihtiyaçlarını karşılamaya çalışır. Alt basamaktaki ihtiyaç giderildikten sonra üst basamağa ihtiyaç duyulur. Kişinin kendini gerçekleştirebilmesi için diğer ihtiyaçlarının karşılanmış olması gerekir (Güney, 2008). Maslow'a göre insanın doğal amacı kendini gerçekleştirmektir. Kendini gerçekleştiren insan gerçeğe yönelen, birey ve düşüncelere değer veren, demokratik, yaratıcı ve mizah anlayışına sahip bireylerdir (Gençoğlu, 2006).

1.2.3.4. Araştırma Odaklı Kuramlar

Diğer adıyla "Personalistik Psikoloji" kuramının kurucusu Allport, kişiliği kapalı ve kendine özgü bir sistem olarak görür ve insanlar arasındaki ilişkinin, rollerin ve kültürün kişilik hakkında bilgi verdiğini ama kişilik üzerinde doğrudan etkili olmadığını söyler (Yanbastı, 1996).

Allport kişiliğin incelenmesinde iki stratejiden bahsetmiştir. Bunlardan biri kişiyi grup içerisinde, diğeri de kendi içinde incelemedir. Birey grup içinde incelenirken araştırma sonucunda bireyle ilgili edinilen veriler ile gruptaki diğer kişilerin verileri karşılaştırılır. Bu yaklaşıma genel ayırıcı özellik denir. Kişi kendi içinde değerlendirilirken ise bireyin kişiliğini oluşturan özellikler incelenir (Burger, 2006).

Freud'un aksine Allport, bir yetişkinin davranışlarının geçmişten bağımsız olduğunu, geçmişin geçmişte kaldığını ve bugünü etkilemediğini savunur. Ve bu duruma da işlevsel otonomi adını vermiştir. İşlevsel otonomi kavramı, ayırıcı özellik kuramının temelini oluşturmaktadır. İki tür işlevsel otonomi vardır; ısrarlı ve

kazanılmış işlevsel otonomi. Israrlı işlevsel otonomi sinir sisteminde basit nörolojik ilkelerle hareket eden geribildirim mekanizmalarıdır. Bu mekanizmaya rutinlerimizi örnek verebiliriz. Kazanılmış işlevsel otonomi ise kişinin değerlerini, tutumlarını ve amaçlarını içerir. Kişi, bu değer ve amaçları sayesinde dünyayı algılar (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

Cattell, Eysenck ve Allport yaptığı gibi kişiliği bir treytler bütünü olarak kabul etmiş faktör kuramcılarının önde gelen isimlerindendir. Bu treytlerin faktör analizi yöntemi ile saptanması gerektiği üzerinde durmuştur. Kişiliği, belirli bir ortamda bireyin yapacağı şeyleri belirleyen faktörler bütünü olarak tanımlamıştır. Psikolojik araştırmalar bireylerin farklı sosyal ve genel ortamda ne şekilde davranacağını tahmin eden yasaların bulunmasını amaç edinmesi gerektiğini ifade etmiştir (Yanbastı, 1996).

Eysenck, faktör analizi yöntemi kullanarak kisilik boyutlarını tespit etmiştir. Çağdaş kişilik kuramlarının pek çoğunun anlaşılmaz ve karmaşık olduğunu ileri sürmüştür. Ona göre önemli olan şey açık, net ve özenle belirlenmiş boyutların saptanmasıdır. Kisilik bireyin gerçek ya da gizil davranışlarının tümünü kapsamaktadır. Bunlar kalıtım, çevre ve biribiri ile etkileşimi sonucu biçimlenir (Yanbastı, 1996).

Eysenck, kişiliği 4 düzeyde ele almaktadır. Birinci düzey kişiliğin en alt basamağı olmakla birlikte çok özel tepkileri içermektedir. Kalıtımsal açıdan bireyin bazı nitelikler taşıması bir ve takım uyarıcılara tepkiler gösterilmesi bu düzeyle yakından ilgilidir. İkinci düzey, kişinin içinde bulunduğu çevreden edindiği alışkanlıklarla ilgilidir. Toplumsal hayatta insanlar zaman içinde benzer durumlara benzer davranışlar sergilemeyi öğrenirler. Bu düzeyde kişilik devamlılık kazanmaktadır. Birey üçüncü düzeyde bazı eğilimler kazanmaktadır. Genetik özellikler ve alışılmış davranışlar neticesinde eğilimler oluşur. Süreklilik, bireysel dengesizlik, değişmezlik, heyecanlılık ve doğruluk gibi kişiliğin özellikleri bu düzeyde ortaya çıkar. Dördüncü düzey iile tip aşamasına gelinmiştir. Tip'in oluşumunda her bir düzeyin baskın faktörlerinin etkisinde oluşur. Belirgin tiplerin oluşması bu faktörlerin kişiden kişiye değişmesi sonucunda meyda gelir (Güney, 2008).

Eysenck'e göre temel kişilik özelliklerini büyük oranda genetik olarak berlirlendiği aynı zamanda davranışın biçimlenmesinde ise katılım ve çevre etkileşiminin önemini vurgulamıştır. Bu nedenle ayırıcı özellikler ve tipler kalıtımla

belirlendiği gibi çevresel ve durumsal faktörler de kişiliği şekillendirmektedir (İnanç ve Yerlikaya, 2009).

1.2.3.4.1. Beş Faktör Kişilik Kuramı

Kişiliğin temel boyutlarını belirlemeye çalışan Rovert McCrea ve Paul Costa kendisinden önce gelen Allport, Cattell ve Eysenck gibi faktör analizini kullanıp dışa dönüklük ve nevrotizim boyotularına odaklanmıştır. Kısa bir süre sonra ise deneyime açıklık boyutunu keşfetmişlerdir. 1985 yılına kadar üç faktörlü modeli savunan McCrea ve Costa yaptıkları çalışmalar sonucunda kişiliğin beş temel boyutu olduğu ortaya koymuş ve ölçülebilmesi için de bir ölçüm aracı geliştirmişlerdir (Costa ve McCrea, 1992'den Akt. İnanç ve Yerlikaya, 2009).

Şimdiye kadar gözlenebilen birçok kişilik özelliği olmasına rağmen oldukça yararlı bir sınıfla olmuştur. Bu model belli aralıklarla yapılan faktör analiz sonuçlarına göre zaman, bağlam ve kültür özellikleri gözetilerek gözetilerek bulunmuştur (Caliguri, 2000). 1980'ler biterken artık kişilik psikologları literatürdeki karmaşık bulguların düzenlenmesi için daha kullanışlı bir sınıflandırma sağlayabilen beş faktör kişilik kuramının beş güçlü faktörü üzerinde anlaşmaya varmışlardır (Taggar vd., 1999).

Kişilik özelliklerinin bir hiyerarşik düzenlemesi olan beş faktör kişilik modeli beş temel boyutta anlandırılmaktadır.

Nevrotiklik (Neuroticism): Birinci boyutta yer alaln nevrotizimde yüksek puan alan bireyler kaygılı, güvensiz, duyusal kişilik yapısı sergilemektedirler. Günlük hayatta düşük puan alan bireylere göre daha sık stres yaşarlar. Bu boyutta düşük puan alan bireyler ise sakin, rahat ve iyi uyumlu kişilik yapısına sahiptirler.

Dışa Dönüklük (Extraversion): Burada yüksek puan alan bireyler eğlenmekten hoşlanan, şakacı, sosyal ve sevecen kimselerdir. Bu boyutun öbür tarafında yer alan içedönükler, daha çok çekingen, mesafeli, ketum, sessiz kalmayı tercih eden ve genellikle yalnız kişilerdir.

Deneyime Açıklık (Openness to Experience): Bu boyut insanları, yeni deneyimlere açık olma ile alışkanlıklara bağlı kalma arasına konumlandırır. Bu boyutta yüksek puan alanlar sürekli olarak farklı deneyim arayışında olan, bağımsız düşünen ve geleneksel değerleri sorgulayan yapı sergilerler. Geleneksel değerli korumak isteyen, belirli bir yaşam tarzını sürdürmeye kararlı, alışık oldukları

deneyimleri tercih eden kimseler ise deneyime açıklık boyutundan düşük puan alacaklardır.

Yumuşak Başlılık (Agreeableness): Bu faktör insanları uzlaşıla bilirlik ve acımasızlık üzerinde bir noktaya konumlandırmaktadır. Uysal, güvenilir, yardımsever, cömert ve kabul edici özelliğe sahip insanlar bu boyuttan yüksek puan alacaklardır. Düşük puan alanlar ise şüpheci, eleştirici, çabuk kızan, cimri ve düşmanca davranan kimseler olmakla birlikte rekabete yatkındırlar.

Öz Disiplin (Conscientiousness): Bu boyuttan yüksek puan almış olanlar çalışkan, kontrollü, disiplinli, zamanında işini yapan, iyi organize olmuş azimli insanlardır. Bu boyuttan düşük puan alanlar is dikkatsiz, ihmalkar, amaçsız, sorumluluk almaktan kaçan kişilerdir (McCrea ve Costa, 2003).

Somer vd. (2001)' nin aktardığına göre; Digman (1990) beş faktör modeli ile ilgili on dört ayrı çalışmayı değerlendirmiş ve faktör analizlerinin sonucunda çıkan özelliklerin ana boyutların varlığının artık neredeyse kesinlik kazandığını vurgulamıştır. Buna ek olarak, beş faktörün kendi aralarında iki büyük faktör dizisinde organize olduğunu düşündüğünü ifade etmiştir. Bu iki büyük faktörü "faktör alfa (α)" ve "faktör beta (β)" olarak isimlendirmiştir. Faktör alfa, yumuşak başlılık, sorumluluk ve duygusal denge; faktör beta, dışadönüklük ve deneyime açıklıktan oluşmaktadır. Digman, ayrıca bu iki büyük faktörün kaynaklarıyla ilgili bir açıklama da sunmuştur. Ona göre Alfa (yumuşak başlılık, sorumluluk, duygusal denge), sosyalleşme sürecini, Beta (dışadönüklük ve deneyime açıklık) ise, kişisel gelişimi temsil etmektedir.

Beş Faktör Kişilik Modeli'nden yola çıkarak oluşturulan ve normal kişilik özelliklerini ölçmeyi amaçlayan Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE) kapsamında her bir faktöre ait alt boyutlar yer almaktadır. Bu özellikler ve alt boyutlara ait özellikler Tablo 1'de görülmektedir.

Tablo 1. Beş faktör kişilik modellerinin özellikleri

Düşük Puan Özellikleri		Faktör Adı		Yüksek Puan Özellikleri
Mesafeli, ciddi, dikkat çekmeyen, yalnızlığı seven, kararlarını başkalarına dayandırmayan	İçe Dönük	DIŞA DÖNÜKLÜK (D)	Dışa Dönük	Canlı, girişken, sosyal, hareketli, çoşkulu, rahat, doğal, iyimser
İnsanlara güvenmeyen, yarışmaya eğilimli, bağımsız mücadeleci, uyanık, tepkisel, şüpheci, kendini düşünen	Dikbaşlı	YUMUŞAMAK BAŞLILIK/ GEÇİMLİLİK (Y)	Yumuşak Başlı	Çatışmadan kaçınan, hassas, merhametli, geçimli, sakin, insanlara güvenen, işbirliğine yatkın
Esnek, plansız, çabuk karar veren, fevri, kurallara çok bağlı olmayan	Düşük Öz Denetim	ÖZ-DENETİM/ SORUMLULUK (ÖD)	Yüksek Öz Denetim	Düzenli, planlı amaçlı, kararlı, tedbirli, sorumluluk sahibi
Kendine güvenli, engellerle başa çıkmada etkili, sakin, uyumlu, telaşsız	Tutarlı Duygusal Durum	DUYGUSAL TUTARSIZLIK (DT)	Değişken Duygusal Durum	Hassas, duygusal, endişeli, gergin, dirençsiz, fevri
Muhafazakar, ince düşünmeyen, ilgi alanları sınırlı, geleneksel	Somut Pratik	GELİŞİME AÇIKLIK (GA)	Gelişime Açık	Analitik düşünen, duyarlı, ilgi alanları geniş, yeniliğe açık,

1.2.4. Kişilik ve Spor

Kişilik ve spor birbirlerini etkileyen ve birbirlerinden etkilenen iki faktördür. Sportif faaliyetlerde bulunmanın kişilik gelişimini etkilediği ve aynı zamanda kişilik özelliklerinin de sportif faaliyetlerdeki başarıyı etkilediği düşünülmektedir. Bu konuda yapılan araştırmalar da bu düşünceyi doğrulamaktadır.

Neumann spor yapan ve yapmayan bireylerin kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için yaptığı çalışmasında spor yapanların daha çalışkan, sabırlı, sosyal olduğunu ve zor şartlara daha kolay uyum sağladığını belirtmiştir. Aynı şekilde Tiryaki ve arkadaşları da 1991 yılında yaptıkları çalışmada spor yapan bireylerin daha dışadönük olduğunu ve duygularını kontrol etmede daha başarılı olduklarını görmüştür (Tiryaki, 2000). Yine Gökdoğan'ın 1988 yılında yaptığı çalışma da göstermiştir ki sporla uğraşmak kişinin bedeniyle ilgili algısını olumlu yönde etkilemektedir. Kişi beden imajından doyum sağladığı için kendine güveni artmaktadır (Gökdoğan, 1988). Efe vd. (2008)' nin yaptıkları araştırma sonucunda sporun kişinin girişimcilik, kendine güven, toplumda aktif rol alma becerilerinin artmasını sağladığını dile getirmişlerdir (Efe vd., 2008).

Bu ve benzeri birçok araştırma sporun kişilik üzerinde etkisi olduğunu göstermektedir. Araştırmacılar sporun kişilik üzerinde etkisiyle ilgili birçok sav öne sürmüşlerdir. Bunlardan bazıları şöyledir; özellikle takım sporları kişiye iş birliğini, iletişim kurmayı öğretir. Spor sayesinde bireyler disiplinli olmayı, zorluklar karşısında mücadele etmeyi, cesur olmayı öğrenir. Ayrıca spor yapmak kişinin kendini tanımasını ve kabul etmesini de kolaylaştırır ve bu sayede spor, kişinin anksiyete ve stresinin azalmasını da sağlamış olur (Özdinç, 2005; Singer, 1972).

Johnson (1982)'a göre spor sadece sportif bir faaliyet değildir, kişinin enerjisini doğru alanlara yönelten, gizli kalmış yetenekleri açığa çıkaran bir aktivitedir. Spor sayesinde kişi duygularını kontrol etmeyi öğrenir ve saldırganlık, öfke, utangaçlık ve kıskançlık gibi olumsuz duygularını kontrol etmeyi öğrenir. Ayrıca kazanılan başarılar sayesinde kişinin kendine güveni artar, bu sayede kişi sosyalleşme imkânı ve cesareti bulur (Johnson, 1982).

Sporun kişilik üzerinde sadece olumlu etkisi olduğunu söylemek doğru olmayabilir. Bazı araştırmacılar sporun bazen de kişilik üzerinde olumsuz etki yaptığını düşünmektedir. Onlara göre spor bazen kişide aldatma, kibir, agresiflik, saygısızlık gibi davranışları da tetiklemektedir (Bredemeier ve Shield, 1995). Örneğin; Sezen, 2016 yılında yarışma sporlarının ahlak üzerindeki etkisini belirlemek için yaptığı çalışmasında "ne pahasına olursa olsun kazanma" anlayışı yüzünden kişilerin aldatma, haksız kazanç gibi olumsuz davranışlar içerisine girdiğini belirtmiştir (Sezen, 2016).

Sporun kişilik üzerinde olumlu veya olumsuz bir etkisinin olmasının yanı sıra sportif faaliyetlerde başarılı olabilmek adına kişilerin sahip olmaları gereken bazı kişilik özellikleri de vardır. Yani kişilik özellikleri de sporda başarıya etki etmektedir. Kişinin özelliklerinin yapacağı spora uyumlu olması gerekmektedir. Ayrıca sporda başarılı olabilmek için de bazı ruhsal ve fiziksel özelliklere sahip olunması gerekmektedir (Kuru, 2000). Örneğin; kişinin karşılaştığı zorluklarla mücadele edebilmesi için iradeli olması gerekmektedir. Ayrıca rakipleri ya da seyirciler tarafından gelen kötü davranışlara ya da baskılara karşı sağlam durabilecek kişilikte olmalıdır (Küçük ve Koç, 2004).

1.3. Alan Yazınında Yapılan Çalışmalar

Bu kısımda çalışmanın amacına yönelik olarak yurtiçi ve yurtdışında yapılmış bilimsel araştırmalar incelenmiştir.

1.3.1. Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar

Kişilik ve fiziksel aktivite arasındaki ilişkiyi inceleyen ülkemizde birçok çalışma yapılmıştır. Örneğin Bayar (1983) de 100 atlet ve 100 spor yapmayan üniversite öğrencisine uyguladığı çalışmada psikotiklik, nevrotiklik, içedönüklük, dışadönüklük ve yalan faktörleri açısından aralarında bir fark bulunmamıştır. Koruç ve Bayar (1989), takım ve bireysel sporla uğraşan bireyleri kişilik özellikleri açısından karşılaştırmak amacıyla takım sporu yapan 59 kadın, 68 erkek, bireysel spor yapan 87 kadın, 154 erkek olmak üzere 368 milli sporcu ve spor yapmayan 96 kadın, 75 erkek kişiyle çalışmıştır. Bireysel ve takım sporu yapan ve spor yapmayan kadınlar karşılaştırıldığında spor yapmayan kadınlara göre bireysel spor yapan kadınların daha kendine güvenen, maceracı, yaratıcı ve sosyal yeterliğe sahip oldukları, takım sporu yapan kadınların ise daha enerjik, maceracı, dengeli, kuralcı, sosyal, aktif, uyumlu, girişken ve dışadönük olduğu ortaya çıkmıştır. Aynı şekilde bireysel ve takım sporu yapan ve spor yapmayan erkekler karşılaştırıldığında ise spor yapmayan erkeklere kıyasla bireysel spor yapan erkeklerin daha saldırgan, girişken, uyumlu, meraklı, toleranslı, sorumluluk sahibi, yaratıcı olduğu ve takım sporu yapan erkeklerin de daha az saldırgan, toleranslı, estetik düşünebilen bireyler oldukları görülmüştür.

Bilge (1990), farklı spor dallarındaki 95 milli erkek sporcu ve spor yapmayan 104 erkek olmak üzere toplam 199 üniversite öğrencisine kişilik envanteri uygulamış ve çalışma sonucunda milli sporcuların karşı cinsle ilişki gereksiniminin daha fazla olduğu, spor yapmayanların kendini suçlamaya daha meyilli oldukları, takım sporu yapanların daha gösterişçi ve saldırgan olduğu, hentbolcuların duygulardan daha iyi anladığı ve dayanıklı olduğu, voleybolcuların ve atletlerin daha dayanıklı olduğu ve basketbolcuların daha saldırgan olduğu görülmüştür.

Spor yapan kişilerin özelliklerini cinsiyet açısından kıyaslayan çalışmalar da mevcuttur. Örneğin; Güler (2005), artistik jimnastik yapan 100 sporcuya kişilik envanteri uygulamış ve erkeklerin kadınlara oranla daha gerçekçi, pratik, gelenekçi ve iş bitirmeye odaklı oldukları buna karşın kadınların da daha yenilikçi, işi anlayarak

yapan bireyler oldukları sonucuna varmıştır. Benzer şekilde Kuru ve Baştuğ (2008) de kadın ve erkek futbolcularla çalışmış ve erkeklerin görünüşe önem vermeyen, daha düzensiz ve rahat olduklarını, buna karşılık kadınların ise görünüşe önem veren, daha kontrollü, düzenli ve ne istediğini bilen bireyler olduklarını saptamıştır. Tatar (2009) da yaptığı araştırmada sporcu kadınların sporcu erkeklere oranla daha canlı, girişken, endişeli, duyarlı, yenilikçi ve analitik düşünebilen bireyler oldukları sonucuna varmıştır. Sporcu erkeklerin de sporcu kadınlardan daha sakin ve uzlaşmacı olduğu belirlenmiştir.

Yüz tanımlama becerileri ve fiziksel aktivite arasındaki ilişkiyi inceleyen ülkemizde çok sınırlı çalışma yer almaktadır. Örneğin; Işık (2017)'ın yaptığı çalışmada işitme engelli milli sporcuların yüz tanımlama becerilerinin normal işiten milli sporculara oranla daha gelişmiş olduğunu belirtmiştir. İşitme engelli sporcular normal işiten bireylere oranla hem daha doğru hem de daha hızlı bir şekilde duyguları tanımışlardır. Işık (2017) kişilik ve duygusal zekanın işitme engelliler arasında duyguları tanıma becerisini etkileyen önemli değişkenler olduğunu da belirtmiştir. Işık vd. (2018)'nin yaptıkları farklı bir çalışmada ise spor dallarının da duygu tanımlama becerisi üzerinde bazı etkileri olduğu anlaşılmaktadır. Yine benzer olarak Işık (2021)'ın yaptığı çalışmada 10 milli (3 güreş, 3 basketbol ve 4 atletizm) ve 10 sedanter sporcunun yüz ve duygu tanıma becerileri karşılaştırılmış, milli sporcuların yüz ve duygu tanıma becerileri sedanter bireylere göre anlamı şekilde daha yüksek bulunmuştur.

1.3.2. Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar

Spor yapan ve yapmayan bireylerin kişilik özellikleri arasında bir fark olup olmadığının belirlenmesi amacıyla yurt dışında yapılan çalışmalardan birisi Shariati ve Bakhtiari, 2011 yılında yapmıştır. Bu çalışmada Ahvez'deki Islamic Azad Üniversitesinde bulunan sporcu olan ve olamayan öğrencilerin kişilik özellikleri belirlenmeye çalışılmıştır. Araştırma sonucunda sporun kişilik gelişimine katkı sağladığı sonucuna ulaşılmıştır (Shariati ve Bakhtiari, 2011).

Benzer bir çalışma yapan Varma ve Dang (1979), spor yapan ve yapmayan kolej ve üniversite öğrencilerine çalışmış ve çalışması sonucunda iki taraf arasında

birçok yönden anlamlı farklar bulmuştur. Bu çalışma sonucunda sporun insanın sağlam bir kişilik edinmesine olanak sağladığı görülmüştür.

Sporun kişiliği etkilediği sonucuna varan çalışmalar olduğu gibi sporun kişiliği etkilemediği sonucuna varan çalışmalar da vardır. Örneğin; Ellison ve Freischlag (1975), basketbol, futbol, beyzbol oyuncuları, atletler ve spor yapmayan toplamda 84 öğrenci ile yaptığı çalışmada öğrenciler arasında canlılık, içedönüklük, dışadönüklük, güven, konuşkanlık gibi değişkenler açısından bir fark olmadığı görülmüştür. Allen vd. (2011) yaptığı çalışmada dışadönük sporcuların yeni deneyimlere açık, duygusal olarak istikrarlı, problem çözme becerisine sahip olduklarını belirtmiştir. Çalışmadaki bir başka sonuç da kadın ve erkek sporcular ile bireysel ve takım sporuyla uğraşan sporcular arasında kişilik özellikleri açısından fark olduğudur.

Rhea ve Martin (2010) ise geleneksel (voleybol, tenis vb.) ve alternatif (motocross, wakeboarding vb.) spor yapan toplamda 183 erkeği kişilik özellikleri açısından karşılaştırmış ve alternatif spor yapanların daha içekapanık, duyarlı ve kendine yetebilen bireyler olduğu sonucuna varmışlardır.

Yüz tanımlama beceri ile fiziksel aktivite arasındaki ilişkiyi yurtdışında gerçekleştirilmiş bazı çalışmalara rastlamak mümkündür. Matsumuto ve Willingham (2009) 2004 Atina paralimpik olimpiyatlarına katılan görme engelli judo sporcuları ile yine 2004 Atina olimpik oyunlarına katılan judo sporcularının madalya kazandıkları sırada ve başarı kürsüsündeki fotoğraflarını çekerek Ekman'ın FACS kodlamasıyla analiz yapmışlardır. Kürsünün en üstünde ve diğer iki basamağında olan sporcuların çok sayıda fotoğrafını çekmişlerdir. Sonuç olarak, doğuştan görme engelli olan bireyler ile görme yetisini sonradan kaybeden bireylerin yüz ifadeleri arasında bir fark bulunamamıştır. Dahası, görme engeli olmayan bireyler ile aynı yüz ifadeleri vererek sevindikleri gözlemlenmiştir.

Philippen vd. (2012)'i bireylerin yüz ifadelerinin egzersiz sırasında duygu durumu ve algılanan efor ile ilişkisini incelemiştir. Philippen vd. (2012) öncelikle katılımcıların samimi bir gülüş sırasında istirahat halindeki kalp atım hızlarını belirlemişlerdir. Daha sonra aynı işlemi katılımcılar kaşları çatık iken tekrar etmişlerdir. İstirahat koşullarında gerçekleştirilen bu işlemler bir de katılımcılar bisiklet ergometresinde maksimum kalp atım hızlarının %50-60 seviyesine ulaştıkları anda tekrarlanmıştır. Rejeski vd. (1987) tarafından geliştirilen "Tek Maddelik Duygu

Durum" ölçeği ile katılımcıların egzersiz sırasında nasıl hissettiklerini sormuşlar ve katılımcıların değerlendirmelerini istemişlerdir (-5: çok kötüyüm; +5: çok iyiyim). Ayrıca algılanan efor, Borg'un algılanan egzersiz yoğunluğu (RPE) ölçeği ile ölçülmüştür. RPE, 6 (hiç çaba yok) ile 20 (maksimum efor) arasında değişen sözel ve sayısal çapa sahip 15 puanlık bir derecelendirme ölçeğidir. Sonuç olarak gülümseyen bireylerin duygu durum değerleri hem dinlenikken hem de aktivite sırasında çatık kaşlı olan bireylere göre anlamlı şekilde daha yüksek ortaya çıkmıştır. Algılanan egzersiz yoğunluğunda ise hem istirahat hem de aktivite sırasında çatık kaşlı olan katılımcılar gülümseyen bireylere oranla anlamlı şekilde daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir. Buradan hareketle bireylerin egzersiz sırasında sahip oldukları yüz ifadeleri hem duygu durumlarını hem de algıladıkları egzersiz yoğunluklarını etkilemektedir. Katılımcılar gülümserlerken egzersizi daha az yoğun algılamaktadırlar.

Boloorizadeh ve Tojari (2013)'nin yine FACS'i kullanarak yapmış oldukları çalışmada antrenörlerin yüz tanıma becerileri karşılaştırılmıştır. Cinsiyet, yüze maruz kalma süresi ve yaş değişkenleri ile açısından yapılan karşılaştırmalarda; cinsiyet ve yaş açısından belirgin farklar ortaya çıkmamıştır. Ancak nötr olmayan yüzü daha fazla gören antrenörler daha az gören antrenörlere göre yüzleri daha iyi bir şekilde tanımlamaktadırlar.

Shih ve Lin (2016) hareket devamlılığının tahmin edilmesi ile yüz tanıma becerisi arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Taekwondo ve halter sporcularının gerçekleştirecekleri hareketlerin başlangıç kısımlarının fotoğraflarını katılımcılara göstermişler ve hareketin devamında sporcunun ne tür bir hareket sergileyeceğini katılımcıların tahmin etmelerini istemişlerdir. Hareketin devamını doğru tahmin eden taekwondo sporcuların yüz tanımlama becerilerinin de yüksek olduklarını ortaya koymuşlardır.

2. GEREÇ, YÖNTEM VE BULGULAR

2.1. Gereç ve Yöntem

Bu araştırma, üst düzeyde spora katılım sağlayan sporcular ile sedanter bireylerin yüz ve duygu tanımla becerileri arasındaki farkları ortaya koymak için yapılmıştır. Araştırma içerisinde yüz ve duygu tanıma becerilerinin farklı demografik değişkenlerden etkilenip etkilenmediği anlaşılmaya çalışılacaktır. Ayrıca katılımcıların sahip oldukları kişilik özellikleri ile yüz ve duygu tanıma becerileri arasındaki ilişki araştırılacaktır.

2.1.1. Araştırma Deseni

Bu araştırma, bir saha deneyi ile katılımcıların belirli özelliklerini anlamak için bir ölçeğin kullanıldığı kesitsel bir araştırma olarak dizayn edilmiştir. Bu araştırmada, saha deneyinden ve ölçek üzerinden elde edilen veriler karşılaştırılarak araştırmanın hipotezleri test edilmeye çalışılmıştır.

2.1.2. Araştırma Evreni

Çalışmanın sedanter bireyler evrenini, 2020-2021 eğitim-öğretim yılında Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesinin çeşitli bölümlerinde öğrenim gören üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Sedanter bireyler belirlenirken Swann vd. (2015)'in belirlediği kriterler doğrultusunda, hayatının hiçbir aşamasında lisanslı ve düzenli spor yapmamış, günlük yaşamda düzenli egzersize hiçbir şekilde katılım sağlamayan bireyler bu çalışmanın sedanter bireyler evreni olarak belirlenmiştir.

Çalışmanın olimpiyatlara hazırlanan sporcular evreni ise, Rize ilindeki resmi makamlara bağlı merkezlerde olimpiyatlara hazırlanan üst düzey sporculardan oluşmaktadır.

2.1.3. Araştırma Grubu

Çalışmanın örneklem grubu ise, 50 sedanter ve 50 olimpiyatlara hazırlanan üst düzey sporcu (26 güreş, 12 kano (durgunsu-akarsu) ve 12 halter spor dallarında) olmak üzere 100 (Ort_{yas}=20,44±2,06) katılımcıdan oluşmaktadır. Katılımcıların 55'i erkek 45'i ise kadın katılımcılardan oluşmaktadır.

2.1.4. Araştırma Tekniği ve Protokol

Bu araştırma, bir saha deneyi ile katılımcıların belirli özelliklerini anlamak için bir ölçeğin kullanıldığı kesitsel bir araştırma olarak dizayn edilmiştir. Araştırmanın uygulanma kısmına geçilmeden ilk olarak kişi ve kurumların onayı alınmıştır. Alınan izin belgeleriyle birlikte Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'na başvurmuştur. Daha sonra Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Etik Kuruluna başvurulmuştur ve çalışma 17.12.2020 tarih ve 2020/257 karar numarası ile etik açıdan uygun görülmüştür (Bkz. Ek-4). Çalışma kapsamında formlar doldurulmadan önce katılımcılara çalışmanın amacından bahsedilmiş, çalışmaya gönüllü katılmak isteyen katılımcılar çalışmaya dâhil edilmiş. Uygulamalar öncesinde tüm katılımcılara araştırmanının amacı anlatılmış ve katılımcılara gönüllü onam formu imzalatılarak gönüllü katılım göstermeleri sağlanmıştır. Aşağıda detayları verilen veri toplama için gerçekleştirilen uygulamalar olimpik sporcular için ilgili merkezlerde (Bkz. Ek-5), sedanter bireyler için ise Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesinde gerçekleştirilmiştir.

2.1.5. Veri Toplama Araçları

Araştırmada kullanılan veri toplama aracı 3 bölümden oluşmaktadır.

2.1.5.1. Kişisel Bilgi Formu

Çalışma kapsamında hazırlanan kişisel bilgi formunda, yaş, cinsiyet, spor dalı ve katılımcıların genel ruh hallerini öğrenmeye yönelik bilgilere yer verilmiştir.

2.1.5.2. Beş Faktör Kişilik Envanteri Kısa Form (5FKE-KF)

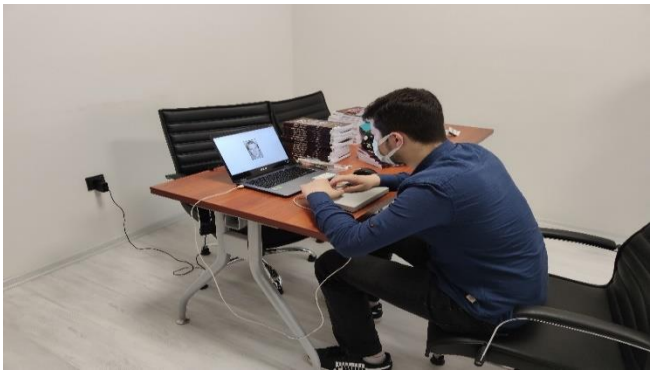
5 Faktör Kişilik Envanteri, kişilik özelliklerini belirlemek amacıyla Somer vd., (2001) tarafından geliştirilmiş ve Tatar (2005) tarafından kısa formunun geçerliği ve güvenirliliği gösterilmiştir. Envanter kişilik özelliklerini, beş temel kişilik boyutu (beş faktör) ile değerlendirmektedir. Envanterde, "Dışadönüklük" faktörünü sorgulayan 14, "Yumuşak başlılık" faktörünü sorgulayan 16, "Öz Denetim" faktörünü sorgulayan 17, "Duygusal Tutarsızlık" faktörünü sorgulayan 15, "Gelişime Açıklık" faktörünü sorgulayan 14 madde bulunmaktadır. Ayrıca envanter, kişilerin formdaki maddelerini sosyal olarak istenen beğenilen yönde çarpıtmaları ihtimalini ve kişilik

değerlendirmesinden daha çok envanteri doldurma eğilimlerini değerlendirmek üzere "sosyal istenirlik" boyutuna ait 6 madde ile kişilerin envanteri gelişi güzel doldurmalarını değerlendirmek üzere de 3 tane kontrol maddesi içermektedir. Bu maddeler, kişinin kendi kendisini değerlendirdiği davranışsal, duygusal ve düşünsel özellikleri ifade eden mümkün olduğunca kısa yapılardır. Envanter maddeleri likert tipinde, Tamamen Uygun (TU), Biraz Uygun (BU), Kararsız (?), Pek Uygun Değil (PUD), Hiç Uygun Değil (HUD) olmak üzere 5 basamaklı 85 maddeden oluşmaktadır.

2.1.5.3. Yüz ve Duygu Tanıma Testi

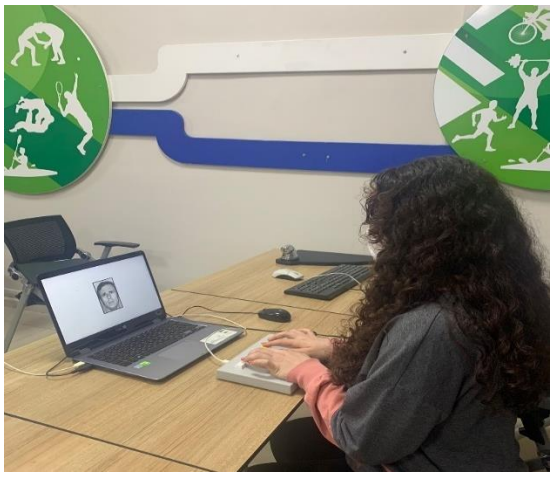
Katılımcıların yüz ve duygu tanıma becerilerini test etmek için SuperLab 5 programı ile dizayn edilen POFA (Pictures of Facial Affect) kullanılmıştır. Bu deneysel desenin kullanılmasında Işık (2017)'ın kullanmış olduğu yöntem dikkate alınmıştır.

POFA 6 farklı duygu ifadesi içeren 35 mm boyutunda siyah beyaz 110 dijital fotoğrafın olduğu bir resim serisidir. Bu resim serilerindeki ifadeler 6 farklı duyguyu barındırır ve bireylerin bu fotoğrafların gösterildiği kişiler bu fotoğraflardaki duyguları tanımlamaya çalışır. POFA'nın fotoğrafları SuperLab 5 yazılım programı kullanılarak Işık (2017)'ın kullandığı şekliyle deneysel bir simülasyon hazırlanmıştır. SuperLab hem Macintosh hem de Windows platformlarında bulunan, katılımcıların bilişsel psikolojideki klasik çalışmaları öğrenmelerini sağlayan bir yazılım paketidir. Bu yazılımın çeşitli potansiyel pedagojik kullanımları vardır. Çalışmada ayrıca SuperLab 5 programına uygun olarak çalışan Tepki pedi (Response Pad) kullanılmıştır. Bu çalışma için RB-740 tepki pedi kullanılmıştır; likert ölçeğine uygun en popüler ve genel amaçlı model olan RB-740, evet / hayır ve diğer deney türler için en uygun olan 7 yan yana dizilmiş anahtar yüzüne sahip bir tepki pedidir. RB Serisi tepki pedi, 2-3 milisaniye tepki süresi çözünürlüğü sunar. 4 adet farklı renkte (kırmızı, mavi, yeşil, sarı) sunulan değiştirilebilir anahtar yüzler RB-740 serisi üzerine istenilen yerlere takılabilmektedir.



Şekil 15. Sedanter bireyler yüz ve duygu tanıma beceri testi

SuperLab 5 programı içerisine 4 farklı duyguyu temsil eden 63 fotoğraf yüklenmiştir. Bu 63 fotoğraf SuberLab programının içerisine yüklendikten sonra öncelikle sistemin kendiliğinden random bir şekilde fotoğrafları sıralaması istenmiştir. Yazılımın random olarak belirlemiş olduğu fotoğraf sıralaması bir yere not edilerek; bir sonraki test bataryasında bu fotoğraf sıralaması kullanılmış böylece bütün örneklem grubuna fotoğraflar aynı sıra ile gösterilmiştir. Test bataryası başladığında ilk 10 sunuda katılımcının test boyunca neler yapması gerektiği ile ilgili bilgi verilmiştir. İlk sunuda katılımcıya teşekkür edilmiş ve test boyunca katılımcıya 67 adet farklı fotoğraf gösterileceği ve testin yaklaşık 2,5 dakika süreceği hatırlatılmıştır. 4 farklı duygu 4 farklı renk yani 4 farklı anahtar yüz ile belirtilmiştir. Katılımcılara kızgın olduğunu düşündüğünüz yüz ifadeleri için "Kırmızı" tuşa, mutlu olduklarını düşündükleri her bir yüz ifadesi için "Yeşil" tuşa, korktuğunu düşündükleri her bir yüz için "Mavi" tuşa, üzgün olduklarını düşündükleri yüzler için ise "Sarı" tuşa basmaları istenmiştir.



Şekil 16. Olimpik sporcular yüz ve duygu tanıma beceri testi

Katılımcıların bu renklerin hangi duyguya ait olduklarını ezberlemeleri istenmiştir. İlk 10 sunu boyunca katılımcılara herhangi bir zaman baskısı yapılmamıştır. Gerçek test başladığında ise katılımcılardan mümkün olduğunca hızlı bir şekilde yüz ifadeleri tanımlayarak doğru bir şekilde tuşlara basmaları istenmiştir. 10 sunum boyunca katılımcılara 4 farklı yüz ifadesi gösterilmiş ve sunumlardan sonra basmaları gereken tuş bir kez daha hatırlatılarak katılımcılardan renkleri ve duyguları ezberlemeleri istenmiştir. Yapılmış olan denemelerden sonra katılımcılara son bir sunu gösterilmiştir, denemenin sona ermiş olduğu bundan sonra gerçek test başlayacağı ve mümkün olduğunca hızlı bir şekilde fotoğrafları tanımlayarak karar vermeleri ve doğru tuşa basmaları istenmiştir. SuperLab 5 yazılım programı yukarıda da anlatıldığı gibi her bir katılımcı için farklı bir not defteri formatında sonuç raporu hazırlamıştır. Bu sonuç raporlarının içerisinde adayların fotoğraflara vermiş oldukları yanıtlar ve kaç saniye içerisinde tanımlayarak yanıt verdikleri yer almıştır.

2.1.6. Verilerin Değerlendirilmesi ve Analizi

Tez yazımında MS Word programı, verilerin düzenlenmesi ve grafiklerin çizilmesinde Windows MS Excel tablolama programı, istatistik testlerin yapılmasında Windows SPSS 26.0 İstatistik programı kullanılmıştır.

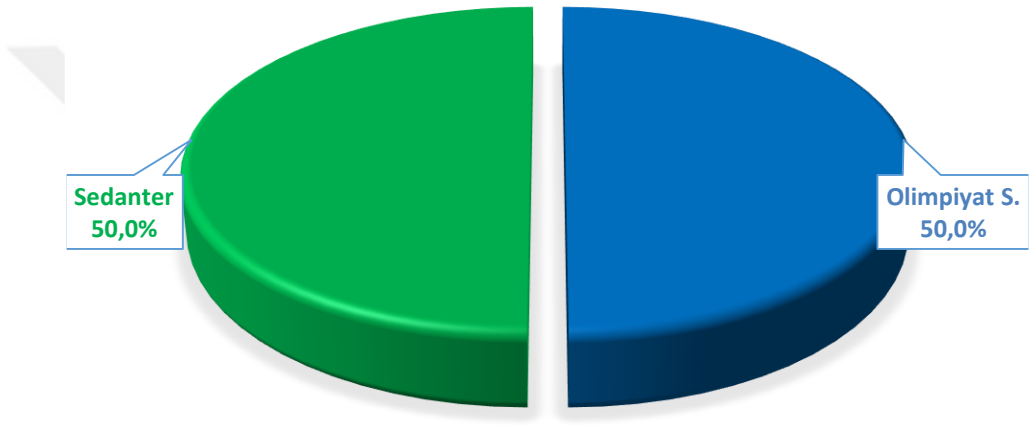
Verilerin genel özelliklerini belirlemede tanımlayıcı istatistik, çapraz tablolama (Cross Tabulation) frekans ve yüzde dağılımlar yapılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini anlamak için Shapiro Wilk ve Kolmogorov-Smirnov testlerinden faydalanılmıştır (Bkz. Ek-3). Normal dağılıma sahip olan verilere ikili karşılaştırmalar için Bağımsız Gruplarda T-testi, 3 ve üzeri grup karşılaştırmaları için ise Tek Yönlü ANOVA birden fazla bağımlı değişkenli testlerde ise MANOVA testi kullanılmıştır. Ortalamalar arasındaki farklılıkların etki büyüklüğü t-testleri için Cohen's d etki büyüklüğü katsayısı; çoklu karşılaştırmalar için ise η^2 kullanılarak anlaşılmaya çalışılmıştır. Ortaya çıkan farkları test etmek için ise Tukey HSD fark analizi kullanılmıştır. Değişkeler arasındaki ilişkileri test etmek için Pearson korelasyon analizinden faydalanılmıştır.

2.2. Bulgular

2.2.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

2.2.1.1. Katılımcıların Olimpik Sporcu/Sedanter Birey Olma Göre Dağılımları

Şekil 17'de çalışmadaki katılımcıların spor yapma durumlarına göre dağılım gösterilmektedir. Analiz neticesine göre bu çalışmaya katılanların %50,0'si (N=50) olimpiyat sporcusu, %50,0'si (N=50) ise sedanter bireylerden oluşmaktadır (Bkz. Şekil 17).



Şekil 17. Katılımcıların spor yapma durumuna göre dağılımı

2.2.1.2. Katılımcıların Cinsiyet Durumlarına Göre Dağılımı

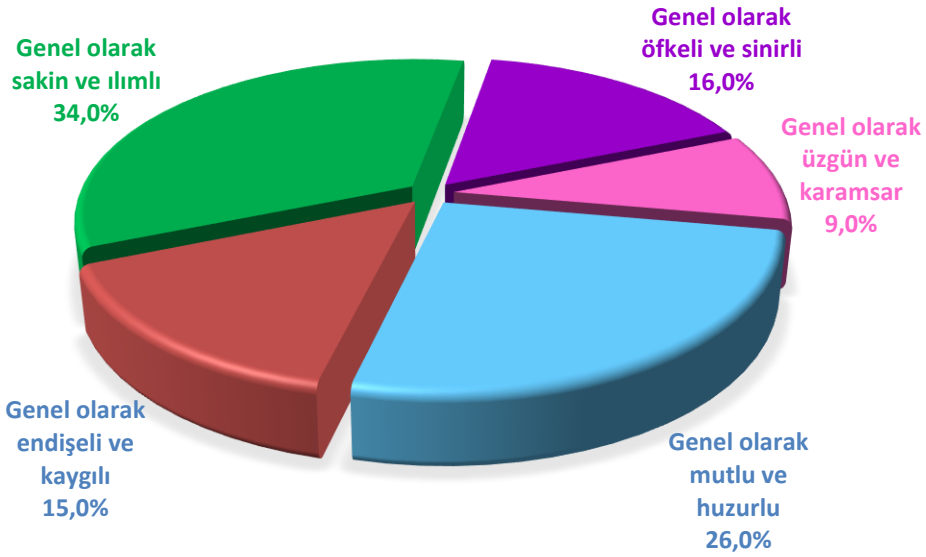
Şekil 18'de çalışmadaki katılımcıların cinsiyet durumlarına göre dağılımı gösterilmektedir. Analiz neticesine göre bu çalışmaya katılanların %55,0'i (N=55) Erkek, %45,0'i (N=45) Kadın katılımcılardan oluşmaktadır (Bkz. Şekil 18).



Şekil 18. Katılımcıların cinsiyete göre dağılımı

2.2.1.3. Katılımcıların Hissettikleri Ruh Haline Göre Dağılımları

Şekil 19'da çalışmaya katılanların hissettikleri ruh hallerine göre dağılımı gösterilmektedir. Analiz neticesine göre bu çalışmaya katılanların %34,0'ü (N=34) kendisini genel olarak sakin ve ılımlı, %26,0'ı genel olarak mutlu ve huzurlu, %16'sı (N=16) genel olarak öfkeli ve sinirli, %15'i (N=15) genel olarak endişeli ve kaygılı ve %9'u (N=9) kendisini genel olarak üzgün ve karamsar olarak tanımlamaktadır.



Şekil 19. Katılımcıların ruh haline göre dağılımı

2.2.2. Olimpiyat Sporcuları ile Sedanter Bireylerin Yüz ve Duygu Tanıma Becerileri

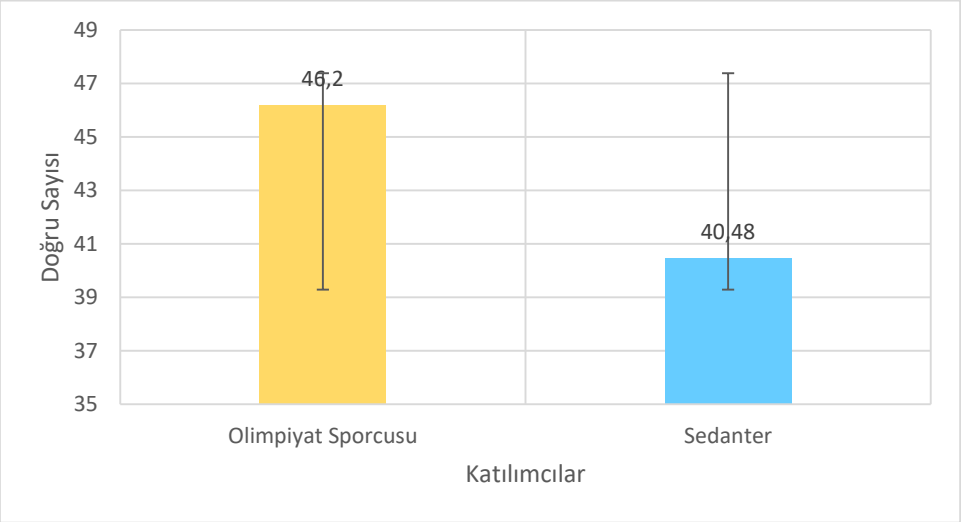
Katılımcıların olimpiyat sporcusu ve sedanter birey olup olmamasına göre yüz ve duygu tanıma beceri testinde verdikleri toplam doğru sayısı açısından herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımsız gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 2. Olimpiyat sporcusu ve sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma becerisi (Doğru Sayısı)

Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	t	df	*p*	Cohen's *d*
Olimpiyat Sporcusu	50	46.200	11.332	2.423	98	**0.017**	0.485
Sedanter	50	40.480	12.255				

Yapılan analizlere göre olimpiyatlara hazırlanan sporcuların yüz ve duygu tanıma beceri testlerinde elde ettikleri toplam puanların ortalamaları (X=46.200±11.332) sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma beceri testlerinden elde ettikleri puan ortalamalarından (X=40.480±12.255) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($t_{(98)}$=2.423;p<0.05). Cohen's d etki büyüklüğü değerlerine bakıldığında etki büyüklüğünün orta seviyede olduğu söylenebilir (Cohen, 1988).

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H_0 reddedilmiştir. Olimpiyat sporcusu veya sedanter birey olma durumuna bağlı olarak yüz ve duygu tanıma becerileri arasında istatistiki olarak önemli bir fark olduğu ortaya konulmuştur.



Şekil 20. Olimpiyat sporcuları ve sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma becerisi

2.2.3. Olimpiyat Sporcuları ile Sedanter Bireylerin Yüz ve Duygu Tanıma Becerinin Toplam Tepki Sürelerine Oranları

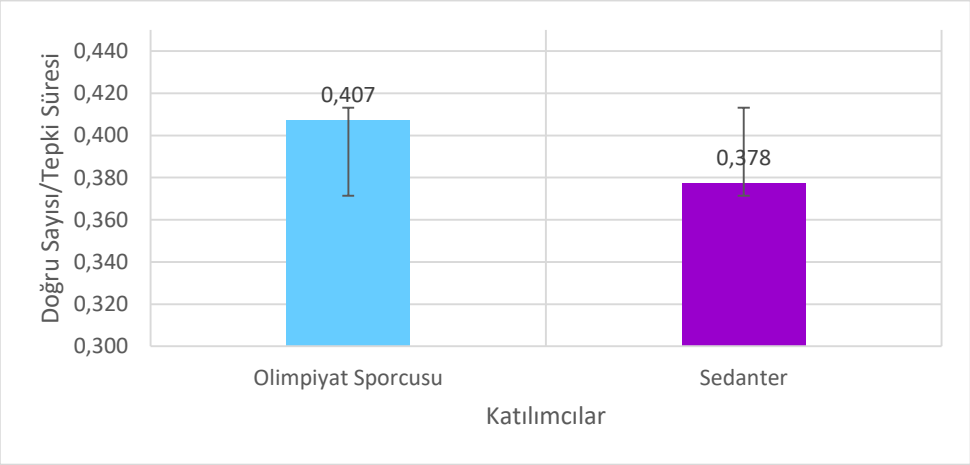
Katılımcıların olimpiyat sporcusu ve sedanter birey olup olmamasına göre yüz ve duygu tanıma beceri testinde verdikleri toplam doğru sayısının toplam tepki süresine oranı açısından herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımsız gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 3. Olimpiyat sporcusu ve sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı (Doğru Sayısı/Toplam Tepki Süresi)

Grup	N	Ortalama	Standart Sapma	t	df	*p*	Cohen's *d*
Olimpiyat Sporcusu	50	0.407	0.110	1.326	98	0.188	0.265
Sedanter	50	0.378	0.113				

Yapılan analizlere göre olimpiyatlara hazırlanan sporcuların yüz ve duygu tanıma beceri testlerinde elde ettikleri toplam puanların toplam tepki süresine oranlarının ortalamaları (X=0.407±0.110) sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma beceri testlerinden elde ettikleri puanların toplam tepki süresine oranlarının ortalamalarından (X=0.378±0.113) yüksek olsa da bu fark manidar bulunmadı ($t_{(98)}$=1.326;p>0.05).

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H_0 kabul edilmiştir. Olimpiyat sporcusu veya sedanter birey olma durumuna bağlı olarak yüz ve duygu tanıma becerilerinin toplam tepki süresine oranında istatistiki olarak önemli bir fark olmadığı ortaya konulmuştur.



Şekil 21. Olimpiyat sporcusu ve sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma becerisinin tepki süresine oranı

2.2.4. Cinsiyete Göre Yüz ve Duygu Tanıma Becerileri

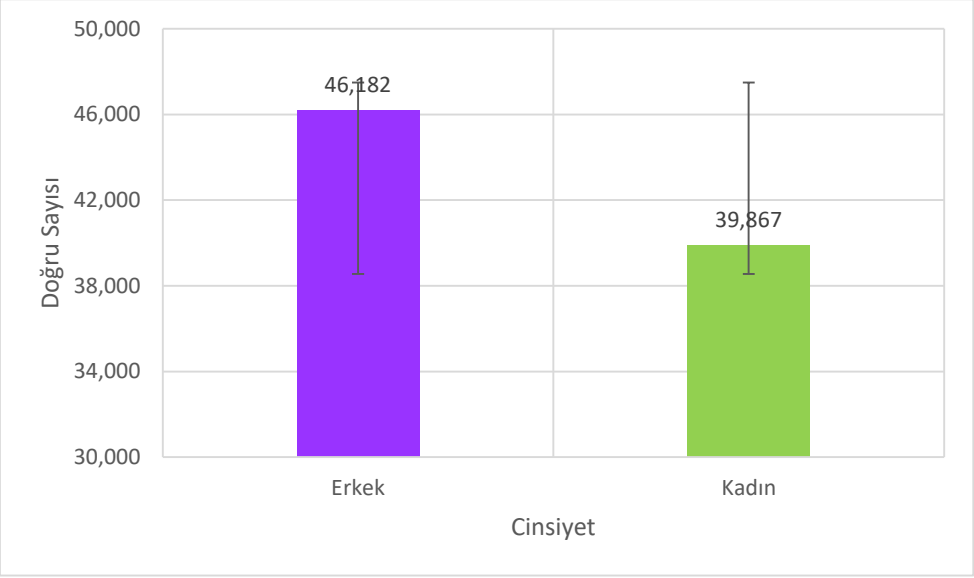
Katılımcıların cinsiyetlerine göre yüz ve duygu tanıma beceri testinde verdikleri toplam doğru sayısı açısından herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımsız gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 4. Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerisi (Doğru Sayısı)

Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	df	*p*	Cohen's *d*
Erkek	55	46.182	11.417	2.679	98	**0.009**	0.538
Kadın	45	39.867	12.101				

Yapılan analizlere göre erkek katılımcıların yüz ve duygu tanıma beceri testlerinde elde ettikleri toplam puanların ortalamaları (X=46.182±11.417) kadın katılımcıların elde ettikleri puan ortalamalarından (X=39.867±12.101) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($t_{(98)}$=2.679;p<0,05). Cohen's d etki büyüklüğü değerlerine bakıldığında etki büyüklüğünün orta seviyede olduğu söylenebilir (Cohen, 1988).

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H_0 reddedilmiştir. Cinsiyet durumuna bağlı olarak yüz ve duygu tanıma becerileri arasında istatistiki olarak önemli bir fark olduğu ortaya konulmuştur.



Şekil 22. Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerisi

2.2.5. Cinsiyete Göre Yüz ve Duygu Tanıma Becerilerinin Toplam Tepki Sürelerine Oranları

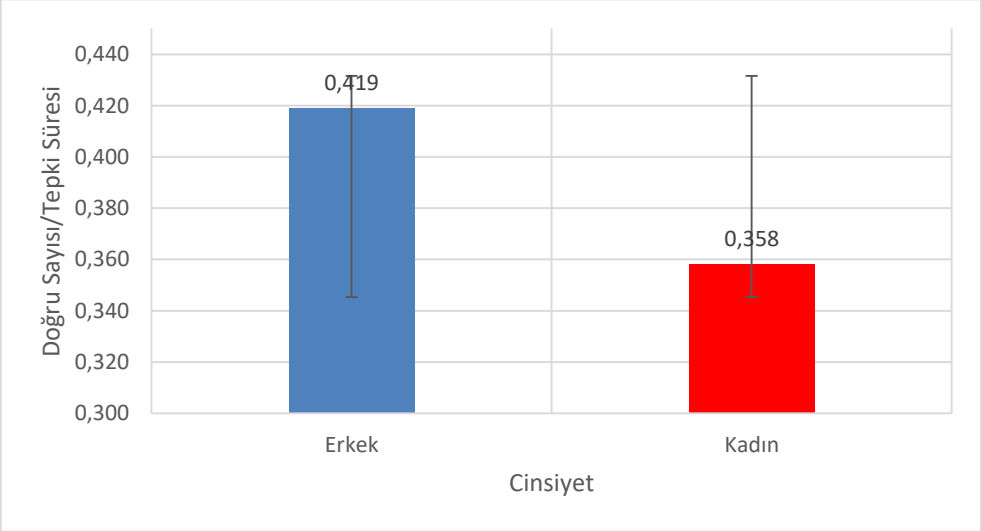
Katılımcıların cinsiyetlerine göre yüz ve duygu tanıma beceri testinde verdikleri toplam doğru sayısının toplam tepki süresine oranı açısından herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde bağımsız gruplarda t-testi uygulandı.

Tablo 5. Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı (Doğru Sayısı/Toplam Tepki Süresi)

Cinsiyet	N	Ortalama	Standart Sapma	t	df	*p*	Cohen's *d*
Erkek	55	0.420	0.114	2.790	98	0.006	0.561
Kadın	45	0.359	0.101				

Yapılan analizlere göre erkek katılımcıların yüz ve duygu tanıma beceri testlerinde elde ettikleri toplam puanların toplam tepki süresine oranlarının ortalamaları (X=0.420±0.114) kadın katılımcıların yüz ve duygu tanıma beceri testlerinden elde ettikleri puanların toplam tepki süresine oranlarının ortalamalarından (X=0.359±0.101) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($t_{(98)}$=2.790;p<0.05). Cohen's *d* etki büyüklüğü değerlerine bakıldığında etki büyüklüğünün orta seviyede olduğu söylenebilir (Cohen, 1988).

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H_0 reddedilmiştir. Cinsiyet durumuna bağlı olarak yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranında istatistiki olarak önemli bir fark olduğu ortaya konulmuştur.



Şekil 23. Cinsiyete göre yüz ve duygu tanıma becerisinin tepki süresine oranı

2.2.6. Hissedilen Ruh Haline Göre Yüz ve Duygu Tanıma Becerileri

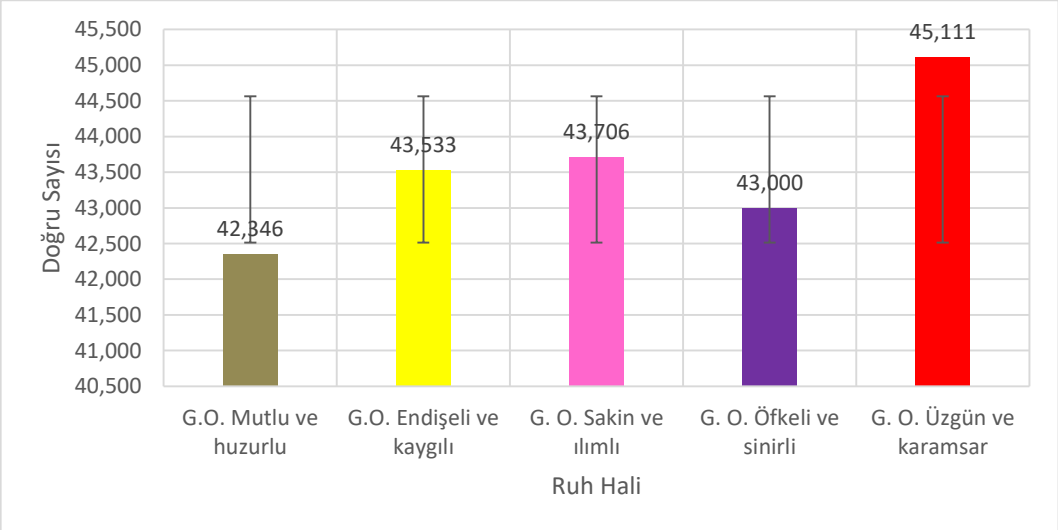
Katılımcıların genel olarak hissettikleri duygu durumu ile yüz ve duygu tanıma becerileri arasında herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde tek yönlü ANOVA testi uygulandı.

Tablo 6. Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerisi (Doğru Sayısı)

Ruh Hali	N	Ort.	Standart Sapma	Sum of Squares	df	Mean Square	F	*p*	η^2
Genel olarak öfkeli ve sinirli	16	43.000	13.266						
Genel olarak üzgün ve karamsar	9	45.111	12.859						
Genel olarak endişeli ve kaygılı	15	43.533	11.532	60.874	4	15.219	0.100	0.982	0.004
Genel olarak mutlu ve huzurlu	26	42.346	13.047						
Genel olarak sakin ve ılımlı	34	43.706	11.451						

Yapılan analizlere göre kendisini genel olarak üzgün ve karamsar bulan katılımcıların yüz ve duygu tanıma becerisi ortalama puanları (X=45.111±12.859) diğer ruh halini hisseden katılımcıların ortalamalarından daha yüksek olsa da bu fark manidar bulunmadı ($F_{(4,95)}$=0.100;p>0,05;η^2=0.004).

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H_0 kabul edilmiştir. Ruh haline bağlı olarak yüz ve duygu tanıma becerileri arasında istatistiki olarak önemli bir fark olmadığı ortaya konulmuştur.



Şekil 24. Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerisi

2.2.7. Hissedilen Ruh Haline Göre Yüz ve Duygu Tanıma Becerilerinin Toplam Tepki Sürelerine Oranları

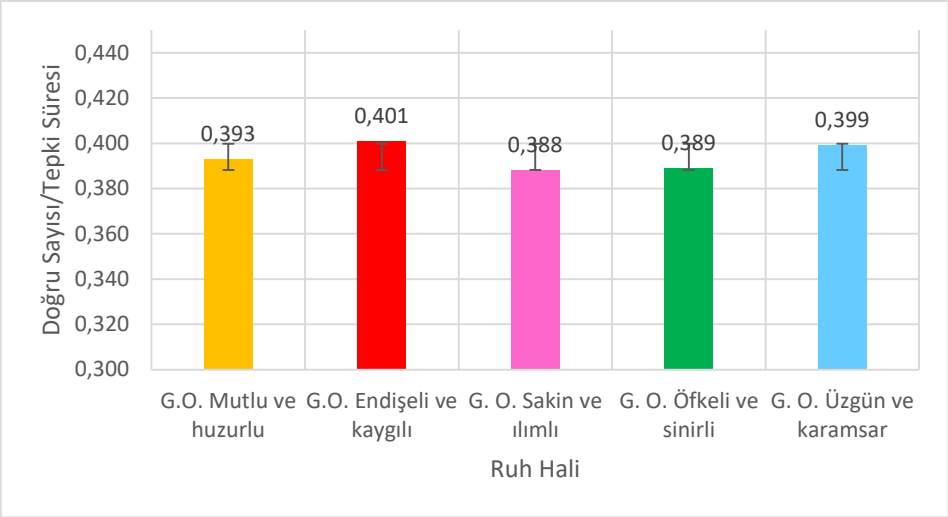
Katılımcıların genel olarak hissettikleri duygu durumu ile yüz ve duygu tanıma becerilerinin toplam tepki süresine oranı açısından herhangi anlamlı bir fark olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde tek yönlü ANOVA testi uygulandı.

Tablo 7. Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı (Doğru Sayısı/Toplam Tepki Süresi)

Ruh Hali	N	Ortalama	Standart Sapma	Sum of Squares	df	Mean Square	F	*p*	η^2
Genel olarak öfkeli ve sinirli	16	0.389	0.107						
Genel olarak üzgün ve karamsar	9	0.399	0.120						
Genel olarak endişeli ve kaygılı	15	0.401	0.088	0.003	4	6.398	0.049	0.995	0.002
Genel olarak mutlu ve huzurlu	26	0.393	0.107						
Genel olarak sakin ve ılımlı	34	0.387	0.130						

Yapılan analizlere göre hissedilen duygu durumuna göre yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranında herhangi anlamlı bir farklılık tespit edilemedi ($F_{(4,95)}$=0.049;p>0,05;η^2=0.002). Genel olarak endişeli ve kaygılı olan katılımcıların ortalamaları (X=105,650+/-13,17) diğer katılımcıların ortalamalarından daha yüksek olsa da bu fark manidar bulunmadı.

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H_0 kabul edilmiştir. Ruh haline bağlı olarak yüz ve duygu tanıma becerilerinin toplam tepki süresine oranında istatistiki olarak önemli bir fark olmadığı ortaya konulmuştur.



Şekil 25. Hissedilen ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerisinin tepki süresine oranı

2.2.8. Yaşa Göre Yüz ve Duygu Tanıma Becerileri ve Yüz ve Duygu Tanıma Becerisinin Toplam Tepki Süresine Oranlarının İlişkisi

Katılımcıların yaşları ile yüz-duygu tanıma becerileri ve yüz-duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde Pearson korelasyon analizinden faydalanıldı.

Tablo 8. Yaş ile yüz-duygu tanıma ve yüz-duygu tanıma/toplam tepki süresi arasındaki ilişki

	Yaş	**Doğru Sayısı/Toplam Tepki Süresi**	**Doğru Sayısı**
Yaş	1	0,007	0,148
Doğru Sayısı/Toplam Tepki Süresi		1	,644**
Doğru Sayısı			1

Yapılan analizlere göre katılımcıların yaşları ile yüz ve duygu tanıma becerisi arasında herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır (r:0.148;p>0,05). Yine benzer şekilde katılımcıların yaşları ile yüz-duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı arasında herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır (r:0.007;p>0,05). Katılımcıların yüz ve duygu tanıma becerileri ile yüz-duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı arasında ise pozitif yönde ve anlamlı ilişkilere rastlanmıştır (r:0.644;p<0,05).

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H_0 kabul edilmiştir. Yaşa ile yüz ve duygu tanıma becerilerinde ve yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranları arasında istatistiki olarak önemli bir ilişki olmadığı ortaya konulmuştur.

2.2.9. Olimpiyat Sporcuları ile Sedanter Bireylerin Kişilik Özellikleri

Beş faktör kişilik ölçeğinin alt boyutları üzerinden elde edilen doğrusal bileşenin olimpik sporcu ve sedanter bireyler arasında farklılık gösterip göstermeyeceğini anlamak için çok değişkenli ANOVA testinden faydalanılmıştır. Yapılan çok değişkenli ANOVA sonuçlarına göre beş faktör kişilik özelliği alt boyut puanlarından oluşan doğrusal bileşenden elde edilen puanlar katılımcıların olimpiyat sporcusu ya da sedanter birey olmasına bağlı olarak değişmediğini göstermiştir (Wilks (Λ)=0.939; $F_{(5,94)}$=1.220; p>0.05).

Tablo 9. Beş faktör kişilik ölçeği-olimpiyat sporcusu veya sedanter bireyler çok değişkenli ANOVA sonuçları

Cases	df	Approx. *F*	Wilks' Λ	Num df	Den df	*p*
(Intercept)	1	4.020.259	0.005	5	94.000	<.001
Sporcu	1	1.220	0.939	5	94.000	0.306
Residuals	98					

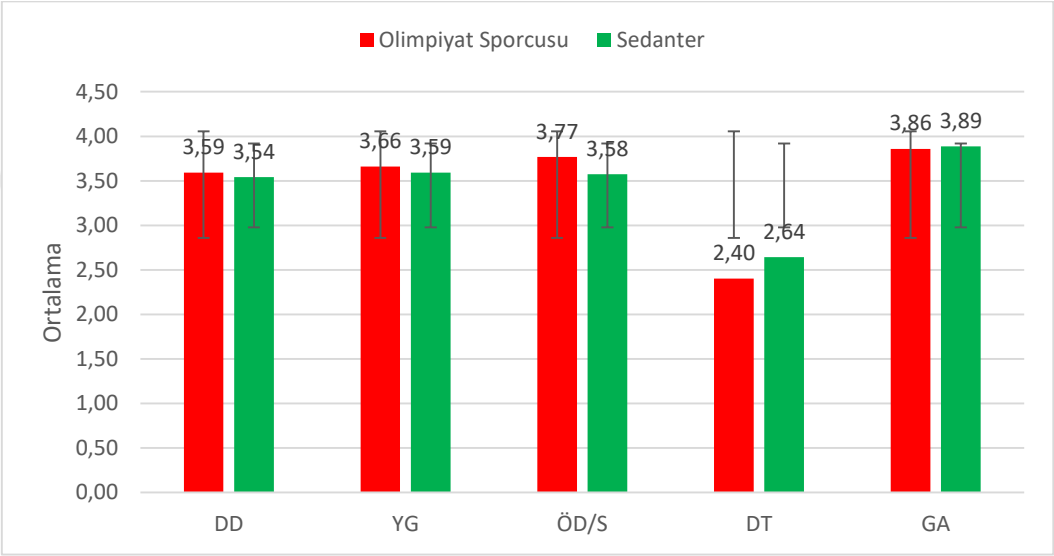
Beş faktör kişilik ölçeğinin beş faktörüne ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri ile olimpik sporcu veya sedanter birey olma durumunda göre faktör bazında yapılan tek yönlü ANOVA sonuçları Tablo 10'da gösterilmektedir.

Tablo 10. Beş faktör kişilik ölçeği alt boyutlarının olimpiyat sporcusu veya sedanter birey olma durumuna göre tek yönlü ANOVA sonuçları

Kişilik Özellikleri	Sporcu	Ort.	Sdt. S.	Sum of Squares	df	Mean Square	F	*p*	η^2
Dışa Dönüklük	Olimpiyat Sporcusu	3.594	0.516	0.069	1	0.069	0.234	0.630	0.002
	Sedanter	3.541	0.571						
Yumuşak Başlılık/ Geçimlilik	Olimpiyat Sporcusu	3.660	0.527	0.115	1	0.115	0.360	0.550	0.004
	Sedanter	3.592	0.602						
Öz-Denetim/ Sorumluluk	Olimpiyat Sporcusu	3.767	0.504	0.924	1	0.924	3127	0.080	0.031
	Sedanter	3.575	0.580						
Duygusal Tutarsızlık	Olimpiyat Sporcusu	2.404	0.793	1431	1	1431	2563	0.113	0.025
	Sedanter	2.643	0.699						
Gelişime Açıklık	Olimpiyat Sporcusu	3.860	0.546	0.017	1	0.017	0.073	0.787	0.000
	Sedanter	3.886	0.405						

Yapılan tek yönlü ANOVA sonuçlarına göre beş faktör kişilik ölçeğinin hiçbir alt boyutunda olimpiyat sporcuları ile sedanter bireyler arasında anlamlı farklılıklara rastlanmamıştır. Olimpiyat sporcuları olumlu kişilik özelliklerinde genel anlamda daha yüksek puan ortalamaları elde etmiş olsa da bu fark manidar bulunmadı.

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H_0 kabul edilmiştir. Olimpiyat sporcusu veya sedanter birey olma durumuna bağlı olarak kişilik özelliklerinde istatistiki olarak önemli bir fark olmadığı ortaya konulmuştur.



Şekil 26. Olimpiyat Sporcusu ve sedanter katılımcıların kişilik özellikleri

2.2.10. Cinsiyete Göre Kişilik Özellikleri

Beş faktör kişilik ölçeğinin alt boyutları üzerinden elde edilen doğrusal bileşenin kadın ve erkek katılımcılar arasında farklılık gösterip göstermeyeceğini anlamak için çok değişkenli ANOVA testinden faydalanılmıştır. Yapılan çok değişkenli ANOVA sonuçlarına göre beş faktör kişilik özelliği alt boyut puanlarından oluşan doğrusal bileşenden elde edilen puanlar katılımcıların erkek yada kadın olmasına bağlı olarak değiştiğini göstermiştir (Wilks (Λ)=0.826; $F_{(5,94)}$=3.952; p<0.05).

Tablo 11. Cinsiyete göre beş faktör kişilik ölçeği çok değişkenli ANOVA sonuçları

Cases	df	Approx. *F*	Wilks' Λ	Num df	Den df	*p*
(Intercept)	1	4.023.095	0.005	5	94.000	<.001
Cinsiyet	1	3.952	0.826	5	94.000	0.003
Residuals	98					

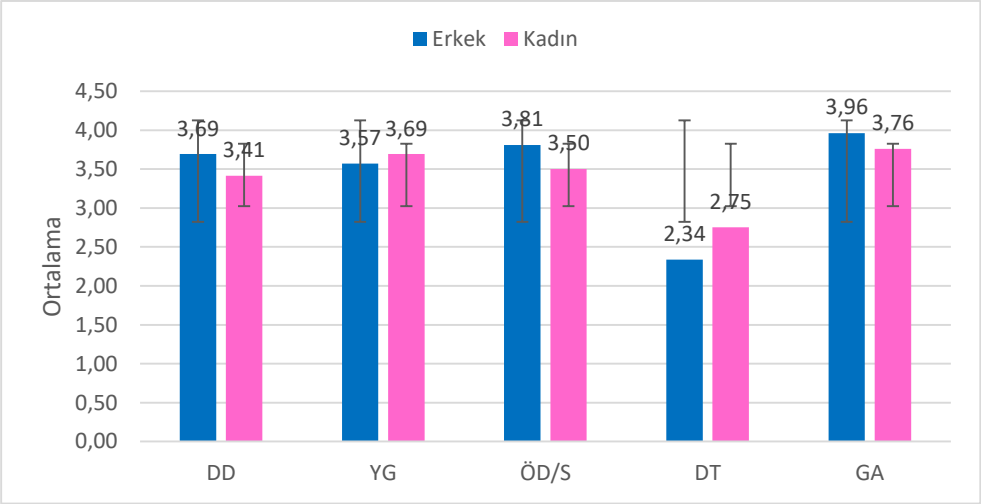
Beş faktör kişilik ölçeğinin beş faktörüne ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri ile kadın veya erkek olma durumunda göre faktör bazında yapılan tek yönlü ANOVA sonuçları Tablo 12'de gösterilmektedir.

Tablo 12. Beş faktör kişilik ölçeği alt boyutlarının cinsiyete göre tek yönlü ANOVA sonuçları

Kişilik Özellikleri	Cinsiyet	Ortalama	Standart Sapma	Sum of Squares	df	Mean Square	F	*p*	η^2
Dışa Dönüklük	Erkek	3.693	0.547	1.922	1	1.922	6.939	0.010	0.066
	Kadın	3.414	0.499						
Yumuşak Başlılık/ Geçimlilik	Erkek	3.570	0.522	0.374	1	0.374	1.178	0.281	0.012
	Kadın	3.693	0.611						
Öz-Denetim/ Sorumluluk	Erkek	3.810	0.500	2.360	1	2.360	8.400	0.005	0.079
	Kadın	3.501	0.564						
Duygusal Tutarsızlık	Erkek	2.336	0.740	4.313	1	4.313	8.155	0.005	0.077
	Kadın	2.753	0.712						
Gelişime Açıklık	Erkek	3.963	0.475	1.004	1	1.004	4.537	0.036	0.044
	Kadın	3.762	0.465						

Yapılan tek yönlü ANOVA sonuçlarına göre dışa dönüklük alt boyutunda erkek katılımcıların ortalamaları (X=3.693+/-0.547) kadın katılımcıların ortalamalarından (X=3.414+/-0.499) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($F_{(1,98)}$=6.939;p<0,05;η^2=0.066). Öz-denetim/sorumluluk alt boyutunda erkek katılımcıların ortalamaları (X=3.810+/-0.500) kadın katılımcıların ortalamalarından (X=3.501+/-0.564) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($F_{(1,98)}$=8.400;p<0,05;η^2=0.079). Duygusal tutarsızlık alt boyutunda ise kadın katılımcıların ortalamaları (X=2.753+/-0.712) erkek katılımcıların ortalamalarından (X=2.336+/-0.740) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($F_{(1,98)}$=8.155;p<0,05;η^2=0.077). Son olarak gelişime açıklık alt boyutunda ise erkek katılımcıların ortalamaları (X=3.963+/-0.475) kadın katılımcıların ortalamalarından (X=3.762+/-0.465) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu ($F_{(1,98)}$=4.537;p<0,05;η^2=0.044). Yumuşak Başlılık/ geçimlililik alt boyutunda ise herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H_0 reddedilmiştir. Cinsiyet durumuna bağlı olarak kişilik özelliklerinde istatistiki olarak önemli bir fark olduğu ortaya konulmuştur.



Şekil 27. Cinsiyet göre kişilik özellikleri

2.2.11. Yaşa Göre Kişilik Özellikleri

Katılımcıların yaşları ile beş faktör kişilik ölçeğinin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını araştırmak için α=0.05 anlamlılık düzeyinde Pearson korelasyon analizinden faydalanıldı.

Tablo 13. Yaş ve kişilik özellikleri ilişkisi

		Dışadönüklük	Yumuşakbaşlılık /Geçimlilik	Öz-Denetim /Sorumluluk	Duygusal Tutarsızlık	Gelişime Açıklık
Yaş	Pearson Cor.	-0,078	0,032	-0,039	0,107	0,221*
	p	0,44	0,751	0,702	0,291	0,027

Yapılan analizlere göre katılımcıların yaşları ile gelişime açıklık alt boyutu arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişkiye rastlanmıştır (r:0.221; p<0.05). Farklı bir ifade ile katılımcıların yaşları arttıkça gelişime açıklık düzeylerinde artışlar meydana gelmektedir. Bireyler yaş aldıkça daha gelişime açık bireyler haline dönüşmüşlerdir. Diğer alt boyutlar ile yaş arasında herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H_0 reddedilmiştir. Yaş durumuna bağlı olarak kişilik özelliklerinde istatistiki olarak önemli bir fark olduğu ortaya konulmuştur.

2.2.12. Hissedilen Ruh Haline Göre Kişilik Özellikleri

Beş faktör kişilik ölçeğinin alt boyutları üzerinden elde edilen doğrusal bileşenin katılımcıların genel olarak hissettikleri duygu durumları arasında farklılık gösterip göstermeyeceğini anlamak için çok değişkenli ANOVA testinden

faydalanılmıştır. Yapılan çok değişkenli ANOVA sonuçlarına göre beş faktör kişilik özelliği alt boyut puanlarından oluşan doğrusal bileşenden elde edilen puanlar katılımcıların ruh hallerine bağlı olarak değiştiğini göstermiştir (Wilks (Λ)=0.539; $F_{(5,94)}$=3.096; p<0.05).

Tablo 14. Ruh haline göre beş faktör kişilik ölçeği çok değişkenli ANOVA sonuçları

Cases	df	Approx. F	Wilks' Λ	Num df	Den df	p
(Intercept)	1	4.502.764	0.004	5	91.000	< .001
Ruh Hali	4	3.096	0.539	20	302.763	< .001
Residuals	95					

Beş faktör kişilik ölçeğinin beş faktörüne ilişkin ortalama ve standart sapma değerleri ile katılımcıların hissettikleri ruh hallerine göre faktör bazında yapılan tek yönlü ANOVA sonuçları Tablo 15'te gösterilmektedir. Analizler sonucunda gruplar arasında fark çıkması durumunda farkların hangi gruplardan kaynaklandığını anlamak için ikinci derece Tukey HSD testinden faydalanılmıştır.

Tablo 15. Beş faktör kişilik ölçeği alt boyutlarının hissedilen ruh haline göre tek yönlü ANOVA sonuçları

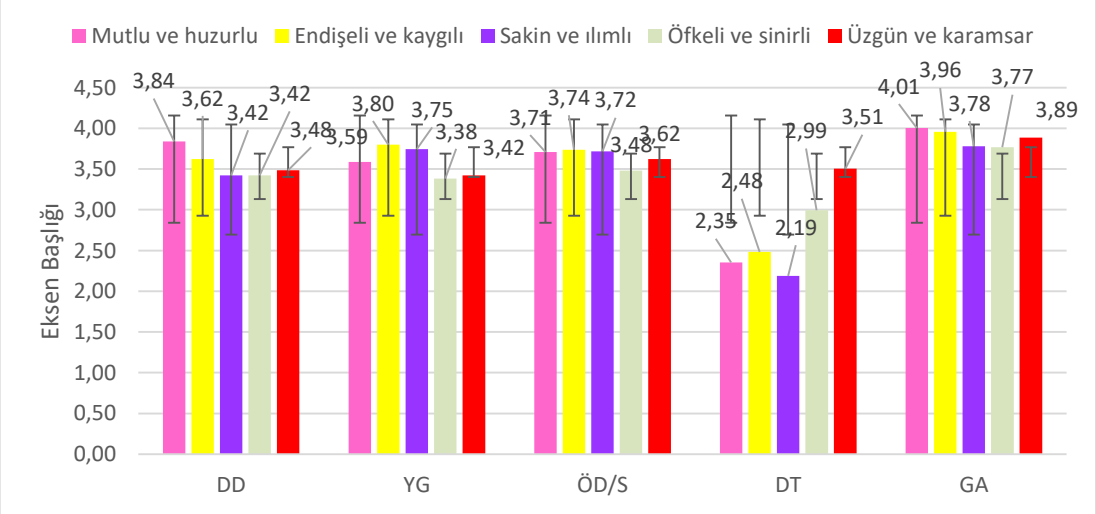
Kişilik Özellikleri	Ruh Hali	Ort.	Std. Sapma	Sum of Squares	df	Mean Square	F	p	η^2	Fark
Dışa Dönüklük	Mutlu ve huzurlu	3.840	0.535	3.067	4	0.767	2.801	0.030	0.106	1>3
	Endişeli ve kaygılı	3.623	0.578							
	Sakin ve ılımlı	3.424	0.566							
	Öfkeli ve sinirli	3.424	0.387							
	Üzgün ve karamsar	3.484	0.413							
Yumuşak Başlılık/ Geçimlilik	Mutlu ve huzurlu	3.586	0.627	2.280	4	0.570	1.855	0.125	0.072	
	Endişeli ve kaygılı	3.799	0.625							
	Sakin ve ılımlı	3.746	0.489							
	Öfkeli ve sinirli	3.385	0.462							
	Üzgün ve karamsar	3.424	0.590							
Öz-Denetim/ Sorumluluk	Mutlu ve huzurlu	3.708	0.499	0.774	4	0.193	0.631	0.641	0.026	
	Endişeli ve kaygılı	3.738	0.729							
	Sakin ve ılımlı	3.716	0.527							
	Öfkeli ve sinirli	3.480	0.549							
	Üzgün ve karamsar	3.624	0.470							
Duygusal Tutarsızlık	Mutlu ve huzurlu	2.353	0.695	16.783	4	4.196	10.128	< .001	0.299	4>1
	Endişeli ve kaygılı	2.484	0.421							4>3
	Sakin ve ılımlı	2.190	0.656							5>1
	Öfkeli ve sinirli	2.994	0.537							5>2
	Üzgün ve karamsar	3.506	0.884							5>3
Gelişime Açıklık	Mutlu ve huzurlu	4.005	0.468	1.029	4	0.257	1.128	0.348	0.045	
	Endişeli ve kaygılı	3.955	0.375							
	Sakin ve ılımlı	3.779	0.548							
	Öfkeli ve sinirli	3.769	0.440							
	Üzgün ve karamsar	3.887	0.421							

Yapılan tek yönlü ANOVA sonuçlarına göre katılımcıların hissettikleri ruh halleri açısından dışadönüklük alt boyutunda anlamlı farklılıklara rastlanmıştır

($F_{(4,94)}$=2.801;p<0,05;η^2=0.106). Yapılan ikinci derece Tukey HSD testine göre genel olarak kendisini mutlu ve huzurlu hisseden katılımcıların dışadönüklük alt boyut ortalamaları (X=3.840+/-0.535) kendisini sakin ve ılımlı hisseden katılımcıların ortalamalarından (X=3.424+/-0.566) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu.

Katılımcıların hissettikleri ruh halleri açısından duygusal tutarsızlık alt boyutunda anlamlı farklılıklara rastlanmıştır ($F_{(4,94)}$=10.128;p<0.05;η^2=0.299). Yapılan ikinci derece Tukey HSD testine göre genel olarak kendisini üzgün ve karamsar hisseden katılımcıların duygusal tutarsızlık alt boyut ortalamaları (X=3.506+/-0.884) kendisini hem mutlu ve huzurlu hisseden katılımcıların ortalamalarından (X=2.353+/-0.695) hem endişeli ve kaygılı hisseden katılımcıların ortalamalarından (X=2.484+/-0.421) hem de sakin ve ılımlı hisseden katılımcıların duygusal tutarsızlık ortalamalarından (X=2.190+/-0.656) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu. Ayrıca kendisini öfkeli ve sinirli hisseden katılımcıların duygusal tutarsızlık alt boyut ortalamaları (X=2.994+/-0.537) kendisini hem mutlu ve huzurlu hisseden katılımcıların ortalamalarından (X=2.353+/-0.695) hem de sakin ve ılımlı hisseden katılımcıların ortalamalarından (X=2.190+/-0.656) anlamlı şekilde daha yüksek bulundu.

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H_0 reddedilmiştir. Hissedilen ruh durumuna bağlı olarak kişilik özelliklerinde istatistiki olarak önemli bir fark olduğu ortaya konulmuştur.



Şekil 28. Katılımcıların ruh hallerine göre kişilik özellikleri

2.2.13. Olimpiyat Sporcuları ile Sedanter Bireylerin Yüz ve Duygu Tanıma Becerileri ile Kişilik Özelliklerinin İlişkisi

Yüz ve duygu tanıma becerileri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişki olimpik sporcular ve sedanter bireyler açısından ayrı ayrı olacak şekilde Pearson korelasyon analizi ile test edilmiştir. Yapılan analizlere göre olimpik sporcular arasında katılımcıların yüz ve duygu tanıma becerileri ile gelişime açıklık kişilik özelliği arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir (r:.301; p<0.05). Olimpik sporcular arasında diğer kişilik özellikleri ile katılımcıların yüz ve duygu tanıma becerileri arasında herhangi anlamlı bir ilişki tespit edilememiştir. Sedanter bireylerin kişilik özellikleri ile yüz ve duygu tanıma becerileri arasında da herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Bu sonuçlara göre orijinal hipotezimiz H0 reddedilmiştir. Olimpiyat sporcuları ile sedanter bireylerin duygu tanıma becerileri ile kişilik özellikleri arasında önemli bir ilişki olduğu ortaya konulmuştur.

Tablo 16. Olimpiyat sporcuları ile sedanter bireylerin kişilik özellikleri ile yüz ve duygu tanıma becerileri arasındaki ilişki

Sporculuk Düzeyi		Dışa Dönüklük	Yumuşak Başlılık /Geçimlilik	Öz-Denetim /Sorumluluk	Duygusal Tutarsızlık	Gelişime Açıklık
Olimpik	Pearson Cor.	0,083	-0,06	0,058	0,038	0,301*
Sporcu	*p*	0,566	0,679	0,687	0,795	0,034
Sedanter	Pearson Cor.	-0,121	0,113	-0,204	-0,067	0,088
Bireyler	*p*	0,404	0,435	0,155	0,644	0,542

3. TARTIŞMA VE SONUÇ

3.1. Tartışma

Bu araştırmada, üst düzeyde spora katılım sağlayan sporcular ile sedanter bireylerin yüz ve duygu tanımla becerileri arasındaki farklar ortaya konulmaya çalışılmıştır. Araştırma içerisinde yüz ve duygu tanıma becerileri farklı demografik değişkenler açısından da incelenmiştir. Ayrıca katılımcıların sahip oldukları kişilik özellikleri ile yüz ve duygu tanıma becerileri arasındaki ilişki ortaya konulmuştur.

Yapılan analizlere göre olimpiyatlara hazırlanan sporcuların yüz ve duygu tanıma beceri testlerinde elde ettikleri toplam puanların ortalamaları sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma beceri testlerinden elde ettikleri puan ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksek bulundu. Ayrıca katılımcıların yüz ve duygu tanıma beceri testlerinden elde ettikleri toplam puanların toplam tepki sürelerine oranları da karşılaştırılmış, olimpiyatlara hazırlanan sporcuları ile sedanter bireyler arasında herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Literatür incelendiğinde üst düzeyde spor yapmanın yüz ve duygu tanıma becerisi üzerindeki etkisini net bir şekilde ortaya koyan çok sınırlı çalışmaya rastlanmıştır. Ancak farklı yüz ifadelerinin egzersiz sırasında algılanan efor üzerindeki etkisini (Philippen vd., 2012), görme engelli ve engelli olmayan sporcuların madalya aldıkları sırada yüz ifadelerini karşılaştıran (Matsumuto ve Willingham, 2009), işitme engelli ve engelli olmayan milli sporcuların yüz ve duygu tanıma becerilerini karşılaştıran (Işık, 2017) ve spor dallarına göre yüz tanımla becerilerini karşılaştıran (Shin ve Lin, 2016) çalışmalara rastlamak mümkündür. Tüm bu çalışmaların genelinde egzersiz yapmanın yüz ve duygu tanıma becerisi üzerindeki etkileri tartışılmış ve egzersiz yapmanın birçok fiziksel ve ruhsal faydasının yanı sıra yüz ve duygu tanıma becerileri üzerinde de etkili olabileceği belirtilmiştir. Nitekim Işık (2021)'ın yaptığı çalışmada milli ve sedanter 10'ar katılımcının yüz ve duygu tanıma becerileri karşılaştırılmış ve bizim çalışmamıza benzer sonuçlar elde edilmiştir.

Yüz ve duygu tanıma becerisine karar verebilmek için 63 farklı fotoğraftan katılımcıların doğru sayıları kaydedilmiştir. Ancak katılımcıların yüz ifadelerini gördükleri anda yüz ifadelerine uzun bir süre bakarak yüz ifadesinin hangi duyguya ait olduğuna karar verebilme ihtimalide bulunmaktadır. Her ne kadar test başında

katılımcılar bu konuda uyarılsa da bazı katılımcılar yüz ifadelerine karar verirken belirli bir süre düşünmüşlerdir. Bu durumdan dolayı bu çalışmanın içerisinde toplam doğru sayısı testi tamamlama süresi olan toplam tepki süresine bölünmüş ve bazı analizler bu yeni değişken üzerinden yapılmıştır. Yapılan analizler sonucunda olimpiyat sporcuları ile sedanter bireylerin toplam doğru sayısının topla tepki süresine oranı açısından herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Olimpiyat sporcularının toplam doğru sayısı daha fazla iken doğru sayısının toplam tepki süresi oranında herhangi anlamlı bir fark çıkmaması olimpiyat sporcularının yüz ifadelerine bakarken fazla zaman geçirmelerinden ya da sedanter bireylerin daha hızlı cevap vermeye çalışmalarından kaynaklanıyor olabilir. Olimpiyat sporcuları araştırmacıların olabildiğince hızlı olmalısın komutunu görmezden gelerek görevi daha iyi bir şekilde yerine getirme üzerinde durmuş olabilirler. Işık (2021)'ın yapmış olduğu çalışama da sadece toplam tepki süreleri milli sporcular ve sedanter bireyler açısından karşılaştırılmış ve milli sporcuların testi daha hızlı tamamladıkları tespit edilmiştir. Ortaya çıkan bu bulgu ile çalışmamız arasında ise zıtlık mevcuttur.

Yapılan analizlere göre cinsiyet açısından katılımcıların yüz ve duygu tanıma becerileri arasında anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Ayrıca toplam doğru sayısının toplam tepki süresine oranı açısından da anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Her iki durumda da erkek katılımcıların ortalama değerleri kadın katılımcıların ortalama değerlerinden anlamlı şekilde daha yüksek bulundu. Erkek katılımcılar kadın katılımcılara oranla hem doğru yüz ifadesini tespit etmede hem de bu doğru yüz ifadelerini bulurken hızlı tepki vermek açısından kadın katılımcılara oranla anlamlı skorlar elde etmişlerdir. Birçok araştırma, kadınların duyguları tanımadaki avantajının altını çizmektedir. Hatta bazı çalışmalar kadınların bebeklikten itibaren erkeklere göre duyguları tanıma noktasında daha avantajlı olduklarını belirtmişlerdir (Olderbak vd., 2018; Sullivan vd., 2017; Thompson ve Voyer, 2014). Özellikle farklı duyguları tanıma noktasında cinsiyetin rolünü araştıran çalışmalarda öfke, korku gibi duyguları kadınların erkeklere göre çok daha rahat tanımladıkları anlaşılmaktadır (Abbruzzese vd., 2019; Sullivan vd., 2017). Ancak birçok çalışma, cinsiyet farklılıklarının yaş aralıklarından direkt olarak etkilendiğini ortaya koymaktadır (Olderbak vd., 2018). Thompson ve Voyer (2014) en büyük cinsiyet farklılıklarının gençler ve genç yetişkinler arasında olduğunu ve bu farkın erkekler yönünde olduğunu belirtirken,

Demenescu vd. (2014) kadınların orta ve ileri yaşlarda duyguları tanımada erkeklerden daha iyi performans gösterdiğinin belirtmiştir. Çalışmamızda erkeklerin kadınlara göre daha anlamlı skorlar elde etmesinin sebebi çalışmaya katılan katılımcıların genellikle genç bireylerden oluşmasında kaynaklanıyor olabilir.

Katılımcıların hissettikleri ruh haline göre yüz ve duygu tanıma becerileri incelenmiş olup, yapılan analizler sonucunda herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Ayrıca toplam doğru sayısının toplam tepki süresine olan oranı da hissedilen ruh haline göre incelenmiş ve bu analizler sonucunda da herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Her ne kadar anlamlı bir farklılık çıkmasa da toplam doğru sayısında genel olarak üzgün ve karamsar katılımcıların; toplam doğru sayısının toplam tepki süresine oranı değişkeninde ise genel olarak endişeli ve kaygılı katılımcıların ortalamaları daha yüksek bulunmuştur. Duyguların yüz ifadeleri, fizyolojik bağıntıları olan ve başkalarına sıkıntı, kaygı ya da mutluluk gibi içsel durumları işaret eder ve dolayısıyla sosyal etkileşimlerde çok önemli olan karmaşık zihinsel durumlardır. Monti vd. (2013)'nin yaptıkları çalışmada 50 üniversite öğrencisinin psikiyatrik semptomları belirlenmiş ve bu semptomların duygu tanıma üzerindeki etkisi araştırılmıştır. Çalışma sonucunda obsesif-kompulsif belirtiler gösteren katılımcıların iğrenme duygusunu daha kolay tanımladıkları gözlenmiştir. Anksiyete bozukluğu olan katılımcıların korku duygusunu tanıması açısından pozitif, fobik kaygı tanısı ile üzüntü tanıma arasında negatif ilişkiler tespit edilmiştir. Mutluluğu tanıma, güvene dayalı bağlanma stiliyle pozitif ilişkiliyken, üzüntü ve sürpriz duygularını tanıma, ilişkileri ikinci planda görmeye dayalı bağlanma stiliyle negatif ilişkilidir. Çalışmamızda herhangi bir farkın ortaya çıkmamasının temel sebebi katılımcıların sağlıklı bireylerden oluşmuş ve ruh hallerini kendi beyanlarıyla ortaya koymuş olmalarından kaynaklanıyor olabilir. Her ne kadar anlamlı farklılıklar çıkmasa da ortalama puan açısından endişeli ve kaygılı ve üzgün ve karamsar katılımcıların daha yüksek skorlar elde etmeleri yukarıdaki çalışma ile benzerlik göstermektedir.

Katılımcıların yaşları ile yüz-duygu tanıma becerileri ve yüz-duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranları arasında anlamlı bir ilişki olup olmadığını tespit etmek için yapılan analizler sonucunda; yaş ile yüz-duygu tanıma becerileri ve yaş ile yüz-duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranları arasında herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Literatürde daha önce yapılmış olan birçok

çalışma, yaşlı yetişkinlerin, özellikle de öfke, üzüntü ve korkuyu tanımlarken genç yetişkinlerden daha kötü performanslar sergilediği ortaya koymuştur (Isaacowitz ve Stanley, 2011; Sullivan vd., 2017). Bunun yanında yakın zamanda yapılan çalışmalarda, yaş farklılıklarının mutluluk gibi tanımlaması kolay olan duygular arasında oldukça sınırlı farklılıklar ortaya çıkarttığı vurgulanmıştır (Mienaltowski vd., 2019). Abbruzzese vd. (2019)'nin yaptıkları çalışmada ise genç katılımcılar yaşlı katılımcılara oranla üzüntü, korku, sürpriz ve toplam puanlarda önemli ölçüde daha skorlar elde ettiler. Farklı bir ifade ile yaş arttıkça duygu tanıma becerisinde önemli ölçüde gerilemeler tespit edildi. Yapılan bu çalışmada yaş ile yüz-duygu tanıma becerileri ve yüz-duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranları arasında herhangi anlamlı bir farklılık ortaya çıkmaması katılımcıların yaşlarının birbirine yakın olmasından kaynaklanıyor olabilir. Bizim çalışmamıza katılan katılımcıların hepsi genç katılımcılar olup yaşları arasında çok fazla farklılık bulunmamaktadır.

Olimpiyat sporcusu veya sedanter birey olma açısından beş faktör kişilik özelliklerinin alt boyutlarında herhangi bir anlamlı ilişki olup olmadığını tespit etmek için yapılan analizler sonucunda herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Farklı bir ifade ile olimpiyat sporcusu olan bireylerle sedanter bireyler arasında kişilik özellikleri açısından herhangi bir fark yoktur. Literatür incelendiğinde spora katılım ile kişilik arasındaki ilişkiyi farklı bulgularla açıklayan çalışmalara rastlamak mümkündür (Egan ve Stelmack, 2003; Egloff ve Gruhn, 1996; Kajtna vd., 2004; Malinauskas vd., 2014; Mckelvie vd., 2003; Paunonen, 2003; Saygılı vd., 2015; Mirzaei vd.,2013). Ancak bu çalışmaların çoğunda spora katılımın derecesi herhangi bir şekilde kontrol altına alınmamıştır. Ayrıca bu çalışmalarda genel itibari ile takım sporları üzerine odaklanılmış, çok az sayıda çalışmada takım sporcuları ile bireysel sporcular kişilik özellikleri açısından karşılaştırılmıştır (Allen vd., 2011). Steca vd. (2018)'nin yaptığı çalışmada gelişime açıklık hariç tüm alt boyutlarda spor yapan bireyler yapmayan bireylere oranla anlamlı şekilde daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir. Bizim çalışmamızda herhangi bir farkın ortaya çıkmamasının temel sebebi katılımcıların üst düzey sporcu olmasından kaynaklanıyor olabilir. Egzersiz ortamına henüz girmemiş, yıllardır bu işin içerisinde olan olimpiyat sporcuları için egzersiz yapmak hayatın sıradan bir akışı haline gelmiştir. Bu anlamda üst düzeyde egzersiz yapmak kişilik yapıları üzerinde herhangi anlamlı bir fark yaratmamış olabilir.

Cinsiyet değişkeni açısından beş faktör kişilik özelliklerinde herhangi bir farkın olup olmadığını araştırmak için yapılan analizler sonucunda anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Buna göre yumuşak başlılık/geçimlilik hariç diğer tüm alt boyutlarda anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Dışadönüklük, öz-denetim/sorumluluk ve gelişime açıklık alt boyutlarında erkek katılımcıların ortalamaları kadın katılımcıların ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksek bulunurken; duygusal tutarsızlık alt boyutunda kadın katılımcıların ortalamaları daha yüksek olarak tespit edilmiştir. Costa vd., (2001) yaptıkları çalışmada kadınların erkeklere oranla daha yüksek duygusal tutarsızlık seviyelerine sahip olduklarını tespit etmiştir. Araştırmacılar beş faktör kişiliği ölçmek için özel olarak tasarlanmış kaygı endeksleri (Feingold, 1994) ve düşük benlik saygısı (Kling vd., 1999) gibi değişkenlerde de erkeklerden daha yüksek puanlar elde etmişlerdir. Aynı araştırmalarda erkeklerin ise dışadönüklük alt boyutlarının kadınlara göre daha yüksek ortalamalara sahip olduğunu ortaya koymuştur. Helgeson ve Fritz (1999) bu durumun erkeklerin kadınlardan daha baskın olmalarından dolayı kendilerini daha fazla gösterme isteklerinin olmasından kaynaklandığını öne sürmektedir. Limura ve Taku (2018)'nun 14-15 yaş aralığındaki katılımcılarla birlikte gerçekleştirdikleri çalışmada çalışmamıza benzer şekilde erkek katılımcıların öz-denetim/sorumluluk puan ortalamaları kadın katılımcıların puan ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Atta vd. (2013)'nin üniversite öğrencileri ile gerçekleştirdikleri farklı bir çalışmada da çalışmamıza benzer şekilde yumuşakbaşlılık/geçimlilik alt boyutunda cinsiyet açısından herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır.

Katılımcıların yaşları ile beş faktör kişilik özellikleri arasında herhangi bir ilişki olup olmadığını anlamak için yapılan analizler sonucunda katılımcıların yaşları ile sadece gelime açıklık alt boyutunda anlamlı farklara rastlanmıştır. Farklı bir ifade ile katılımcıların yaşları arttıkça gelişime açıklık düzeylerinde anlamlı artışlar meydana gelmiştir. Birçok araştırma, kişilik özelliklerinin yaşam boyunca ortalama düzeyde değişiklikler gösterdiği sonucuna varmıştır. Beş faktör kişilik özellikleri etrafında örgütlenen insanlar, yaşlandıkça daha yumuşak başlı, öz-denetimli ve duygusal olarak istikrarlı hale bir hale geliyor (Wood ve Roberts, 2006). Kişilikteki bu normatif değişiklikler hem öz bildirim hem de akran raporları (McCrae vd., 2004). boylamsal tasarımların kullanıldığı (Roberts vd., 2006) ve birçok kültürde (McCrae

vd., 2000; Srivastava vd., 2003) yapılan kesitsel çalışmalarda gözlemlenmiştir. Wood ve Roberts (2006)'in 17 ile 68 yaş aralığındaki katılımcılarla birlikte gerçekleştirdiği çalışmada yaş ile sorumluluk, duygusal tutarlılık ve gelişime açıklık kişilik özellikleri arasında anlamlı farklılıklara rastlanmış, yaş arttıkça bu kişilik özelliklerinde artışlar meydana gelmiştir. Ayrıca bu ilişkide medeni durumun, çocuk sahibi olup olmamanın ve iş statüsünün önemine de vurgu yapmışlardır. Yine benzer şekilde Roberts vd. (2006)'nin yaptığı boylamsal bir çalışmada gelişime açıklık ile ilgili beklentilerin yaş ile birlikte benzer eğrisel bir model gösterdiği ortaya çıkmıştır. Bireyler yaşlandıkça hayata karşı olan bakış açıları genişlemekte, yeni insanlar ve yeni kültürler tanıdıkça daha gelişime açık bireyler haline dönüşmektedir. Bu bulgular çalışmamızla benzerlik göstermektedir. Bizim çalışmamızda diğer kişilik özelliklerinden herhangi anlamlı bir farklılığın çıkmamasının temel sebebi yaş aralıklarının çok belirgin olmaması ve katılımcıların birbirlerine yakın yaşlara sahip olan katılımcılardan oluşuyor olmalarından kaynaklanıyor olabilir.

Sahip olmuş olduğumuz kişilik özellikleri günlük yaşamda hissetmiş olduğumuz genel ruh halimiz üzerinde önemli bir etkiye sahiptir (Chaplin vd., 1988; Hertzog ve Nesselroade, 1987; Spielberger, 1983). Nitekim yapılan bu çalışmada da bu ilişki ortaya konulmaya çalışılmış ve anlamlı farklılıklara rastlanmıştır. Özellikle dışadönüklük ve duygusal tutarsızlık alt boyutlarında hissedilen ruh haline göre farklılıklar tespit edilmiştir. Kokkonen ve Leapulkkinen (2000)'nin yaptıkları çalışmada genel olarak hissettikleri ruh halleri ile kişilik özellikleri arasında önemli ilişkiler tespit etmişlerdir. Katılımcıların hissettikleri negatif duygu durumları ile duygusal tutarsızlık arasında pozitif yönde kuvvetli ilişkiler tespit edilirken, sakin ve ılımlı duygu durumları ile özdenetim-sorumluluk duygu durumları arasında anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Ayrıca dışadönüklük kişilik özellikleri ile aktif ruh halleri arasında da anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir. Literatürde kişilik özellikleri, duygu düzenlemeye ve mevcut ruh hali arasındaki ilişkileri açıklayan çalışmalarda çalışmamızla paralellik göstermektedir (Eisenberget vd., 2000; Underwood vd., 1997; Walden ve Smith, 1997).

Kişilik özellikleri ile yüz ve duygu tanıma arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmalara literatürde sıklıkla rastlamak mümkündür Literatür incelendiğinde kişilik ile duygu tanıma arasında bir ilişkinin olduğu görülmüştür (Chai vd., 2012; Gülseven

vd., 2018; Perlman vd., 2009; Scott vd., 2013). Genel itibari ile dışadönüklük ve gelişime açıklık kişilik özellikleri ile yüz ve duygu tanıma becerileri arasında pozitif yönlü ilişkiler tespit edilirken; duygusal tutarsızlık ile negatif yönlü ilişkiler tespit edilmiştir. Ancak bu noktada farklı duyguları tanıma noktasında farklı kişilik özelliklerinin sahip olduğu avantajları da unutmamak gerekir. Yapılan bu çalışmada olimpik sporcular ve sadenter bireylerin ayrı ayrı kişilik özellikleri ile duygu tanıma becerileri incelenmiştir. Analizler sonucunda sadece olimpik sporcular arasında gelişime açıklık ile toplam doğru sayısı arasında anlamlı ilişkilere rastlanmıştır. Gelişime açık bireyler arasında olimpik sporcu olma durumu duygu ve yüz tanıma becerisi üzerinde önemli bir fark yaratmıştır. Gelişime açıklığın duyguları tanıma ve duyguları ifade etme becerindeki katkısı, spor yapan bireyler içerisinde daha belirgin bir şekilde ortaya çıkmıştır. Analitik düşünebilen, duyarlı ve ilgi alanları geniş olan gelişime açık bireylerin üst düzey spor ortamında bulunmaları duyguları anlamada onlara önemli avantajlar sağlamıştır. Duygu anlama ve duygu düzenleme becerilerinin performans üzerindeki etkisi göz önüne alındığında (Beatty ve Janelle, 2020; Robazza ve Ruiz, 2018) gelişime açıklık kişilik özelliğinin performansı öngörücü bir nitelikte olduğu söylenebilir.

3.2. Sonuç

Bu araştırmada, üst düzeyde spora katılım sağlayan sporcular ile sedanter bireylerin yüz ve duygu tanımla becerileri arasındaki farklar ortaya konulmaya çalışılmıştır. Araştırma içerisinde yüz ve duygu tanıma becerileri farklı demografik değişkenler açısından da incelenmiştir. Ayrıca katılımcıların sahip oldukları kişilik özellikleri ile yüz ve duygu tanıma becerileri arasındaki ilişki ortaya konulmuştur.

Sonuç olarak olimpiyat sporcuları ile sedanter bireyler arasında yüz ve duygu tanıma becerileri açısından olimpik sporcular lehine olan farklılıklar tespit edilmiştir. Ancak bu durum yüz ve duygu tanıma beceri testinde verdikleri toplam doğru sayısının toplam tepki süresine oranı açısından doğrulanamamıştır. Katılımcıların cinsiyetleri açısından hem yüz ve duygu tanıma becerilerinde hem de yüz ve duygu tanıma beceri testinde verdikleri toplam doğru sayısının toplam tepki süresine oranı açısından anlamlı farklılıklar ortaya çıkmış, erkek katılımcılar kadın katılımcılara oranla daha yüksek ortalamalar elde etmişlerdir. Hissedilen ruh hali açısından ise hem yüz ve

duygu tanıma becerilerinde hem de yüz ve duygu tanıma beceri testinde verdikleri toplam doğru sayısının toplam tepki süresine oranı açısından herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Katılımcıların yaşları ile yüz ve duygu tanıma becerileri ve yüz ve duygu tanıma becerisinin toplam tepki süresine oranı arasında da herhangi analı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Kişilik özellikleri açısından yapılan analizlerde katılımcıların olimpiyat sporcusu veya sedanter birey olma durumuna göre herhangi anlamlı farklılıklar tespit edilemezken; cinsiyete göre anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Erkek katılımcılar kadınlara göre dışadönüklük, öz-denetim/sorumluluk ve gelişime açıklık alt boyutlarında kadın katılımcılara oranla anlamlı şekilde daha yüksek ortalamalar elde ederken; duygusal tutarsızlık alt boyutunda kadın katılımcılar erkek katılımcılara göre daha yüksek ortalamalar elde etmiştir. Yaş ile gelişime açıklık arasında pozitif yönde ilişkiler tespit edilirken, diğer alt boyutlarda herhangi anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır. Katılımcıların genel olarak hissettikleri ruh halleri ile duygusal tutarsızlık alt boyutunda ve dışadönüklük alt boyutlarında anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir. Genel olarak kendisini mutlu ve huzurlu hisseden katılımcıların dışadönüklük kişilik özelliği ortalamaları kendisini sakin ve ılımlı hisseden kişilerin dışadönüklük ortalamalarından anlamlı şekilde daha yüksek bulunmuştur. Genel olarak kendisini öfkeli ve sinirli ve endişeli ve kaygılı olan katılımcıların ise duygusal tutarsızlık puanları daha yüksek olarak tespit edilmiştir. Olimpiyat sporcuları ve sedanter bireylerin kişilik özellikleri açısından yüz ve duygu tanıma becerilerinde ise sadece gelişime açıklık alt boyutunda olimpiyat sporcuları arasında anlamlı ilişkilere rastlanmıştır. Olimpiyat sporcuları arasında gelişime açıklık ile yüz ve duygu tanıma arasında pozitif yönde ilişkilere rastlanmıştır.

3.3. Öneriler

Olimpiyat sporcuları ve sadanter bireylerin yüz ve duygu tanıma becerilerini farklı demografik değişkenler ve kişilik özellikleri açısından karşılaştıran bu çalışmanın sonuçları doğrultusunda aşağıdaki öneriler verilebilir;

-Spor yapmanın yüz ve duygu tanıma becerisi üzerindeki etkisi aynı örneklem grubu ile boylamsal olarak tasarlanmış çalışmalarla daha net bir şekilde ortaya konabilir.

-Yüz ve duygu tanıma becerisi spora katılım sağlayan kişiler arasında performans karşılaştırmaları yapılarak daha net bir şekilde ortaya konabilir.

-Takım sporlarında ve bireysel sporcuların yüz ve duygu tanıma becerileri karşılaştırılabilir.

-Yüz ve duygu tanıma becerisinin iletişim becerilerinde oldukça önemli olduğu göz önüne alındığında özellikle antrenör ve eğitmenlere yüz ve duygu tanıma becerilerini geliştirmeye yönelik olarak eğitimler düzenlenebilir.

-Spor ortamında sözsüz iletişim becerileri arttırmak için hem sporcuların hem de antrenörlerin beraber katılım sağladıkları proje ve eğitimler gerçekleştirilebilir.

-Kişilik özelliklerinin net bir şekilde kontrol altına alındığı çalışmalarla yüz ve duygu tanıma becerisinin kişilik özellikleri ile olan ilişkisi uygulamalı olarak ortaya konabilir.

-Müsabakalarda sporcularla çoğu zaman sözsüz iletişim kanallarını kullanan hakemlerin yüz ve duygu tanıma becerileri performans kriteri olarak kullanılabilir.

-Özellikle bireysel sporlarda gerçekleştirilecek uygulamalı çalışmalarla sporcuların müsabaka sırasındaki yüz ve duyguları analiz edilerek genel performans ve stratejileri üzerindeki etkileri araştırılabilir.

-Bu alanda çalışan spor psikologları ve eğitimcilerin yüz ve duygu tanıma becerisinin iletişimdeki önemini anlamlarını sağlayacak uygulamalı eğitimler düzenlenebilir.

KAYNAKÇA

Abbruzzese, L., Magnani, N., Robertson, I. H. ve Mancuso, M. (2019). Age and gender differences in emotion recognition. *Frontiers in Psychology*, 2371.

Adelmann, P. K. ve Zajonc, R. (1989). Facial efference and the experience of emotion. *Annual Review of Psychology*, 40, 249-280.

Adler, A. (2004). *İnsanın doğası, Çev. Ayşen Tekşen Kapkın*. İstanbul: Payel Yayınevi.

Allen, M. S., Greenlees, I. ve Jones, M. (2011). An investigation of the Five-Factor model of personality and coping behaviour in sport. *Journal of Sports Sciences*, 841-850.

Andrew, R. J. (1963). Evolution of facial expression. *Science*, 142(3595), 1034-1041.

Andrew, R. J. (1965). The origin and evolution of the calls and facial expressions of the primates. *Behaviour*, 1-109.

Atkinson, L. R., Atkinson, R. C. ve Hilgard, H. R. (1995). *Psikolojiye giriş II*. İstanbul: Sosyal Yayınlar.

Atta, M., Ather, M. ve Bano, M. (2013). Emotional intelligence and personality traits among university teachers: Relationship and gender differences. *International Journal of Business and Social Science*, 4(17).

Bal E, Harden E, Lamb D, Van Hecke V, Denver JW, Porges SW ve ark. (2010) Emotion recognition in children with autism spectrum disorders: relations to eye gaze and autonomic state. *J Autism Dev Disord*, 40, 358–370.

Baltaş, Z. ve Baltaş, A. (2000). *Beden dili*. İstanbul: Remzi Kitapevi.

Barsalou, L. W., Niedenthal, P. M., Barbey, A. K. ve Ruppert, J. A. (2003). Social embodiment. In B. H. Ross (Ed.), *The psychology of leaming and motivation*. San Diego, CA: Academic Press.

Başaran, İ. E. (2000). *Örgütsel davranış-insan gücünün üretimi*. Ankara: Feryal Matbaası.

Bayar, P. (1983). *Atletlerin kişilik özellikleri.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Bell, C., Bourke, C., Colhoun, H., Carter, F., Frampton, C. ve Porter, R. (2011). .The misclassification of facial expressions in generalized social phobia. *Journal of Anxiety Disorders*, 25, 278e283.

Bilge, F. (1990). *Sporcuların psikolojik ihtiyaçları*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Boloorizadeh, P. ve Tojari, F. (2013) Facial expression recognition: Age, gender and exposure duration impact. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 7/9, 1369-1375.

Bredemeier, B. L., ve Shield, D. L. (1995). *Character development and physical activity*. Champaign, IL: Human Kinetics Journal.

Burger, J.M. (2006) *Kişilik*. T.D.E. Sarıoğlu. İstanbul: Kaknüs Yayınları.

Button, K., Lewis, G., Penton-Voak, I. ve Munaf, M. (2013). Social anxiety is associated with general but not specific biases in emotion recognition. *Psychiatry Research*, 210, 199 207.

Caliguri, P. M. (2000). The big five personality characteristics as predictors of expatriate's desire to terminate the assignment and supervisor-rated performance. *Personnel Psychology*, 71.

Can, Y. (2007). *A tipi ve B tipi kişilikler bakımından mobbing kişilik ilişkisinin incelenmesi ve bir uygulama.* Yüksek lisans tezi, Kocaeli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kocaeli.

Carton, J.S., Kessler, E.A. ve Pape, C.L. (1999). Nonverbal decoding skills and relationship well-being in adults. *J Nonverb Behav*, 23, 91-100.

Cervone, D. ve Pevin, L. A. (2016). *Kişilik psikolojisi - kuram ve araştırma*. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Chaplin, W. F., John, O. P. ve Goldberg, L. R. (1988). Conceptions of states and traits: dimensional attributes with ideals as prototypes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54(4), 541.

Cohen, J. (1988). The effect size index: d. *Statistical Power Analysis for The Behavioral Sciences*, 2(1).

Costa Jr, P. T., Terracciano, A. ve McCrae, R. R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: robust and surprising findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(2), 322.

Costa, P. T. ve Jr. McCrae, R. R. (1992). Four ways five factors are not basic: Reply. *Personality & Individual Differences*, 13, 861-865.

Cüceloğlu, D. (2003). *İnsan ve davranışı: psikolojinin temel kavramları.* İstanbul: Remzi Kitabevi.

Çalışkan, N. ve Yeşil, R. (2005). Eğitim sürecinde öğretmenin beden dili. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi,* 6(1), 199-207.

Çetin, N., Demiralp, M., Oflaz, F. Ve Özşahin, A. (2013) Şizofreni hastalarının günlük yaşam aktivite düzeyi ile aile üyelerinin bakım yükü ve dışa vuran duygu durumu ilişkisi. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*. 14, 19-26.

Darwin, C. (1965). *The expression of emotions in man and animals*. John Murray, reprinted by Univ. of Chicago Press.

Değirmenci, F. (2008). *Örgütsel sosyallesme ve bireyin kisilik yapısı arasındaki ilişkiler.* Yüksek lisans tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.

Demenescu, L. R., Mathiak, K. A. ve Mathiak, K. (2014). Age-and gender-related variations of emotion recognition in pseudowords and faces. *Experimental Aging Research*, 40(2), 187-207.

Digman, J. M. (1990). Personality structure: emergence of the five-factor model. *Annual Review of Psychology*, 41, 417-440.

Duelos, S. E., Laird, J. D., Schneider, E., Sexter, M., Stem, L. ve Van Lighten, O. (1989). Emotion-specific effects of facial expressions and postures on emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 100-108.

Efe, M., Öztürk, F., Koparan, Ş. ve Şenışık, Y. (2008). 14-16 yaş grubu erkeklerde voleybol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 69-77.

Egan, S. ve Stelmack, R. M. (2003). A personality profile of Mount Everest climbers. *Personality and Individual Differences*, 34(8), 1491-1494.

Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. K. ve Reiser, M. (2000). Dispositional emotionality and regulation: their role in predicting quality of social functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(1), 136.

Ekman, P. (1957). A methodological discussion of nonverbal behavior. *The Journal of Psychology*, 43(1), 141-149.

Ekman, P. (1958). *Nonverbal and verbal behavior as reinforcing stimuli of opinion responses.* Doktora tezi, Adelphi College.

Ekman, P. (1964). Body position, facial expression, and verbal behavior during interviews. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 68(3), 295.

Ekman, P. (1965). Differential communication of affect by head and body cues. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2(5), 726.

Ekman, P. (2004). Emotions revealed. *BMJ*, 0405184.

Ekman, P. (2009). *Lie catching and microexpressions*. In C. Martin (Ed.). The philosophy of deception (pp. 118–133). Oxford: Oxford University Press.

Ekman, P. (2009). *Telling lies: Clues to deceit in the marketplace, politics, and marriage (revised edition).* WW Norton & Company.

Ekman, P. ve Friesen, W. V. (1967). Head and body cues in the judgment of emotion: A reformulation. *Perceptual and Motor Skills*, 24(3 PT 1), 711-724.

Ekman, P. ve Friesen, W. V. (1969a). The repertoire of nonverbal behavior: Categories, origins, usage, and coding. *Semiotica*, 1(1), 49-98.

Ekman, P. ve Friesen, W. V. (1969b). Nonverbal leakage and clues to deception. *Psychiatry*, 32(1), 88-106.

Ekman, P. ve Friesen, W. V. (1976). *Picture of facial affect*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologist Press.

Ekman, P. ve Friesen, W.V. (1978). *Facial Action Coding System*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Ekman, P., Friesen, W.V. ve Ellsworth, P. (1972) *Emotion in the human face*. Elmsford, N.Y.: Pergamon Publishing Co.

Ekman, P., Sorenson, E. R. ve Friesen, W. V. (1969b). Pan-cultural elements in facial displays of emotion. *Science*, 164(3875), 86-88.

Ellison, K. ve Freischlag, J. (1975). Pain tolerance, arousal, and personality relationships of athletes and nonathletes. *American Alliance for Health, Physical Education and Recreation,* 250-255.

Erden, M. ve Akman, Y. (2006). *Eğitim psikolojisi.* Ankara: Arkadaş Yayınevi.

Eroğlu, F. (2015). *Davranış bilimleri*. İstanbul: Beta Basım A.Ş.

Feingold, A. (1994). Gender differences in personality: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 116(3), 429.

Feist, J. ve Feist, G. J. (2002). *Theories of personality (5th ed.).* New York: McgrawHill Higher Education.

Flack, W. F. (2006). Peripheral feedback effects of facial expressions, bodily postures, and vocal expressions on emotional feelings. *Cognition and Emotion*, 20, 177-195.

Frois-Wittman, J. (1930). The judgment of facial expression. *Journal of Experimental Psychology,* 13(2), 113.

Furseth, I. ve Repstad, P. (2013). *Din sosyolojisine giriş*. Çev. Çapçıoğlu, İ.& Halil A., 2. Baskı. Ankara: Birleşik Yayınevi.

Gençoğlu, C. (2006). *Üniversite öğrencilerinin iyimserlik düzeyleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi.* Yayımlanmamış yüksek lisans tezi, Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.

Gençtan, E. (2000). *Psikanaliz ve sonrası.* İstanbul: Remzi Kitabevi.

Geraldine Hipp, Diederich, N.J., Pieria, V. ve Vaillant, M. (2014). Primary vision and facial emotion recognition in early Parkinson's disease. *Journal of the Neurological Sciences,* 338, 178-182.

Gökdoğan, Ç. F. (1988). *Ortaöğretime devam eden ergenlerde beden imajından hoşnut olma düzeyi*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi. Abkara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Gutierrez-García, A. ve Calvo, M. G. (2014). Social anxiety and interpretation of nongenuine smiles. *Anxiety, Stress, and Coping*, 27, 74-89.

Güler, E. K. (2005). *Tıbbi ortamların ve ilişkilerin engelli kişilere uygunluğunun etik yönden değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana.

Gülseven, Z., Kumru, A., Carlo, G., Palermo, F., Selcuk, B. ve Sayıl, M. (2018). The mediational roles of harsh and responsive parenting in the longitudinal relations between socioeconomic status and Turkish children's emotional development. *International Journal of Behavioral Development*, 42(6), 563-573.

Güneş, T. ve Polat, E. (2009). Yüz ifade analizinde öznitelik seçimi ve çoklu SVM sınıflandırıcılarına etkisi. *Gazi Üniversitesi Mühendislik Mimarlık Fakültesi Dergisi*, 24(1), 7-14.

Güney, S. (2008). *Davranış bilimleri.* Ankara: Nobel Yayın Dağım.

Hellrıiegel, D., Slocum, J. W. ve Woodman, R. W. (1992). *Organizationla behavior*. New York: West Publishing Company.

Hernandez, N., Metzger, A., Magné, R., Bonnet-Brilhault, F., Roux, S. ve Barthelemy, C. (2009). Exploration of core features of a human face by healthy and autistic adults analyzed by visual scanning. *Neuropsychologia*, 47, 1004-1012.

Hertzog, C. ve Nesselroade, J. R. (1987). Beyond autoregressive models: Some implications of the trait-state distinction for the structural modeling of developmental change. *Child Development*, 93-109.

Işık, U. (2017a). *Farklı duyguları tanımada ciddi serbest zamana katılımın ve işitme engelinin rolü (kişilik ve duygusal zeka boyutlarıyla).* Doktora tezi, Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kütahya.

Işık, U. (2017b). Egzersiz ve spor psikolojisinde yeni bir uygulama: Pofa (Pictures Of Facial Affect). *15. Spor Bilimleri Kongresi*, 15- 18 Kasım 2017.

Işık, U. (2021). Sporun duyguları tanıma üzerindeki etkisi. *Spor ve Rekreasyon Araştırmaları Dergisi*, *3*(2), 25-36.

Işık, U., Kalkavan, A., Demirel, M., Başoğlu, U. D. ve Serdar, E. (2018). The effect of personality in recognising emotions of amateur football and basketball

players. *IV. International Exercise and Sport Psychology Congress*, İstanbul.

Işık, U. (2019). *Spor psikolojisinde yeni yaklaşımlar: Sporda yüz ifadeleri ile duyguların değerlendirilmesi*. Ankara: Akademisyen Yayınevi.

Izard, C. E. (1990). Facial expressions and the regulation of emotions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 487-498.

İnanç, B. Y. ve Yerlikaya, E. E. (2009). *Kişilik kuramları*. Ankara: Pegem Akademi.

İstengel, M. A. (2006). *Okul rehber öğretmenlerinin kişilik özellikleri ve iş stresleri arasındaki ilişki düzeyinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Ensitüsü, İstanbul.

James, W. (1890). *The principles of psychology*. New York: Holt.

Janelle, C. M., Fawver, B. J. ve Beatty, G. F. (2020). Emotion and sport performance. *Handbook of sport psychology*, 254-298.

Johnson, J. S. (1982). Sports participation and psychological adjustment. *International Social Science Journal*, 273-276.

Johnston, P.J., McCabe, K. ve Schall, U. (2003). Differential susceptibility to performance degradation across categories of facial emotion: A model confirmation. *Biol Psychol*, 63, 45-58.

Jusyte, A. ve Scheonenberg, M. (2014). Threat processing in generalized social phobia: an investigation of interpretation biases in ambiguous facial affect. *Psychiatry Research*, 27, 100-106.

Kajtna, T., Tu. Scaronak, M., Baricacute, R. ve Burnik, S. (2004). Personality in high-risk sports athletes. *Kinesiology*, 36(1).

Kling, K. C., Hyde, J. S., Showers, C. J., ve Buswell, B. N. (1999). Gender differences in self-esteem: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 125(4), 470.

Kokkonen, M. ve Pulkkinen, L. E. A. (2001). Extraversion and neuroticism as antecedents of emotion regulation and dysregulation in adulthood. *European Journal of Personality*, 15(6), 407-424.

Korkman, H. (2003). *Üniversite öğrencilerinin kişilik tipleriyle atıf karmaşıklığı arasındaki ilişkinin karşılaştırılması.* Yayınlanmamış Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Koruç, Z. ve Bayar, P. (1989). *Sporun kişilik üzerine etkileri (Araştırma raporu).* Ankara: Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü.

Köknel, Ö. (2005). *Kaygıdan mutluluğa kisilik* (17. Basım). İstanbul: Akdeniz Yayınları.

Kuru, E. ve Baştuğ, G. (2008). Bayan ve erkek futbolcuların kişilik özellikleri ve bedenlerini algılama düzeyleri. *Ankara Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*.

Küçük, V. ve Koç, H. (2004). Psiko-Sosyal gelişim süreci içerisinde insan ve spor ilişkisi. dumlupınar üniversitesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 131-142.

Laird, J. D. (1984). The real role of facial response in the experience of emotion: A reply to ourangeau and Ellsworth, and others. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47, 909 917.

Limura, S. ve Taku, K. (2018). Gender differences in relationship between resilience and big five personality traits in Japanese adolescents. *Psychological Reports*, 121(5), 920-931.

Malinauskas, R., Dumciene, A., Mamkus, G. ve Venckunas, T. (2014). Personality traits and exercise capacity in male athletes and non-athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 118(1), 145-161.

Mancuso, S. G., Newton, J. R., Bosanac, P., Rossell, S. L., Nesci, J. B. ve Castle, D. J. (2015). Classification of eating disorders: comparison of relative prevalence rates using DSM-IV and DSM-5 criteria. *The British Journal of Psychiatry*, bjp-bp.

Matsumoto, D. ve Willingham, B. (2009). Spontaneous facial expressions of emotion of congenitally and noncongenitally blind individuals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 96(1), 1.

McCrae, R. R. ve Costa Jr, P. T. (2004). A contemplated revision of the NEO Five-Factor Inventory. *Personality and Individual Differences*, 36(3), 587-596.

McCrae, R. R., Costa, P. T., Ostendorf, F., Angleitner, A., Hrebrickova, M., Avia, M. D., Sanz, J., Sánchez-Bernardos, M. L., Kusdil, M. E., Woodfield, R., Saunders, P. T. ve Smith, P. B. (2000). Nature over nurture: Temperament, personality, and lifespan development. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78,173–186.

McCrea, R. R. ve Costa, P. T. (2003). *Personality in adulthood*. New York: Guildford Press.

McKelvie, S. J., Lemieux, P. ve Stout, D. (2003). Extraversion and neuroticism in contact athletes, no contact athletes and non-athletes: A research note. *Athletic Insight*, 5(3), 19-27.

Mclntosh, D. N. (1996). Facial feedback hypotheses: Evidence, implications, and directions. *Motivation and Emotion*, 2, 121-147.

Mienaltowski, A., Lemerise, E. A., Greer, K. ve Burke, L. (2019). Age-related differences in emotion matching are limited to low intensity expressions. *Aging, Neuropsychology, and Cognition*, 26(3), 348-366.

Mirzaei, A., Nikbakhsh, R. ve Sharififar, F. (2013). The relationship between personality traits and sport performance. *European Journal of Experimental Biology*, 439-442.

Monti, F., Tonetti, L. ve Ricci Bitti, P. E. (2013). Il Servizio di Aiuto Psicologico (SAP) dell'Università di Bologna [The psychological support service (SAP) at the university of bologna]. *Psicologia Clinica dello Sviluppo*, 17, 147–159.

Morgan, C. T. (2000). *Psikolojiye giriş*. Ankara: Hacettepe Üniversitesi.

Naidenova, I., Parshakov, P. ve Paklina, S. (2019). Determinants of football fans' happiness: evidence from facial emotion recognition. *Journal of Happiness Studies*, 1-14.

Niedenthal, P. M., Barsalou, L. W., Winkielman, P., Krauth-Gruber, S. ve Ric, F. (2005). Embodiment in attitudes, social perception, and emotion. *Personality and Social Psychology Review*, 9, 184-211.

Olderbak, S., Wilhelm, O., Hildebrandt, A. ve Quoidbach, J. (2018). Sex differences in facial emotion perception ability across the lifespan. *Cogn. Emot*. 22, 1–10.

Özdinç, Ö. (2005). Çukurova üniversitesi öğrencilerinin sporun ve spora katılımın sosyalleşme ile ilişkisi üzerine Görüşleri. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 77-24.

Özkalp, E. (2004). *Davranış billimlerine giriş*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.

Parlak, C. ve Diri, B. (2014) Farklı veri setleri arasında duygu tanıma çalışması. *Deü Mühendislik Fakültesi Mühendislik Bilimleri Dergisi*, 16(45), 21-29.

Paunonen, S. V., Haddock, G., Forsterling, F., ve Keinonen, M. (2003). Broad versus narrow personality measures and the prediction of behaviour across cultures. *European Journal of Personality*, 17(6), 413-433.

Perlman, S.B., James, P., Morris, B.C., Vander Wyk, S.R., Green, J.L. ve Doyle, K.A. (2009). Individual differences in personality predict how people look at faces, Plos One, 4(6).

Petri, K., Bandow, N., Salb, S. ve Witte, K. (2019). The influence of facial expressions on attack recognition and response behaviour in karate kumite. European Journal of Sport Science, 19(4), 529-538.

Philippen, P., Frank C. Bakken. ve Raoul R. D. (2012). Oudejans & rouwen canal-bruland the effects of smiling and frowning on perceived affect and exertion while physically. *Active Journal of Sport Behavior*, 35.

Plutehik, R. (1962). *The emotions: Facts theories and a new model*. New York: Random House.

Rejeski, W. J., Best, D., Griffith, P. ve Kenney, E. (1987). Sex-role orientation and the response of men to exercise stress. *Research Quarterly*, 58, 260-264.

Rhea, D. J. ve Martin, S. (2010). Personality trait differences of traditional sport athletes, bullriders, and other alternative sport athletes. *International Journal of Sports Science and Coaching*, 75-85.

Robazza, C. ve Ruiz, M. C. (2018). Emotional self-regulation in sport and performance. *Oxford Research Encyclopedia of Psychology*.

Robbins, M. (2001). *Collapse of the Bronze Age: The story of Greece, Troy, Israel, Egypt, and the peoples of the sea*. New York: Universe Publishing.

Roberts, B. W. ve Wood, D. (2006). Personality Development in the Context of the Neo-Socioanalytic Model of Personality.

Roberts, B. W., Walton, K. E. ve Viechtbauer, W. (2006). Patterns of mean-level change in personality traits across the life course: a meta-analysis of longitudinal studies. *Psychological Bulletin*, 132(1), 1.

Rogers, R. C. (1961). *On becoming a person: a therapist's view of psychotherapy.* Boston: Houghton Mifflin.

Saygili, G., Atay. E., Eraslan, M. ve Hekim, M. (2015). Düzenli olarak spor yapan ve yapmayan öğrencilerin kişilik özellikleri ile akademik başarilari arasindaki ilişkinin incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 23(1), 161-170.

Schlosberg, H. (1954). Three dimensions of emotion. *Psychological review*, 61(2), 81.

Schmitt, A., Martin, J. A., Rojas, S., Vafa, R., Scheef, L., Strüder, H. K. ve Boecker, H. (2019). Effects of low and high intensity exercise on emotional face-processing: a fmri face-matching study. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*. *14*(6), 657-665.

Schnall, S. ve Laird, J. D. (2003). Keep smiling: Enduring effects of facial expressions and postures on emotional experience and memory. *Cognition and Emotion*, 17, 787-791.

Schultz, D. P. ve Schultz, S. E. (2002). *Modern psikoloji tarihi*, Çev. Yasemin Aslay. İstabul: Kanküs Yayınları.

Scott, N.J., Kramer, R.S.S., Jones, A.L. ve Ward, R. (2013) Facial cues to depressive symptoms and their associated personality attributions. *Psychiatry Research*, 208, 47–53.

Sezen, G. B. (2016). Yarışma sporlarının ahlaksal amacı. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 47.

Shariati, M. ve Bakhtiari, S. (2011). Comparison of personality characteristics athlete and non-athlete student. *Islamic Azad University of Ahvaz ProcediaSocial*

and Behavioral Sciences, 2312-2315.

Shih, Y. L. ve Lin, C. Y. (2016). The relationship between action anticipation and emotion recognition in athletes of open skill sports. *Cognitive Processing*, 17(3), 259-268.

Singer, R. N. (1972). *Coaching athletics and psychology*. Florida: McGraw-Hill.

Somer, O., Korkmaz, M. ve Tatar, A. (2001). *Kuramdan uygulamaya beş faktör kişilik modeli ve Beş Faktör Kişilik Envanteri (5FKE*). İzmir: Ege Üniversitesi Yay.

Soussignan, R. (2002). Duchenne smile, emotional experience, and automatic reactivity: A test of the facial feedback hypothesis. *Emotion*, 2, 52-74.

Spielberger, C. D. (1983). *Manuel for the state anxiety inventory (STAI*). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Srivastava, S., John, O. P., Gosling, S. D. ve Potter, J. (2003). Development of personality in early and middle adulthood: Set like plaster or persistent change?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(5), 1041.

Stanley, J. T. ve Isaacowitz, D. M. (2011). Age-related differences in profiles of mood-change trajectories. *Developmental Psychology*, 47(2), 318.

Steca, P., Baretta, D., Greco, A., D'Addario, M. ve Monzani, D. (2018). Associations between personality, sports participation and athletic success. A comparison of Big Five in sporting and non-sporting adults. *Personality and Individual Differences*, 121, 176-183.

Stepper, S. ve Strack, F. (1993). Proprioceptive determinants of emotions and nonemotional feelings. *Joumal of Personality and Social Psychology*, 64, 211-220.

Sullivan, S., Campbell, A., Hutton, S. B. ve Ruffman, T. (2017). What's good for the goose is not good for the gander: Age and gender differences in scanning emotion faces. *The Journals of Gerontology: Series B*, 72, 441–447.

Swann, C., Moran, A. ve Piggott, D. (2015). Defining elite athletes: Issues in the study of expert performance in sport psychology. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, 3-14.

Şimşek, M., Şerif, T. A. ve Çelik, A. (2008). *Davranış bilimlerine giriş ve örgütlerde davranış*. Ankara: Gazi Kitabevi.

Taggar, S., Hackett, R. ve Saha, S. (1999). Leadership emergence in autonomous work teams: antecedents and outcomes. *Personnel Psychology*, 899-926.

Tatar, A. (2005). *Çok Boyutlu Kişilik Envanteri'nin madde-cevap kuramına göre kısa formunun geliştirilmesi ve psikometrik özelliklerinin incelenmesi*. Doktora tezi, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, 88-89.

Tatar, A. (2009). Beş Faktör Kişilik Modeline dayalı olarak sporcu kadın ve erkeklerin kişilik profillerinin karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 35-43.

Thompson, A. E. ve Voyer, D. (2014). Sex differences in the ability to recognise non-verbal displays of emotion: A meta-analysis. *Cognition and Emotion*, 1164-95.

Tiryaki, Ş. (2000). *Spor psikolojisi*. Ankara: Eylül Kitap ve Yayınevi.

Tompkins, S. (1962). *Affect imagery consciousness: I: The positive affects.* New York: Springer Publishing Company.

Tompkins, S. S. (1963). *Affect, imagery, consciousness: II. The Negative Affects*. New York: Springer.

Ulusoy, E. K., Ayar, E. ve Bayındırlı, D. (2015). İdiopatik parkinson hastalığında yüzde duygu tanıma ve ayırt etme bozukluğu. *Turkish Journal of Neurology/Turk Noroloji Dergisi*, 21(1).

Underwood, M. K. (1997). Top ten pressing questions about the development of emotion regulation. *Motivation and Emotion*, 21(1), 127-146.

Varma, V. K. ve Dang, R. (1979). Non medical use of drugs amongst school and college students. *Indian Journal of Psychiatry*, 228.

Wagenbreth, J. R. ve H.J. Heinze, T. (2014) Seeing emotions in theeyes-inverse priming effects induced by eyes expressing mental states. Front. Psychol, 17.

Walden, T. A. ve Smith, M. C. (1997). Emotion regulation. *Motivation and Emotion*. 21, 7-25.

Winton, W. M. (1986). The role of facial response in self-reports of emotion: A critique of Laird. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50, 808-812.

Yanbastı, G. (1996). *Kişilik kuramları*. İzmir: Ege Üniversitesi Basımevi.

Zel, U. (2001). *Kişilik ve liderlik*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

EKLER

EK-1. Kişisel bilgi formu

1. Cinsiyetiniz: ( ) Kadın ( ) Erkek

2. Yaşınız:.……

3. Spor Dalınız: …….

4. Kaç yıldır aktif olarak bu sporla ilgileniyorsunuz? ……..

5. Bu spordaki en büyük başarınız nedir?.....

6. Bu sporda elde etmek istediğiniz en büyük başarı hedefiniz nedir?.....

7. Aşağıdaki ifadelerden kendinize en yakın hissettiğinizi işaretleyiniz.

( ) Genel olarak mutlu ve huzurlu ( ) Genel olarak endişeli ve kaygılı ( ) Genel olarak sakin ve ılımlı

( ) Genel olarak öfkeli ve sinirli ( ) Genel olarak üzgün ve karamsar

EK-2. Beş Faktör Kişilik Ölçeği

Cinsiyet: ( ) Erkek ( )Kadın Yaşınız..... Spor Dalınız..... Lisans Durumunuz ( ) Evet ( ) Hayır

Aşağıda insanların bazı özelliklerini tanımlayan cümleler verilmiştir. Lütfen dikkatlice okuyarak her ifadenin sizi tanımlamakta ne derece uygun olduğunu belirten seçeneklerden bir tanesini işaretleyiniz.

Eğer cümle sizi tanımlamakta;

Tamamen Uygunsa	baş harfleri olan	"TU" yu	(TU) BU ? PUD HUD
Biraz Uygunsa	baş harfleri olan	"BU" yu	TU (BU) ? PUD HUD
Pek Uygun Değilse	baş harfleri olan	"PUD" yi	TU BU ? (PUD) HUD
Hiç Uygun Değilse	baş harfleri olan	"HUD" yi	TU BU ? PUD (HUD)

daire içine alın. Eğer hiç bir seçenek size uymuyorsa veya **kararsızsanız** " **?** " ni daire içine alınız. Lütfen karar vermekte çok zorlanmadığınız sürece soru işaretini (**?**) kullanmayınız.

Bu anketteki hiç bir sorunun doğru ya da yanlış cevabı yoktur. Bizim için önemli olan sizin samimi görüşünüzü almaktır. Lütfen cevaplarınızı **genel halinize göre, çoğunlukla nasıl olduğunuzu** düşünerek veriniz. Ayrıca olmak istediğinize göre değil, şu anda kendinizi nasıl görüyorsanız ona göre cevaplayınız.

Tamamen Uygun TU	Biraz Uygun BU	Kararsız ?	Pek Uygun Değil PUD	Hiç Uygun Değil HUD

1.	Çekingen bir insanım.	TU	BU	?	PUD	HUD	14.	Emirlere uyarım.	TU	BU	?	PUD	HUD
2.	Her şeyi son dakikada yaparım.	TU	BU	?	PUD	HUD	15.	Başkalarının göremediği güzellikleri fark ederim.	TU	BU	?	PUD	HUD
3.	Etrafımdaki insanları eğlendiririm.	TU	BU	?	PUD	HUD	16.	Her şeyi sorun haline getiririm.	TU	BU	?	PUD	HUD
4.	Farklı düşünen insanları anlarım.	TU	BU	?	PUD	HUD	17.	Yabancı ortamlarda rahatımdır.	TU	BU	?	PUD	HUD
5.	Otoriteye saygı duyarım.	TU	BU	?	PUD	HUD	18.	Zamanımı boşa harcarım.	TU	BU	?	PUD	HUD
6.	Düşüncelerimi hayata geçiremem.	TU	BU	?	PUD	HUD	19.	Bağışlayıp unutmaya çalışırım.	TU	BU	?	PUD	HUD
7.	Coşkulu bir grupta olmaktan hoşlanırım.	TU	BU	?	PUD	HUD	20.	Hayatımın bir yönü olmadığını hissediyorum.	TU	BU	?	PUD	HUD
8.	Başkalarını bağışlamakta güçlük çekerim.	TU	BU	?	PUD	HUD	21.	Çılgın hayallere dalmaktan hoşlanırım.	TU	BU	?	PUD	HUD
9.	İnsanlara acı konuşurum.	TU	BU	?	PUD	HUD	22.	Kolayca kızmam.	TU	BU	?	PUD	HUD
10.	Değişiklik fikrinden hoşlanmam.	TU	BU	?	PUD	HUD	23.	Kendimi olduğumdan daha aşağıda görürüm.	TU	BU	?	PUD	HUD
11.	Çalışırken sıklıkla canım sıkılır.	TU	BU	?	PUD	HUD	24.	Şiddetli arzularımı kontrol edebilirim.	TU	BU	?	PUD	HUD
12.	Derin umutsuzluklara kapılırım.	TU	BU	?	PUD	HUD	25.	Benden beklenenden fazlasını yaparım.	TU	BU	?	PUD	HUD
13.	Her şeye endişelenirim.	TU	BU	?	PUD	HUD	26.	Hiç okula gitmedim.	TU	BU	?	PUD	HUD

EK-3. Normallik dağılım testleri

		Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Toplam Doğru Sayısı	Olimpiyat Sporcusu	0,128	50	0,04	0,904	50	0,00
	Sedanter	0,111	50	0,17	0,959	50	0,08
Toplam Doğru Sayısı/Toplam Tepki Süresi	Olimpiyat Sporcusu	0,096	50	0,20	0,981	50	0,62
	Sedanter	0,056	50	0,20	0,985	50	0,77
Dışadönüklük	Olimpiyat Sporcusu	0,079	50	0,20	0,964	50	0,13
	Sedanter	0,101	50	0,20	0,985	50	0,79
Yumuşakbaşlılık/Geçimlilik	Olimpiyat Sporcusu	0,074	50	0,20	0,99	50	0,94
	Sedanter	0,047	50	0,20	0,986	50	0,83
Öz-Denetim/Sorumluluk	Olimpiyat Sporcusu	0,094	50	0,20	0,971	50	0,25
	Sedanter	0,109	50	0,19	0,959	50	0,08
Duygusal Tutarsızlık	Olimpiyat Sporcusu	0,134	50	0,03	0,955	50	0,05
	Sedanter	0,085	50	0,20	0,988	50	0,89
Gelişime Açıklık	Olimpiyat Sporcusu	0,091	50	0,20	0,943	50	0,02
	Sedanter	0,109	50	0,19	0,965	50	0,14
Toplam Doğru Sayısı	Erkek	0,113	55	0,08	0,909	55	0,00
	Kadın	0,103	45	0,20	0,977	45	0,51
Toplam Doğru Sayısı/Toplam Tepki Süresi	Erkek	0,066	55	0,20	0,991	55	0,95
	Kadın	0,078	45	0,20	0,982	45	0,68
Dışadönüklük	Erkek	0,079	55	0,20	0,977	55	0,38
	Kadın	0,135	45	0,04	0,976	45	0,48
Yumuşakbaşlılık/Geçimlilik	Erkek	0,079	55	0,20	0,985	55	0,73
	Kadın	0,069	45	0,20	0,986	45	0,85
Öz-Denetim/Sorumluluk	Erkek	0,076	55	0,20	0,985	55	0,73
	Kadın	0,161	45	0,01	0,947	45	0,04
Duygusal Tutarsızlık	Erkek	0,088	55	0,20	0,963	55	0,09
	Kadın	0,093	45	0,20	0,984	45	0,79
Gelişime Açıklık	Erkek	0,126	55	0,03	0,947	55	0,02
	Kadın	0,1	45	0,20	0,922	45	0,01
Toplam Doğru Sayısı	Mutlu ve huzurlu	0,119	26	0,20	0,932	26	0,09
	Endişeli ve kaygılı	0,143	15	0,20	0,92	15	0,19
	Sakin ve ılımlı	0,132	34	0,14	0,935	34	0,04
	Öfkeli ve sinirli	0,19	16	0,13	0,914	16	0,13
	Üzgün ve karamsar	0,354	9	0,00	0,751	9	0,01
Toplam Doğru Sayısı/Toplam Tepki Süresi	Mutlu ve huzurlu	0,123	26	0,20	0,971	26	0,65
	Endişeli ve kaygılı	0,216	15	0,06	0,919	15	0,19
	Sakin ve ılımlı	0,077	34	0,20	0,979	34	0,73
	Öfkeli ve sinirli	0,088	16	0,20	0,974	16	0,90
	Üzgün ve karamsar	0,13	9	0,20	0,976	9	0,94
Dışadönüklük	Mutlu ve huzurlu	0,117	26	0,20	0,957	26	0,34
	Endişeli ve kaygılı	0,163	15	0,20	0,924	15	0,22
	Sakin ve ılımlı	0,091	34	0,20	0,962	34	0,27
	Öfkeli ve sinirli	0,204	16	0,08	0,91	16	0,12
	Üzgün ve karamsar	0,182	9	0,20	0,904	9	0,27
Yumuşakbaşlılık/Geçimlilik	Mutlu ve huzurlu	0,077	26	0,20	0,98	26	0,86
	Endişeli ve kaygılı	0,19	15	0,15	0,945	15	0,45
	Sakin ve ılımlı	0,129	34	0,16	0,952	34	0,14
	Öfkeli ve sinirli	0,181	16	0,17	0,934	16	0,28
	Üzgün ve karamsar	0,199	9	0,20	0,911	9	0,32
Öz-Denetim/Sorumluluk	Mutlu ve huzurlu	0,095	26	0,20	0,973	26	0,70
	Endişeli ve kaygılı	0,2	15	0,11	0,939	15	0,37
	Sakin ve ılımlı	0,169	34	0,02	0,9	34	0,00
	Öfkeli ve sinirli	0,119	16	0,20	0,944	16	0,41
	Üzgün ve karamsar	0,203	9	0,20	0,887	9	0,19
Duygusal Tutarsızlık	Mutlu ve huzurlu	0,155	26	0,11	0,909	26	0,03
	Endişeli ve kaygılı	0,154	15	0,20	0,907	15	0,12
	Sakin ve ılımlı	0,159	34	0,03	0,937	34	0,05
	Öfkeli ve sinirli	0,133	16	0,20	0,912	16	0,12
	Üzgün ve karamsar	0,297	9	0,02	0,774	9	0,01
Gelişime Açıklık	Mutlu ve huzurlu	0,192	26	0,01	0,905	26	0,02
	Endişeli ve kaygılı	0,113	15	0,20	0,956	15	0,62
	Sakin ve ılımlı	0,078	34	0,20	0,938	34	0,06
	Öfkeli ve sinirli	0,168	16	0,20	0,959	16	0,64
	Üzgün ve karamsar	0,214	9	0,20	0,848	9	0,07

EK-4. Resmi kurum onayı

T.C.
GENÇLİK VE SPOR BAKANLIĞI
Eğitim, Araştırma ve Koordinasyon Genel Müdürlüğü

Sayı : E-36592570-604.02-165142 02.03.2021
Konu : Araştırma İzni

DAĞITIM YERLERİNE

İlgi : a) 28.01.2021 tarihli ve E-24151780-302.14-22 sayılı yazınız.
b) Bakanlığımız 27/07/2020 tarihli ve 754387 sayılı Araştırma İzinleri Genelgesi.

İlgi (a) yazı ile başvurusu yapılan **"Olimpiyatlara Hazırlanan Sporcular ile Sedanter Bireylerin Yüz ve Duygu Tanıma Becerilerinin Karşılaştırılması: Kişilik Özelliklerinin Rolü"** başlıklı araştırma izni talebi Gençlik ve Spor Bakanlığı Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu tarafından ilgi (b) Genelge çerçevesinde değerlendirilmiş ve söz konusu araştırmanın ilgili kurumlarda **araştırmacılar tarafından** yürütülmesi uygun bulunmuştur. Buna göre;

a) Araştırma kapsamında veri toplama ile ilgili her türlü iş ve işlem ilgi (b) Genelge doğrultusunda araştırmacı(lar) tarafından yürütülecektir. Araştırmacı(lar) tarafından araştırmalarda elde edilen veri setlerinin uygulama tamamlandıktan sonra 30 (otuz) gün içerisinde Bakanlık tarafından istenilen formatta, araştırmaların sonuç raporlarının ise çalışma bitiminden itibaren 30 (otuz) gün içerisinde Eğitim, Araştırma ve Koordinasyon Genel Müdürlüğüne ulaştırılması, araştırma raporlarında kurumsal gizliliğin korunması, üretilecek bildiri, tez, makale ve benzeri yayınlarda Bakanlık isminin verilmemesi gerekmektedir.

b) Araştırma sürecinin gözetim ve denetimi ilgili kurum müdürlükleri ile Gençlik ve Spor İl Müdürlükleri tarafından gerçekleştirilecektir. Söz konusu gözetim ve denetim çerçevesinde; örneklemdeki kişilerin reşit olmamaları durumunda velilerin yazılı izinlerinin alınması, onay verilen araştırma faaliyetleri kapsamı dışında hiçbir uygulama ve etkinlik yapılmaması, araştırmanın planlanması, tanıtılması ve uygulanması esnasında öncelikle kurum ve kuruluşların faaliyetlerinin aksatılmaması, tüm araştırma süreçlerine katılımda gönüllülüğün esas alınması, Eğitim, Araştırma ve Koordinasyon Genel Müdürlüğü tarafından mühürlenmiş veri toplama araçları dışında bir araç ya da form kullanılmaması, araştırmanın kurumlarda uygulanmasından kaynaklanabilecek her türlü fiziksel zararın araştırmacı(lar) tarafından karşılanması, araştırmada ticari amaç güdülmemesi ve katılımcılardan ücret talep edilmemesi ve araştırmanın ilgi (b) Genelgeye uygun yürütülmesi hususlarında gerekli **gözetim ve denetim** ilgili kurum müdürlükleri ile Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerinin yetki ve sorumluluğundadır.

Bilgilerinizi ve gereğini rica ederim.

Dr. Mehmet Ata ÖZTÜRK
Bakan a.
Genel Müdür

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Belge Doğrulama Kodu : MJSYTWCK Belge Doğrulama Adresi: https://www.turkiye.gov.tr/gsb-eimzali-belge-dogrulama

Örnek Mahallesi Oruç Reis Caddesi No:13/A Altındağ/ANKARA
Telefon: 444 0 472 Faks No: (0 312) 517 67 99
İnternet Adresi: www.gsb.gov.tr Kep Adresi: genclikvesporbakanligi@hs01.kep.tr
Bilgi için:Ayşegül ACAR
Gençlik ve Spor Uzman Yardımcısı

1 / 2

13759003 - 13759003 - 13759003

ETİK KURUL KARARI

T.C.
RECEP TAYYİP ERDOĞAN ÜNİVERSİTESİ
TIP FAKÜLTESİ
Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurul Başkanlığı

K - Q TSE-ISO-EN 9000

Sayı : 40465587-050.01.04-302 24.12.2020
Konu : Etik Kurul

Sayın Dr. Öğr. Üyesi Nihal AKOĞUZ YAZICI

Üniversitemiz Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kuruluna yapmış olduğunuz "**Olimpiyatlara hazırlanan sporcular ile sedanter bireylerin yüz ve duygu tanıma becerilerinin karşılaştırılması: Kişilik özelliklerinin rolü**" isimli başvurunuz etik kurulumuz yönergesine göre 17.12.2020 tarihinde yapmış olduğu toplantıda incelenmiş olup, 2020/257 karar numarası ile bilimsel ve etik yönden uygun bulunmuştur.

Bilgilerinizi ve gereğini saygılarımla rica ederim.

e-imzalıdır
Prof. Dr. Hüseyin Avni UYDU
Başkan

Tel :Fax : Bilgi : BURAK HANKAYA

Bu belge 5070 sayılı elektronik imza kanuna göre güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.
Belge Kodu : 699D9F4A-5B25-46E4-A60B-5945DFD077C7 - http://ebys.erdogan.edu.tr/EBYS/eimzadogrulam