



## Uyarlanmış Beden Eğitimi ve Spor Etkinlikleriyle Adölesanlarda Empati Gelişiminin İncelenmesi

**Araştırmacı Adem BEKTAŞ**

Başköy Ortaokulu Kepez Antalya Türkiye

[meldem1825@hotmail.com](mailto:meldem1825@hotmail.com)

ORCID: 0000-0003-1823-1408

**Dr. Kadir PEPE**

Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi

Spor Bilimleri Fakültesi Burdur Türkiye

[kpepe@mehmetakif.edu.tr](mailto:kpepe@mehmetakif.edu.tr)

ORCID: 0000-0002-3207-6726

### Özet

Araştırmada deneysel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Araştırma uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adölesanlarda (ergenlerde) empati kurma ve geliştirme programının ne düzeyde etkili olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırma grubu, 2019-2020 eğitim-öğretim yılında Antalya Kepez İlçesine Bağlı Başköy Ortaokulu 7 ve 8. sınıf öğrencilerinden, 13'ü erkek, 14'ü kadın olan toplam 27 gönüllü öğrenciden oluşmaktadır. Araştırmada 5 haftalık empati geliştirme programı uygulanmıştır. 1. Hafta için güvenli bir ortam oluşturulması ve gizli tokalaşma oyunu, 2. Hafta, nefes etkinlikleri ve yüz ifadesi paslama oyunu, 3. Hafta, özerklik ve tüm sınıfın katıldığı bir oyun ve sınıf için herkesin ne kadar önemli olduğu telkinleri (aidiyet), 4. Hafta, grup oyunları, empati ve aktif dinleme grup koreografisi, 5. Hafta, hikaye anlatıcılığıdır. Araştırmada veriler, “Adölesanlarda Empati ve Sempati Kurma Ölçeği”den (Zengin, Yalnızoğlu, Çaka, & Çınar, 2018) ve uzman görüşlerinden yararlanılarak yarı yapılandırılmış sorular ile elde edilmiştir. Ölçek araştırma grubuna ön-test ve son-test olarak uygulanmıştır.

Elde edilen veriler bilgisayar ortamına aktarılarak uygun istatistikî programda, frekans (%), Paired Sample T-Test işlemleri yapılmıştır. Farklılıkların tespiti için 0,05 güven aralığı kabul edilmiştir.

Verilerin değerlendirilmesi sonucunda, araştırma grubu ön test ve son test sonuçlarında bilişsel, duygusal empati ve sempati duygularında istatistikî olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir; ancak son-test aritmetik ortalamalarında 0,05 manidarlık düzeyine göre anlamlı olmasa da artışların olduğu görülmüştür.

Sonuç olarak, “uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle empati kurma ve geliştirme programının” adölesanlarda (ergenlerde) empati geliştirmede etkili olduğunu söyleyebiliriz.

**Anahtar Kelimeler:** Adölesan, Empati, Eğitim, Beden Eğitimi ve Spor.

## Investigation of Empathy Development in Adolescents With Adapted Physical Education and Sports Activities

### Abstract

Experimental research method was used in the research. The research was conducted to determine how effective the empathy building and development program is in adolescents (adolescents) with Adapted Physical Education and sports activities. The research group consists of 27 volunteer students, 13 male and 14 female, from 7th and 8th grade students of Başköy Secondary School in Antalya Kepez District in the 2019-2020 academic year. A 5-week empathy development program was applied in the research. 1. Creating a safe environment for the week and playing the secret handshake game, 2. Week, breathing activities and facial expression rust game, 3. Week, autonomy and a game in which the entire class participates, and suggestions of how important everyone is to the class (belonging), 4. week, group games, empathy and active listening group choreography, 5. week is storytelling. The data in the study were obtained by semi-structured questions using the "Scale of Empathy and Sympathy in Adolescents" (Zengin, Yalnızoğlu, Çaka, & Çınar, 2018) and expert opinions. The scale was applied to the research group as a pre-test and a post-test.

The data obtained were transferred to the computer environment and frequency (%), Paired Sample T-Test procedures were performed in an appropriate statistical program. A confidence interval of 0.05 was accepted for detecting the differences.

As a result of the evaluation of the data, there was no statistically significant difference in cognitive, emotional empathy and feelings of sympathy in the pre-test and post-test results of the research group. however, it was observed that there were increases in the posttest arithmetic mean compared to the 0.05 significance level.

As a result, we can say that the "program of empathy and development with adapted physical education and sports activities" is effective in developing empathy in adolescents.

**Keywords:** Adolescence, Empathy, Education, Physical Education and Sports.

## UYARLANMIŞ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ETKİNLİKLERİYLE ADOLESANLARDA EMPATİ GELİŞİMİNİN İNCELENMESİ

### GİRİŞ

#### PROBLEM DURUMU

Bireyin kendisini başka bir bireyin yerine koyarak olayları o kişinin görüş açısıyla görmesi, o bireyin duygu, düşüncelerini doğru olarak algılaması, sezmesi ve bu süreci o bireye iletmesine empati denir (Dökmen, 2008). Kişinin kendisini başka bir bilincin yerine koyarak söz konusu bilincin duygularını, isteklerini ve düşüncelerini, denemeksizin anlayabilmesi becerisi olarak tanımlanmaktadır (TDK, 2019). Empati bir bireyin kendisini farklı bir bireyin yerine koyması ve o bireyin hislerini, düşüncelerini doğru olarak idrak etmesidir ( Kutlu, Çolakoğlu, & Pay Özgüvenç, 2018).

Empati kavramı ile karıştırılan bazı terimler vardır. Bunlar;

- 1- Sempatı, geçmişte herhangi bir zamanda olmuş veya günümüzde gerçekleşmekte olan herhangi bir durum ile his paylaşılmasıdır. Ortak duygu olarak tanımlanmaktadır. Sempatı hissi basitçe bir fikir birliği hissinden olmaktan daha güçlü bir hisdir.
- 2- Acıma hissi, üzüntü duygusunun paylaşılmasıdır. Sempatı hissini farklı bir şekli olarak düşünülebilir fakat; sempatideki hislerin paylaşımındaki eşitlik yerini alt-üst ilişkisine bırakmıştır. Birisini üzüldüğümüzde kendimizi daha şanslı bir birey olarak düşünebiliriz.
- 3- Özdeşim kurma, insanın farklı bir bireye (kılavuz, rehber vb.) veya gruba (dini, siyasi, kulüp) yaklaştığında veya yöneldiğinde güçlü bir hissin oluşması durumudur. Özdeşim kurma

aşırı düzeyde gerçekleştiğinde kişinin veya grupların adetleri töreleri bireyin egosu yerine geçer bu durumda bireyde tapma, tapınma davranışı oluşturabilir.

4- Yer değiştirme, yaygın bir biçimde empatiymiş gibi bilinir fakat bu şekilde değildir. Yer değiştirme: Bireyin kendisini farklı bir birey yerinde düşündüğü veya onun ayakkabılarını giydiği bir süreçtir.

Bu anlatılan kavramlar empati kavramı ile genellikle karıştırılmaktadır. Bu kavramlar tek aşamalı ve istemli olarak ortaya çıkmaları sağlanabilecek kişiler arası süreçler olmaları yönüyle birbirlerini andırırlar. Empati kavramı 3 aşamalı, 2. aşaması istediğimiz zaman ortaya çıkması sağlanamayan fakat gerçekleşmesine izin verdiğimizde yaşadığımız karmaşık bir süreçtir (Sezer & Damar, 2005).

Empatinin sonradan da öğrenilebilecek bir kabiliyet ve bireylere özel bir özellik olduğunun altını çizen Rogers (1983), empati hissinin her bireyde bulunmadığını ve bu beceriye sahip olan bireylerin bu hissi daha da geliştirebileceğinin altını çizmiştir. Empati eğitimi aşağıda belirtilen dört yaklaşımdan biri ya da birkaçı kullanılarak gerçekleştirilebilmektedir (Ercoşkun, 2005).

- 1- Didaktik Yaklaşım: Bireylere uzmanlar tarafından teorik bilgiler verilmesi.
- 2- Yaşantısal Yaklaşım: Bireylerin başka bireylerle olan iletişimi video kayıt yöntemi ile kayıt edilerek uzmanlar tarafından izlenir ve eleştiriler gerçekleştirilir.
- 3- Rol Alma Yaklaşımı: Bu yaklaşımda insan karşısındaki insanın rolüne girerek gerçekleşen duruma onun gözüyle bakmaya ve onun hislerini hissetmeye çalışır.
- 4- Modelden Öğrenme Yaklaşımı: Bu yaklaşımda uzman rol model olarak alınmaktadır. Uzman ile yapılan konuşmalar izlenerek empati kurma öğrenilmektedir.

Dökmen (1988), empati geliştirmede yukarıda belirtilenlerin dışında başkalarının yüz ifadesini teşhis etme becerisinin de geliştirilmesi gerektiğini vurgulamaktadır (Beyaz, 2016).

Dökmen (2011) empatik tepkileri en kalitesiz olandan en kaliteli olana doğru şu şekilde sıralamıştır:

1. **Senin problemin karşısında diğerleri ne düşünür, neler hisseder:** Bu basamakta empati kurmaya çalışan birey bir takım genellemelerde bulunur. Örf adet ve toplumsal kurallar kapsamında sorununu paylaşan bireyi değerlendirir.
2. **Eleştiri:** Empatiyi yapacak birey sorununu paylaşan kişiyi kendi dünya görüşüne göre eleştirip, yargılarda bulunur.
3. **Akıl verme:** Dinlemeyi yapan kişi karşı tarafında bulunan kişiye akıl verip, o bireye neler yapması gerektiğini söyler.
4. **Teşhis:** Dinleyen birey kendisine aktarılan olaya veya sorununu anlatan bireye teşhisler koymasındır. Örnek; ‘sen bu konuları fazla abartıp kendine dert ediyorsun’. Sorunlara yanlış teşhisler konulması farklı sorunlar ortaya çıkarabilir.
5. **Bende de var:** Dinleyen birey aynı sorunları kendisinin de yaşadığını diğer bireye anlatır fakat; bu sorunların kaynağına tam olarak inmeyi sağlamaz.
6. **Benim Duygularım:** Dinlenen sorun karşısında birey kendi duygularını ifade eder. Örnek: ‘çok üzüldüm, çok sevindim’ der. Ama asıl önemli nokta sorununu anlatan bireyin ne hissettiğidir.
7. **Destekleme:** Sorunu anlatan bireyin haklısın veya haksızsın demeden desteklenmesidir. Kafa sallama, kibarca gönlünü alma vb.
8. **Soruna eğilme:** sorununu anlatan bireyin sorununun kabul ettiğini ona tavır ve edimleriyle gösterilir.

9. **Tekrarlama:** Dinleyen birey, sorun sahibi bireyin bazı cümle ve kelimelerine de yer vererek durumu özetler. Kaynağı yansıtanın yanında dinlediği bireyin yüzeysel olarak yakaladığı duygularını bireye aktarır.
10. **Derin duyguları anlama:** Bu basamakta empati yapmakta olan birey, empatisini yaptığı bireyin tüm duygularını ve ona eşlik eden görüş ve düşüncelerini fark edip bu durumu karşısındaki bireye ifade eder. Bu süreçte empatisi yapılmakta olan bireyin mevcut durumu, dünyası dikkate alınır.

Yukarıdaki 1. basamak onlar basamağı; 2,3,4,5,6. basamağı ben basamağı; 7,8,9,10. basamak sen basamağı olarak ifade edilir. Söz konusu basamaklarda yapılan empati en kalitesiz olandan en kaliteli olana göre sıralanmıştır. Ancak gerçek anlamda empati sen basamağına ait maddelerde ortaya çıkmaktadır. Diğer basamaklar ise gerçek empatiye hazırlık olarak değerlendirilebilir (Hasgöl, 2018).

Eğitim kavramı geçmiş devirlerden günümüze farklı bilimler tarafından farklı anlamlar ile tanımlanmaya çalışılmıştır. Bunun nedenleri arasında eğitim kavramının soyut oluşu, kapsamının geniş olması, dinamik bir yapıya sahip olması, eğitimin kurulu olduğu teorik temellerin farklılık arz ediyor olması, amaçlar gibi nedenler sayılabilmektedir (İnanlı, 2015).

Eğitim, rastgele bir ortamda planlı veya planlanmamış yaşantılar aracılığıyla toplumsal ve bireysel yaşamın gelişmesini ve sürerliğini sağlama sürecidir. Tanımlamada eğitimin bir süreç olduğu, planlı-programlı ya da plansız-programsız, okulda veya başka ortamlarda da verilebileceği görülmektedir (Metin & Aytaç, 2015).

Beden eğitimi, bireylerin fiziksel ve zihinsel sağlıklarını muhafaza etmelerini sağlayan, fiziksel kabiliyetlerini geliştiren, bireysel ve çevresel donanımlara göre esnetilebilen, öncesinde oluşturulmuş kurallar dahilinde oynanan oyun ve fiziki etkinlikleri bünyesinde bulunduran geniş çaplı bir etkinlik olarak tanımlanmaktadır (Yamaner, 2001). Eğitimin temel ilke ve amaçları doğrultusunda kişilerde fiziksel, ruhsal, zihinsel gelişmeler sağlamak, bireylerin toplumsal yaşama ayak uydurmasını kolaylaştırmak, toplumsal ilişkilerde insani kurallara uyabilmek, bireyin kendi temel hak ve özgürlüklerini bilip farklı bireylerin temel hak ve özgürlüklerine saygı göstermesi, dürüst ve güvenilir bir fert olması, ruhsal ve fiziksel sağlıklı olması, olumlu yönde kimlik özelliklerine sahip olması, doğru kararlar alıp bu kararları gerçekleştirmek adına ilerlemesine olanaklar temin etmektedir (Aracı, 2006).

Sporsal faaliyetler ile enerjisini atan çocuk, bir gruba ait olmanın verdiği mutluluk ve sporda kazandığı başarılar ile günlük ve okul hayatına motive olmuş bir şekilde katılır. Spor yapan birey sağlığı, görüntüsü, direnci ile arkadaş ortamında saygı görür, desteklenir ve herkes tarafından sevilen bireylerdir. Tüm bu olumlu durumlar şüphesiz çocuğun akademik başarısının olumlu etkilenmesine neden olur. Çocukların ergenlik dönemlerinde enerjilerini doğru ve olumlu çalışmalara harcamaları sağlamak ve sosyal ve duygusal olarak gelişimlerini de sağlamak için çocukların genellikle takım sporlarına yönlendirilmeleri günümüzde yaygın bir öneridir. Spor yapan çocuk fiziksel ve psikolojik olarak güçlüdür ve artan ders yükümlülükleriyle bu sahip olduğu güçlerle daha kolay baş edebilmektedir. Spor yapan birey spor etkinlikleri sırasında arkadaşlarıyla paylaşımlarda, yardımlaşmalarda bulunur ve bu durumu çocuk diğer derslerinde de aynen tekrar eder bu durum çocuğun akademik başarısına büyük katkılarda bulunur. Spor yapan çocukların sağlık direnci yüksektir ve bu nedenle fazla hasta olmamaktadırlar bu da çocuğun akademik başarısı için önemlidir (Yalçın & Balcı, 2013).

Uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adolesanlarda empati gelişiminin incelenmesi konusu adolesanlarda empatinin nasıl ve ne şekilde geliştirilir sorularına cevap verebilmesi açısından son derece önemlidir. Literatür incelendiğinde empati konusunda

tanımlayıcı yapılan çalışmaların sık bir şekilde olduğu fakat; empatinin nasıl geliştirilmesi gerektiği konusunda yeteri kadar çalışma olmadığı görülmektedir. Uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adolesanlarda empati gelişiminin incelenmesi konusu bu sebeplerdendir ki son derece değerlidir. Bu çalışma ile uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adolesanlarda empatinin nasıl geliştirilmesi gerektiği program haline getirilip adolesanlarda empatiyi geliştirmek adına kullanıldığını amaçlanmaktadır.

### **Problem Cümlesi**

Uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adolesanlarda empati gelişimi nasıl sağlanır?

### **Alt Problemler**

- 1- Uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adolesanlarda bilişsel empati hangi yönde etkilenmektedir?
- 2- Uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adolesanlarda duygusal empati hangi yönde etkilenmektedir?
- 3- Uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adolesanlarda sempati hissi hangi yönde etkilenmektedir?

### **Amaç**

Bu çalışma ile uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adolesanlarda empatinin nasıl geliştirilmesi gerektiği program haline getirilip adolesanlarda empatiyi geliştirmek adına kullanıldığını amaçlanmaktadır.

### **Önem**

Uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adolesanlarda empati gelişiminin incelenmesi konusu adolesanlarda empatinin nasıl ve ne şekilde geliştirilir sorularına cevap verebilmesi açısından son derece önemlidir. Literatür incelendiğinde empati konusunda tanımlayıcı yapılan çalışmaların sık bir şekilde olduğu fakat; empatinin nasıl geliştirilmesi gerektiği konusunda yeteri kadar çalışma olmadığı görülmektedir. Uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adolesanlarda empati gelişiminin incelenmesi konusu bu sebeplerdendir ki son derece değerlidir.

### **Sınırlılıklar**

- a- Katılımcıların ölçeklere verdikleri cevaplar onların gerçek görüş ve düşüncelerini yansıtmaktadır.
- b- Kullanılan istatistiksel teknikler amaca uygundur.
- c- Kullanılan ölçek istatistiksel açıdan geçerli ve güvenilirlerdir.

Araştırma 2019-2020 eğitim-öğretim yılı ve Antalya Kepez ilçesi Başköy Ortaokulu öğrencileri ile sınırlıdır

### **YÖNTEM**

#### **Araştırma Modeli**

Uyarlanmış beden eğitimi ve spor etkinlikleriyle adolesanlarda empati gelişiminin incelenmesine yönelik yapılan bu çalışmada deneysel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemde araştırmacı, kendi oluşturduğu bir ortamda olayın etkilerini ve değişkenlerini irdeleyebilir. Etkenler, değiştirilebildiği gibi istenen durumu da getirilebilir. Bu yöntemde olay denetimli koşullarda incelendiği için tek tek bütün değişkenlerin sonuç üzerindeki

etkileri incelenebilir. Deney yönteminin asıl amacı bir olaydaki neden sonuç ilişkisidir. Daha çok laboratuvar ortamında kullanılan bu yöntem doğal çevrede de uygulanabilmektedir. Bu yöntemin iyi tarafı iç geçerlilik yani neden sonuç ilişkisinin ortaya çıkartılmasıdır. Fakat sonuçların yapay olabilme olasılığı ve genelleştirilebilme olasılığı yani dış geçerlilik oranı düşüktür (Nedir.Org, 2019).

### Çalışma Gurubu

Araştırmanın gurubu 2019-2020 yılında Antalya Kepez İlçesine Bağlı Başköy Ortaokulu 7 ve 8. Sınıf öğrencisi olan 27 öğrenciden oluşmaktadır.

### Veri Toplama Araçları

Çalışmanın verilerine Adolesanlarda Empati ve Sempati Kurma Ölçeği ve araştırmacı tarafından geliştirilen yarı yapılandırılmış sorular ile ulaşılmıştır. Ölçeğin Türk diline uyarlanma, geçerlilik ve güvenilirlik (Zengin, Yalınzoğlu Çaka, & Çınar, 2018) çalışması Adolesanlarda Empati ve Sempati Kurma Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması adı altında yapılmış olup Adolesanlarda Empati ve Sempati Kurma Ölçeğinin Türk adolesanlar için empati ve sempatinin güvenilir ve geçerli bir ölçüm aracı olduğunu göstermektedir. Ölçek 12 (on iki) maddeden oluşmakta olup ters puanlanan madde içermemektedir. Her maddenin puanı 1-5 arasında değişmektedir. Toplam puan yerine alt boyutlar üzerinden değerlendirme yapılmaktadır. Katılımcılardan ölçekte yer alan her bir ifadeyi okuyarak her bir madde ile ilgili olarak ne sıklıkla olduğuna ilişkin düşüncelerini (1) Hiçbir zaman, (2) Nadiren, (3) Bazen, (4) Sıklıkla, (5) Her Zaman şeklinde sıralanan seçeneklerden birini işaretleyerek cevap vermeleri istenmektedir. “Bilişsel empati” puanı, 5, 9 ve 12 maddelerin ortalaması alınarak, “Duygusal empati” puanı, 1, 3, 8 ve 10. maddelerin ortalaması alınarak, “Sempati” puanı 2, 4, 6, 7 ve 11 numaralı maddelerin ortalaması alınarak ölçek alt boyutlarının puan ortalamaları hesaplanır. Alt boyutlardan Minimum=1, Maksimum=5 puan alınabilir. Her bir alt boyuttan aldığı puanın artması, duygusal empati, bilişsel empati ve sempati kurma becerisinin de arttığı şeklinde yorumlanır.

### Verilerin Analizi

Elde edilen veriler istatistik işlem için bilgisayar ortamına aktarılarak IBM SPSS Statistics 24 programı ile işleme alınmıştır. İstatistik olarak, araştırmanın verileri normal dağılım gösterdiğinden parametrik testlerden, Paired Sample T-Test işlemi yapılmıştır. Farklılıkların tespiti için 0,05 güven aralığı kabul edilmiştir. Araştırma sonunda öğrencilere yarı yapılandırılmış sorular yöneltilerek ortak başlıklar belirlenerek araştırma sonuçlarına yansıtılmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 1.Katılımcıların Cinsiyet, Okudukları Sınıf, Okul Türü Dağılımı**

Değişkenler		N(Dağılım)	% (Dağılım)
Cinsiyet	Erkek	13	48,1
	Kadın	14	51,9
	Toplam	27	100,0
Sınıf	7. sınıf	14	51,9
	8. sınıf	13	48,1
	Toplam	27	100,0
Okul Türü	Devlet Okulu	27	100,0

---

Toplam	94	100,0
--------	----	-------

---

Tablo 1 detaylı incelendiğinde araştırmaya dahil olan öğrencilerin: %48,1'inin erkek, %51,9'unun kadın olduğu; 51,9'unun 7. sınıf, %48,1'inin 8. sınıf olduğu; okul türünde ise %100'ünün devlet okulunda olduğu görülmektedir.

**Tablo 2. Katılımcıların Bilişsel Empati Boyutu T Testi Sonuçları**

---

Ölçüm Sonuçları	N	$\bar{x}$	S	T	Df	P
Ön Test	27	2,64	,93793	-1,557	26	,132
Son Test	27	3,06	,73402			

---

**\*p>0,05**

Tablo 2'de öğrencilerin bilişsel empati boyutu ölçüm sonuçları sorgulanmıştır. Yapılan istatistiksel analizde (t= -1,557, p= 0,132, p>0,05) olarak bulunmuştur. Bu değerde 0,05 manidarlık düzeyinde anlamlı değildir. Her ne kadar istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmasa da öğrencilerin uygulama sonrasındaki bilişsel empati düzeylerinin ( $\bar{x}$ =3,06) uygulama öncesine göre ( $\bar{x}$ =2,64) yükseldiği söylenebilir.

**Tablo 3. Katılımcıların Duygusal Empati Boyutu T Testi Sonuçları**

---

Ölçüm Sonuçları	N	$\bar{x}$	S	T	Df	P
Ön Test	27	3,19	,718349	-1,787	26	,086
Son Test	27	3,56	,72255			

---

**\*p>0,05**

Tablo 3'de öğrencilerin duygusal empati boyutu ölçüm sonuçları sorgulanmıştır. Yapılan istatistiksel analizde (t= -1,787, p= 0,86, p>0,05) olarak bulunmuştur. Bu değerde 0,05 manidarlık düzeyinde anlamlı değildir. Her ne kadar istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmasa da öğrencilerin uygulama sonrasındaki duygusal empati düzeylerinin ( $\bar{x}$ =3,56) uygulama öncesine göre ( $\bar{x}$ =3,19) yükseldiği söylenebilir.

**Tablo 4. Katılımcıların Sempati Boyutu T Testi Sonuçları**

---

Ölçüm Sonuçları	N	$\bar{x}$	S	T	Df	P
Ön Test	27	3,68	,72591	-2,032	26	,053
Son Test	27	4,02	,69134			

---

**\*p>0,05**

Tablo 4'de öğrencilerin sempati boyutu ölçüm sonuçları sorgulanmıştır. Yapılan istatistiksel analizde (t= -2,032, p= 0,53, p>0,05) olarak bulunmuştur. Bu değerde 0,05 manidarlık düzeyinde anlamlı olmamasının yanında anlamlılık düzeyine çok yakındır. Her ne kadar

istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmasa da öğrencilerin uygulama sonrasındaki sempati düzeylerinin ( $\bar{x}=3,56$ ) uygulama öncesine göre ( $\bar{x}=3,19$ ) yükseldiği söylenebilir.

**Tablo 5. Yarı Yapılandırılmış Sorular Sonucunda Belirlenen Ortak Temalar**

- 1- Öğrencilerin 5 haftalık empati geliştirme programından hoşlanmaları, zevk almaları,
- 2- Beden eğitimi ve spor derslerine katılımlarının önemli derecede olumlu etkilediği,
- 3- Beden eğitimi ve spor etkinliklerinde meydana gelen çeşitli durumlarda arkadaşlarını daha çok anlayışla karşılamaya başladıkları,
- 4- Öğrencilerin; öğretmenlerine, alt sınıflarına, aile bireylerine karşı daha anlayışla yaklaşmaya başladıkları,
- 5- Öğrencilerin hayvanlara karşı tutumlarında önemli derecede olumlu yönde değişimler meydana geldiği,
- 6- Öğrencilere etkinliklerle kazandırılmaya çalışılan bazı becerilerin öğrenciler tarafından günlük hayatlarına yansıtıldığı ve günlük hayatlarında bu becerileri kullanmaya başladıkları,
- 7- Öğrencilerimizin diğer bireylerin yüz ifadelerini anlama ve ona göre düşünüp hareket etme konularında becerilerin arttığı,
- 8- Empati geliştirme programında bayanlar tarafından en çok sevilen etkinliğin ortak dans kareografi hazırlamak ve uygulamak olduğu; erkeklerin ise gizli selamlaşma etkinliğinden daha fazla hoşlandığı.

Tespit edilen ortak temalar arasındadır.

## TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırmaya toplam 27 öğrenci katılmıştır. Bunlardan % 48,1'i erkek, % 51,9'u ise kadın, öğrenim gördükleri sınıflara göre; % 51,9'u 7. sınıf, % 48,1'i ise 8. sınıf; % 100,0'ünün ise devlet ortaokulunda eğitim gördüğü görülmektedir (Tablo 1).

Araştırma kapsamında araştırmaya katılan öğrencilerin ön ve son test verilerine göre, bilişsel empati sonuçları değerlendirildiğinde; ön ve son test arasında anlamlı sayılabilecek bir sonuç bulunamamış olmasına karşın ( $p>0,05$ ); öğrencilerin uygulama sonrasındaki bilişsel empati düzeylerinin ( $\bar{x}=3,06$ ) uygulama öncesine göre ( $\bar{x}=2,64$ ) yükseldiği söylenebilir (Tablo 2). Araştırma sonunda öğrencilere yöneltilen yarı yapılandırılmış sorulara verilen cevaplar araştırmanın bilişsel empati boyutu nicel veri sonuçlarını destekler niteliktedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin ön ve son test verilerine göre, duygusal empati sonuçları değerlendirildiğinde; ön ve son test arasında anlamlı sayılabilecek bir sonuç bulunamamış olmasına karşın ( $p>0,05$ ); öğrencilerin uygulama sonrasındaki bilişsel empati düzeylerinin ( $\bar{x}=3,56$ ) uygulama öncesine göre ( $\bar{x}=3,19$ ) yükseldiği söylenebilir (Tablo 3). Araştırma sonunda öğrencilere yöneltilen yarı yapılandırılmış sorulara verilen cevaplar araştırmanın duygusal empati boyutu nicel veri sonuçlarını destekler niteliktedir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin ön ve son test verilerine göre, sempati sonuçları değerlendirildiğinde; ön ve son test arasında anlamlı sayılabilecek bir sonuç bulunamamış olmasına karşın ( $p>0,05$ ); öğrencilerin uygulama sonrasındaki sempati düzeylerinin ( $\bar{x}=4,02$ ) uygulama öncesine göre ( $\bar{x}=3,68$ ) yükseldiği söylenebilir (Tablo 4). Araştırma sonunda öğrencilere yöneltilen yarı yapılandırılmış sorulara verilen cevaplar araştırmanın sempati boyutu nicel veri sonuçlarını destekler niteliktedir.



Araştırma kapsamında nitel veri toplama yöntemlerinden görüşme yöntemiyle öğrencilere yöneltilen yarı yapılandırılmış sorulara verilen cevaplar değerlendirildiğinde öğrencilerin 5 haftalık empati geliştirme programından çok hoşlandıkları ve beden eğitimi ve spor derslerine katılımlarını önemli derecede olumlu etkilediği yönünde ortak sonuçlar çıkmıştır. Öğrencilerin üst düzey düşünme becerilerine yönelik yöneltilen empati geliştirme programından önceki ve sonraki durumlarınızda ne gibi değişiklikler meydana geldi, eleştirileriniz nelerdir örneklerle açıklayın sorularına öğrencilerin beden eğitimi ve spor etkinliklerinde meydana gelen çeşitli durumlarda arkadaşlarını daha çok anlayışla karşılamaya başladıkları örneğin: Yanlışlıkla topu dışarı vuran arkadaşlarına empati geliştirme programı öncesi daha çok kızdıkları ama empati geliştirme programı sonrası onları daha çok anlayışla karşıladıkları yönünde açıklamalar yaptıkları tespit edilmiştir. Öğrencilerin; öğretmenlerine, alt sınıflarına, aile bireylerine karşı daha anlayışla yaklaşmaya başladıkları yönünde açıklamaları ve konu ile ilgili kendi yaşantılarından örnekler olduğu ortak başlıklar arasındadır. Araştırmaya katılan öğrencilerin hayvanlara karşı tutumlarında önemli derecede olumlu yönde değişimler meydana geldiği hayvanlara karşı daha ılımlı oldukları tespit edilen ortak başlıklar arasındadır.

Empati geliştirme kapsamında uygulanan ve öğrencilere etkinliklerle kazandırılmaya çalışılan bazı becerilerin öğrenciler tarafından günlük hayatlarına yansıtıldığı ve günlük hayatlarında bu becerileri kullanmaya başladıkları görüşme sırasında tespit edilmiştir. Örnek: Araştırmaya katılan bir öğrencimizin empati geliştirme programı içinde bulunan nefes etkinlikleri almadan önce ablasının olumsuz davranışlarında daha çok sinirlendiği söylemiş ve empati geliştirme programı sonunda nefes etkinlikleri sayesinde ablasına karşı daha ılımlı olmaya başladığını aktarmıştır. Öğrencilerimizin diğer bireylerin yüz ifadelerini anlama ve ona göre düşünüp hareket etme konularında becerilerin arttığı diğer tespit edilen konu başlıkları arasındadır.

5 haftalık empati geliştirme programında bayanlar tarafından en çok sevilen etkinliğin ortak dans kareografi hazırlamak ve uygulamak olduğu; erkeklerin ise gizli selamlaşma etkinliğinden daha fazla hoşlandığı tespit edilen ortak başlıklar içindedir.

Nihai Sonuç: 5 haftalık empati geliştirme programının hedeflerine önemli derecede ulaştığını söyleyebiliriz.

## ÖNERİLER

- 1- Empati gelişiminin temelini aile attığı için empati konusunda ailelere bilgilendirme toplantıları yapılmalıdır.
- 2- Beden eğitimi ve spor dersi empati duygusunu geliştirmek adına çok büyük bir öneme sahip bir ders konumundadır dolayısıyla beden eğitimi ve spor öğretmenlerine empati nasıl geliştirilir sorusunu cevaplayacak eğitimler verilmelidir.
- 3- Beden eğitimi ve spor yoluyla empati geliştirme programları geliştirilirken daha fazla etkinlikler planlanmalı öğrencilerin yaparak yaşayarak katılabileceği aktivitelere katılımları sağlanmalıdır.
- 4- Ülkemizde ve diğer ülkelerde empati konusunda yeterince tanımlayıcı çalışmalar bulunmasına karşın deneysel çalışmalar yeterli sayıda değildir. Çeşitli yaş gruplarına yönelik empati geliştirme konusunda deneysel çalışmalar yapılmalıdır.

## KAYNAKÇA

Kutlu, M., Çolakoğlu, N., & Pay Özgüvenç, Z. (2018). Hasta Hekim İlişkisinde Empatinin Önemi Hakkında Bir Araştırma. *Sağlıkta Performans ve Kalite Dergisi*, 127.

Aracı, H. (2006). *Öğretmenler Ve Öğrenciler İçin Okullarda Beden Eğitimi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

Beyaz, Ö. (2016). *Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Bölümünde Öğrenim Gören Öğretmen Adaylarının Empatik Eğilim Ve Empatik Beceri Düzeylerinin İncelenmesi*. Eskişehir: Anadolu Üni. Sağlık Bil. Enst. Yüksek Lisan Tezi.

Dökmen, Ü. (2008). *İletişim Çatışmaları ve Empati*.

Ercoskun, M. (2005). *Sınıf Öğretmenliği Öğrencilerinin Empatik Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Erzurum: Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Hasgöl, E. (2018). *Empati Eğitim Programının Huzurevi Çalışanlarının Empati Becerileri Ve Yaşlı Ayrımcılığına Yönelik Tutumları Üzerine Etkisi: Kastamonu, Tosya Örneği*. Ankara: Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Doktora Tezi.

İnandı, Y. (2015). *Eğitim Bilimine Giriş*. Adana: Karahan Kitabevi.

Metin, M., & Aytaç, T. (2015). *Eğitim Bilimine Giriş*. Ankara: Pegem Akademi.

Nedir.Org. (2019, Kasım Çarşamba). <http://deneysel-arastirmalar.nedir.org/>: <http://deneysel-arastirmalar.nedir.org/> adresinden alındı

Sezer, Ö., & Damar, S. (2005). Empati Nedir, Empati Öğretilebilir Mi? *İnönü Eğitim Fakültesi Dergisi*.

TDK. (2019, Ekim Çarşamba). *Türk Dil Kurumu*. [www.tdk.gov.tr](http://www.tdk.gov.tr): [www.tdk.gov.tr](http://www.tdk.gov.tr) adresinden alındı

Yalçın, U., & Balcı, V. (2013). 7-14 Yaş arası çocuklarda spora katılımdan sonra okul başarılarında, fiziksel ve sosyal davranışlarında oluşan değişimlerin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 27-33.

Yamaner, F. (2001). *Beden Eğitimi Ve Sporda Temel İlkeler*. Bursa: Ekin Kitabevi.

Zengin, H., Yalnızoğlu Çaka, S., & Çınar, N. (2018). Adolesanlarda Empati ve Sempatik Kurma Ölçeğinin Türkçe Uyarlaması: Geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 184-191.