



**T.C.**

**KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**VOLEYBOLCULARIN  
EMPATİ BECERİ DÜZEYLERİNİN  
İNCELENMESİ**

**Hazırlayan**

**Murat ŞAKAR**

**Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı**

**Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenli Bilim Dalı**

**Yüksek Lisans Tezi**

**KARAMAN – 2012**



**T.C.**

**KARAMANOĞLU MEHMETBEY ÜNİVERSİTESİ  
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ**

**VOLEYBOLCULARIN  
EMPATİ BECERİ DÜZEYLERİNİN  
İNCELENMESİ**

**Hazırlayan**

**Murat ŞAKAR**

**Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı**

**Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenli Bilim Dalı**

**Yüksek Lisans Tezi**

**Danışman**

**Yrd. Doç. Dr. Hasan ŞAHAN**

**KARAMAN – 2012**

## VOLEYBOLCULARIN EMPATİK BECERİ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Tezin Kabul Ediliş Tarihi: 06 / 07 / 2012

Jüri Üyeleri (Unvanı, Adı Soyadı)

Başkan: Yrd. Doç. Dr. Hasan ŞAHAN

Üye: Yrd. Doç. Dr. Mustafa YILDIZ

Üye: Yrd. Doç. Dr. Murat TEKİN

İmzası

Bu tez, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yönetim Kurulunun 05/ 07/ 2012 tarih ve 16/86 sayılı oturumunda belirlenen jüri tarafından kabul edilmiştir.

Enstitü Müdür V. : Prof. Dr. Kemal ESENGÜN



## ÖNSÖZ

Yüksek lisans çalışmamda yardımlarını esirgemeyen ve hizmet içi eğitim veren Yrd. Doç. Dr. Hasan ŞAHAN hocama, emeğini ve iyiliğini hiçbir zaman unutmayacağım Doç. Dr. Vedat ÇINAR hocama, ömür boyu dostluğumun baki kalacağı Erkan BİNGÖL kardeşime, tez aşamasında her zaman yanımda olan Arş. Gör. Ahmet ŞAHİN' e teşekkürlerimi bir borç bilirim.

Hayatımın bütün safhalarında bana hep destek olmuş, hayatımın bakış açısını belirleyen, insan ilişkilerimde model olan Babama, Anneme şükranlarımı sunarım.

## ÖZET

Bu araştırmada Bölgesel voleybol ligi ve Voleybol 3 ligin de oynayan sporcuların empati beceri seviyesi tarama yöntemi kullanılarak betimlemeye çalışılmıştır. Elde edilen betimsel verilere dayanarak voleybolcuların empati beceri düzeyinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ve bu tespitin bazı demografik değişkenler açısından (yaşı, okuduğu bölümü, oynadığı mevki, takımında kaptanlık yapıp-yapmadığı, kaç yıl oynadığı, okuduğu bölümde sınıf değişkeni )incelenmiştir.

Araştırmada Üstün DÖKMEN' nin (1988)' de geliştirmiş olduğu empati Beceri öleceği (EBÖ) kullanılmıştır. Ölçeğin pilot oynamış 55 sporcu üzerinde uygulanmıştır. Pilot uygulama sonucu ölçeğin güvenilirliği 0,82 bulunmuştur.

Esas uygulama ise: Bölgesel Voleybol Ligi ve Voleybol 3.liginde oynayan 155 sporcuyla yapılmıştır.

Araştırma sonucunda voleybolcuların empati beceri düzeyleri yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca test kapsamında ele alınan demografik veriler incelendiğinde sporcuların okuduğu bölümde kaçınıcı sınıfta olduğuna göre, okuduğu bölüme, mevki değişikliğine göre anlamlı farklılık tespit edilirken, oynadığı yıl sayısı, mevki ve oynadığı yıla göre, takımında kaptanlık yapıp, yapmadığına göre anlamlı farklılık bulunmamıştır.

## ABSTRACT

Regional volleyball league this research study, and 3 athletes playing volleyball league was attempted by means of literature descriptive skill level of empathy. Based on data obtained from the descriptive volleyball players have a higher skill level of empathy. And this finding in terms of some demographic variables (age, read the section, play a position, whether team-captain did not do, play a few years, read the section, class variable) was examined.

Outstanding research Dökmen 's (1988) developed the skill of empathy is going to die (ESS) was used. Implemented on a pilot scale, played 55 athletes. Reliability of the scale was 0.82 as a result of the pilot implementation. In the main application.

Regional Volleyball League and the 155 athletes were playing in volleyball 3.leage.

As a result of empathy skill levels were higher in volleyball, IN addition, demographic data were analyzed, taken within the scope of testing athletes' grade section that reads, according to ,section reads, position change, significant differences were detected, the number of years playing volleyball team, branch, location, and play a year, making team captain, did not make statistically significant difference was found.

## İÇİNDEKİLER

<b>ÖNSÖZ</b> .....	<b>i</b>
<b>ÖZET</b> .....	<b>ii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>iii</b>
<b>GİRİŞ</b> .....	<b>1</b>
<b>BÖLÜM I</b> .....	<b>4</b>
<b>I.1. EMPATİNİN TANIMI VE TARİHÇESİ</b> .....	<b>4</b>
<b>I.2. EMPATİNİN ÖĞRETİLMESİ VE GELİŞTİRİLMESİ</b> .....	<b>10</b>
<b>I.3. GÜNLÜK YAŞAMDA EMPATİNİN ÖNEMİ</b> .....	<b>14</b>
<b>I.4. EMPATİNİN KİŞİLERARASI İLETİŞİMDEKİ YERİ</b> .....	<b>17</b>
<b>I.5. EMPATİNİN ÖLÇÜLMESİ</b> .....	<b>21</b>
<b>I.6. EMPATİNİN GELİŞİM EVRELERİ</b> .....	<b>24</b>
<b>I.7. EMPATİNİN BİLEŞENLERİ</b> .....	<b>27</b>
I.7.1. Algısal Bileşen.....	28
I.7.2. Bilişsel Bileşen .....	28
I.7.3. Duygusal Bileşen.....	29
I.7.4. Bildirim Bileşeni .....	29
<b>I.8. EMPATİNİN TEPKİ BASAMAKLARI</b> .....	<b>30</b>
I.8.1. Onlar Basamağı .....	32
I.8.2. Ben Basamağı .....	33
I.8.3. Sen Basamağı .....	34
I.8.4. Biz Basamağı.....	36
<b>I. 9. EMPATİNİN SEMPATİDEN FARKLILIĞI</b> .....	<b>36</b>
<b>I.10. YARDIM ETME DAVRANIŞI VE EMPATİ</b> .....	<b>41</b>
<b>I.11. EMPATİ VE SPOR</b> .....	<b>44</b>
<b>BÖLÜM II</b> .....	<b>46</b>
<b>II.1. Konu İle İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar</b> .....	<b>46</b>
II.1.1. Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar.....	46
II.1.2. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar .....	54
<b>BÖLÜM III</b> .....	<b>60</b>
<b>III.1. YÖNTEM</b> .....	<b>60</b>
III.1.1. Araştırmanın Modeli.....	60

III.1.2. Araştırma Grubu .....	60
III.1.3. Verilerin Toplanması .....	60
III.1.4. Kişisel Bilgi Formu.....	61
III.1.5. Empatik Egilim Ölçeği (EEÖ):.....	61
III .1.6. Verilerin Analizi .....	62
<b>BÖLÜM IV.....</b>	<b>64</b>
<b>IV. BULGULAR.....</b>	<b>64</b>
<b>TARTIŞMA VE SONUÇ .....</b>	<b>79</b>
<b>KAYNAKÇA.....</b>	<b>82</b>
<b>EKLER .....</b>	<b>98</b>



## TABLOLAR LİSTESİ

<b>Tablo 1:</b> Voleybolcuların Yaş Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı:.....	64
<b>Tablo 2:</b> Voleybolcuların Bölüm Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı: .....	65
<b>Tablo 3:</b> Voleybolcuların Sınıf Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı: .....	66
<b>Tablo 4:</b> Voleybolcuların kaç yıldır spor yaptıklarını Gösteren Frekans Dağılımı:.....	67
<b>Tablo 5:</b> Voleybolcuların kaptanlık yapıp yapmadıklarını Gösteren Frekans Dağılımı.....	68
<b>Tablo 6:</b> Voleybolcuların Mevki Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı.....	69
<b>Tablo 7:</b> Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One-Sample Kolmogorov-Smirnov Testi:.....	70
<b>Tablo 8:</b> Yaş Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One Way Anova Sonuçları.....	70
<b>Tablo 9:</b> Yaş Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerinin Tukey Testi İle Karşılaştırılmasını Gösteren Analiz Sonuçları .....	71
<b>Tablo 10:</b> Bölüm Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One Way Anova Sonuçları .....	72
<b>Tablo 11:</b> Bölüm Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerinin Tukey Testi İle Karşılaştırılmasını Gösteren Analiz Sonuçları.....	72
<b>Tablo 12:</b> Sınıf Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One Way Anova Sonuçları .....	73
<b>Tablo 13:</b> Sınıf Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerinin Tukey Testi İle Karşılaştırılmasını Gösteren Analiz Sonuçları.....	74
<b>Tablo 14:</b> Yıl Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One Way Anova Sonuçları.....	75
<b>Tablo 15:</b> Mevki Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One Way Anova Sonuçları .....	75
<b>Tablo 16:</b> Kaptanlık Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren t Testi Sonuçları .....	75
<b>Tablo 17:</b> Kaç Yıldır Spor Yaptıkları Ve Mevkilerine Göre Empatik Beceri Düzeyleri Puanlarının Betimsel İstatistikleri .....	76
<b>Tablo 18:</b> Kaç Yıldır Spor Yaptıkları Ve Mevkilerine Göre Empatik Beceri Düzeyleri Puanlarının Anova Sonuçları.....	78

## ŞEKİLLER LİSTESİ

<b>Şekil 1:</b> Voleybolcuların Yaş Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı .....	64
<b>Şekil 2:</b> Voleybolcuların Bölüm Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı.....	65
<b>Şekil 3:</b> Voleybolcuların Sınıf Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı .....	66
<b>Şekil 4:</b> Voleybolcuların Sınıf Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı .....	67
<b>Şekil 5:</b> Voleybolcuların Kaptanlık Yapıp Yapmadıklarını Gösteren Frekans Dağılımı .....	68
<b>Şekil 6:</b> Voleybolcuların Mevki Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı .....	69

## GİRİŞ

Spor, bilim araştırmacılarına toplumun değerlerini, sosyalleşmeyi, toplumsal tabakalaşmayı ve bürokrasiyi gözlemleyebilecekleri, aynı zamanda toplumda hali hazırda işler durumda olan süreçleri ve yapıları adlandırabilecekleri geleneksel laboratuvarlar sağlayan bir kurumdur. İnsanların oynamayı tercih ettikleri oyunların çeşidi, rekabet edebilirlik dereceleri, kuralların çeşidi, katılımcıların sınırlılıkları, mevcut düzenlemelerden yararlanan ve yararlanmayan gruplar, değişimin oranı ve çeşidi ve son olarak spordaki ödöl mekanizması, toplumda yer alan ve içinde sporu barındıran küçük bir evren elde edilmesini sağlamaktadır (Eitzen, 2012).

Yukarıdaki paragrafta görüldüğü üzere spor çok yönlü bir kavramdır. Bundan dolayı sporun ne olduğuna ilişkin farklı yazar ve araştırmacılar tarafından ortaya atılmış tanım ve görüşler mevcuttur. Bu durumun sebebi olarak sporun kapsamı, branşları, hedefleri, içerikleri ve yapılış biçimlerinin farklı biçimde algılanıp değerlendirilmesi gösterilebilir (Yetim, 2008).

Günümüzde çağdaş eğitimin bir parçası haline gelen spor, sportif etkinliklere katılmada, çocuklardaki yardımlaşmanın geliştirilmesinde ve beraber çalışma disiplininin kazandırılmasında etkilidir (Balcıoğlu, 2003). Yardımlaşma denildiğinde ise akla gelen ilk kavramlardan birisi de empatidir. Tıpkı sporun tanımında olduğu gibi empatinin de evrensel olarak üzerinde uzlaşmış bir tanımına ulaşmak güçtür. Bu tanımlardan birinde Tarhan (2011: 161)'a göre, Türk kültüründe diğerkâmlık olarak adlandırılan empati 'kişinin başkaları hakkında da gam, kaygı hissetmesi, başkalarının da iyiliğini düşünerek hareket etmesidir.

Popüler sporlardan birisi olan ve milyonlarca kişinin severek oynadığı voleybol, takım sporlarından birisidir. Voleybol her ne kadar bir takım sporu olsa da içinde bireysel hareketleri de barındırır. Bireysel hareketlerin birleşmesi ve uyumuyla da takım oyunu ortaya çıkar. Voleybol sporunda başarı için oyuncuların birbirlerine karşı anlayışlı ve uyumlu olmaları aynı zamanda yardımlaşma duygusuna sahip olmaları gerekir. Takım oyuncularının hem saha içinde hem sosyal yaşamlarında uyumlu olabilmeleri ve birliktelik duygusu içinde olmaları takım başarısı için önemlidir. Bu nedenle takımı oluşturan bireylerin aralarındaki iletişim ve empati düzeyi de önemlidir. Buradan takım oyuncularının fiziksel özellikleri kadar sosyal özelliklerinin de önemli olduğu anlaşılmaktadır (Kabasakal ve Şahan, 2009).

Empatinin günlük hayata katkıda bulunduğu bazı kazanımlar vardır. Bu kazanımları Alcay (2009) şöyle sıralamaktadır.

- Empati, her şeyden önce insanları bir bire yaklaştırır, iletişimi kolaylaştırır ve egoizmi azaltır.
- Empati, fedakarlık güdüsünü ön plana çıkarır, kişiyi sosyalleştirir ve ilişkinin devamını kolaylaştırır.
- Bir başkasının içinde bulunduğu durumu anlamamıza yardım eder. Böylece, o kişiyle daha derin bir seviyede iletişim kurar ve o kişiyi daha net bir şekilde kavrarız.
- Empati kuran kişinin, sadece sözlerimizi anlamakla kalmadığını, mesajın arkasında duran “bizim” de farkımıza vardığını hissederiz. Böylelikle biliriz ki, biz farkına varılan ve kabul edilen özel bir kişiyiz.
- Hoşgörüyü artırır. Farklılıkları, iletişimi engelleyen yüksek ve kalın duvarlar olmaktan çıkarır, insanlığa ait birer zenginliğe dönüştürür.

- Kişiyeye çeşitli eğilimler kazandırır. Bu eğilimlerden bazıları şunlardır; sosyal uzlaşma yeteneği, ileri düzeyde farkındalık, iletişim becerisi, duygusal eğilim..vb.

Empatinin insana ve günlük hayatına katkılarıyla sporun insanın, toplumun üzerindeki etkileri paralellik göstermekte olduğu söylenilebilir. Bu konuda yetim (2008) sporun kazanımlarını şöyle sıralamıştır

- İnsanın iradesinin güçlendirerek, kendine olan güvenini kazanır ve şahsiyetin oluşmasını kolaylaştırır.
- Spor, toplum üyeliğini kazanması ve bireyin sosyal çevrelere katılımını ateşleyen bir sosyal etkinlik olmasından dolayı kişinin sosyalleşmesinde önemli rol oynar.
- Spor, bireyin dar dünyasından kurtularak diğer inanç ve düşüncede olan insanlarla karşılaşmasını, onlarla diyalog kurmasını, onlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlar. Bu yönüyle sporun dostluğu pekiştirici ve sosyal kaynaşmada destek sağladığı söylenebilir.
- Spor, bireyin ruhundaki savaşçı, kavgacı, enerjiiyi, barışçı, dostane bir zemine çekerek ‘‘çatışmayı ‘ , ‘ karşılamaya’’ dönüştürür. Spor bu yönüyle bireye, oyun içindeki rekabet ve yarışma ortamında ‘‘üstün gelme’’ dolayısıyla ‘‘ başarıma’’ zevkini tattırır ve onu hayata daha fazla bağlar.

Empati ve sporun kişiyeye ve topluma kazanımlarına bakıldığında; ikisinin de hoş görü, kişisel gelişim, muhatabını anlama, sosyalleşme, etkili iletişim, insanların birbirini anlamak için çaba göstermesi, uzlaşa gibi kavramları pekiştirmekle beraber geliştirici oldukları söylenebilir.

## BÖLÜM I

### I.1. EMPATİNİN TANIMI VE TARİHÇESİ

Günümüzde kullanılmakta olan “empati” kavramı farklı birçok bakış açısıyla ele alınmaktadır. Dolayısıyla bu kavram farklı tanımlara ve boyutlara sahiptir.

Empatinin özellikle tarihsel gelişim sürecine bakıldığında; Theodere Lipps’in Estetik adlı eserinde yer alan “einführung” kavramının empatinin bugünkü anlamıyla ortaya çıkmasına katkıda bulunduğu görülmektedir. Lipps’e göre empati, bireyin iç taklit yoluyla karşısındakini anlamaya çalışması denilebilir. 1909 da Lipps’ in bu tanımına farklı bir bakış açısı getiren Titchener “empathia” terimini kullanmış ve İngilizceye “empathy” olarak çevirmiştir. Empatheia kelimesinin anlamını “em” ve “pathia” kelimelerinin sırasıyla “içine” ve “algılama” kelimelerinin birleşmesiyle vermeyi amaçlamıştır. Yani, araştırmacının empatiyi bir içsel algılama süreci olarak gördüğü söylenebilir. Bununla birlikte, Titchener içsel algılama ile karşıdaki insanın duygularının tamamıyla anlaşılamayacağını da belirtmektedir. Bu nedenle son dönemlerde empati kavramını “ başkasının duygularını bilmek ” gibi bilişsel bir boyutta ve “sosyal zihinsel bağlanma” gibi sosyo-bilişsel bir boyutla ele almaya başlamıştır.(Dökmen, 2005)

Literatüre bakıldığında empati kavramının yerine farklı isimler kullanan araştırmacılar olmuştur. Örneğin, Bender ve Hastorf sosyal duyarlılık, Comipell ve arkadaşları duygusal duyarlılık, Stewart özdeşim, diğer araştırmacılarda kişiler arası algı, rol alma, perspektif alma, bakış açısı alma, insanları anlama kapasitesi, duygudaşlık,

eşduyum, benmerkezcilik gibi isimleri kullanmışlardır.(Borke,1971:263-269; Ünal,2003,27).

Empatinin 1900'lü yıllardaki tarihi gelişimine baktığımızda şu dönemlerden geçtiği görülmektedir:

1950'li yılların sonlarına doğru kişinin karşısındaki tanıyarak kendini onun yerin koyması ve onun özelliklerini öğrenmesi anlamına gelen, bilişsel yönü üzerinde durulmuştur.(Dökmen, 1988:156-157)

1960'lı yıllarda karşısındaki kişiyi anlamının empatinin ön koşulu sayıldığını ancak bunun tek başına yeterli olmadığı için bilişsel yönünün yanında duyuşsal yönü de vurgulanmıştır.7,8 Bu dönemlerde empatinin karşısındaki kişinin hissettiği duygularının aynısını, onun gibi hissetmek olduğu ifade edilmiştir.(Dökmen,1988)

1970'li yıllara gelindiğinde ise empatinin bir kişinin duygusunu anlaması ve içinde bulunduğu durumu ona iletmesi olarak tanımlanmakta, diğer yıllara oranla daha dar anlamda kullanıldığı görülmektedir.(Dökmen,2005) bu yıllarda birey kendisinin değil de karşısındaki kişinin ne hissettiği üzerinde yoğunlaşmıştır.

1980'li yıllarda empatinin hem bilişsel hem duyuşsal öğelerini içerdiği görüşü kabul edilmiştir.(Dökmen,1997:340).

1990'lı yıllarda ise empati "bir olaya veya nesneye içine girerek bakmak" olarak tanımlanmıştır.(Dökmen,2005:340)

Yapılan araştırmalara göre empatinin birçok tanımının olduğu görülmektedir. Bu araştırmalara göre empati kavramıyla ilgili yapılan tanımları kronolojik bir sıraya koyabiliriz.

1912’de The Shorter English Dictionary (Kısaltılmış İngilizce Sözlük)’de empati “bir bireyin kişiliğinin görülerek tam olarak anlaşılması veya derin düşünce nesnesi” olarak tanımlanmaktaydı.(White, 1997:264).

Dymond (1949) empatiyi bir bireyin karşısındaki kişinin düşünce, duygu ve hareketlerinin hayal gücüne dayanarak kendi içine alması olarak ifade etmektedir.

Berger (1962) gözlemcinin yapmış olduğu duygusal tepkisiyle uyarılan kişinin duygusal durumu arasındaki bağı empati olarak tanımlamıştır.

Hogan (1969) ise empatinin bir başkasının düşünce hali ya da durumunun zihinsel ve hayali olarak anlaşılabilmesi becerisi olduğunu vurgulamaktadır.

Günümüzde empati denildiğinde akla ilk olarak gelen Carl Rogers, 1970 ‘li yıllarda yaptığı çalışmalarla empatinin bir kişinin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyarak onun bakış açısıyla bakması, o kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru olarak anlaması, hissetmesi ve bu durumu ona iletmesi süreci olduğunu belirlemektedir. Bu tanım günümüzde çoğunluğun da kabul ettiği bir tanım haline gelmiştir.(Rogers, 1983).

Rogers, 1983 yılında ise bir bireyin karşısındaki kişi ile empati, kurabilmesi için gerekli olan üç temel ögenin varlığından bahsetmektedir. Bu öğeleri şöyle sıralamıştır;

**1.**Empati kuracak kişinin kendisini karşısındaki kişinin yerine koyması ve olaylara onun bakış açısıyla bakması gerekir. Birey, dünyaya bakış tarzı anlamındaki kişinin “fenomenolojik alan”ına girerek empati kurmaya çalışır. İnsanlar sahip oldukları fenomenolojik alan sayesinde kendilerine özgü bir bakış tarzıyla dünyaya ve olaylara bakarlar. Anlamak istedikleri bireyleri karşısındaki kişinin dünyaya bakış açısıyla bakarak, onun rolüne girerek ve onun yerine geçerek olaylara onun gözlükleriyle bakar. Ancak kişi empati kurulduğunda, karşısındaki kişinin rolünde sadece bir süre kalmalı, sonra bu rolden



çıkmalı ve tekrar kendine rolüne geçebilmelidir. Aksi durumda empatinin varlığından söz edilemez.

2. Bireyin empati kurmuş sayılması için karşısındaki kişinin duygularını ve düşüncelerini doğru anlaması gerekmektedir. Sadece duygularını ya da sadece düşüncelerini anlamış olmak yeterli olmaz. Bireyin karşısındaki kişinin rolüne girerek onun ne düşündüğünü anlaması, bilişsel bir etkinlik olan empatinin “bilişsel bileşeni” ortaya çıkarmış olur. Eğer birey, karşısındaki kişinin hissettiklerinin aynısını hissederse, duygusal bir etkinlik olan empatinin “duyuşsal bileşeni” ortaya çıkar. Bu iki bileşenin yüksek düzeyde olması hem bireyin farkındalığını artırır hem de istenilen düzeyde ilişki kurabilmesini sağlar. (Öz, 1998)

3. Empati tanımındaki son öge ise, bireyin zihninde oluşturduğu empatik anlayışı karşısındaki kişiye iletmesi davranışı olarak tanımlanmaktadır. Bireyin karşısındaki kişinin sadece duygularını ve düşüncelerini anlamış olması yetmez, birey ne anladığını diğer kişiye ifade etmezse empati süreci tamamlanmış olmaz. (Dökmen, 2005:135-137)

Rogers’la (1983) aynı dönemde Gladstein, Johnson ve arkadaşları da araştırma yapmış; Gladstein empatiyi sosyal psikoloji ve gelişim psikolojisi alanlarında incelerken,<sup>15</sup> Johnson ve arkadaşları ise empatiyle ilgili kendine güven, mizaç dengesi, duyarlılık ve düzenli olmama olmak üzere 4 farklı faktör belirlemişlerdir. Bu dört faktör empatiyi oluşturmaktadır ve bu faktörlerden birisi olmadığı takdirde empati kurmada zorluk çekileceği düşünülmektedir.

1990 yılında ise Eisenberg ve Strayer empatinin duygu durumuna açık olmaya hazır oluş ve kişilerarası ilişkideki çok yakın olma anlamındaki “intimacy” ile bağlantılı olduğunu, Dökmen empatinin ölçülebilen ve uygun eğitimle geliştirilebilen bir iletişim

becerisi olduğunu, Zahn-Waxler ve Radke-Yarrow ise empatinin dramatik ve idrak etmeye ilişkin bileşenleri kapsadığı üzerinde durmuşlardır.

Chandler, Krauss ve Gluckberg, Maratsos, Piche ve Hoy'da Barnett gibi empatinin bilişsel bir fonksiyon olduğunu ileri sürmüşler, empatiyi bireyin düşünerek karısındaki kişinin duygusunu anlama ve belirleme süreci olarak tanımlamışlardır.(Barnet, 1990).

Empatinin duyuşsal yönü üzerinde ise Rotherberg, Borke, Mehrabian ve Epstein durmuş, empatinin bireyin karşısındaki kişinin hissettiklerinin aynısını hissetme yeteneği olduğunu belirtmişlerdir.

1990'lı yıllarda empatinin hem bilişsel hem de duyuşsal yönü üzerinde duran Rogers, Carkhuff ve Truax gibi 2005 yılında Budak da bu görüşü desteklemiş ve kişinin kendisini karşısındakinin durumunda hayal etmesiyle, kendi benzer tecrübelerini hatırlamasıyla gerçekleşeceğini savunmuştur(Budak, 2005).

Erkuş (1994) ise bu düşünceye zıt olarak kişinin duygusal-bilişsel girdabına kendini kaptırmaması gerektiğini, empatinin bir çeşit "rol alma/yapma sanatı" olduğunu belirtmiştir. Mead'de rol alma ve sosyal zekanın özvarlığını oluşturmayla empatinin oluşacağını söylemiştir.(Akt; Ay,1999).

Empati alanında yapılan önemli çalışmalardan biri de Davis'in (1994) yapmış olduğu çalışmadır. Davis empatinin kavramsal ve duygusal bileşenlerini incelemiş, empatiyi en geniş anlamda "bireyin bir başkasının gözlemlenen deneyimlerine verilen tepkileridir" şeklinde tanımlanmıştır.( Hançer ve Tanrısevdi,2003).

Psikolojik araştırma tarzını, duygulanımsal hassasiyeti ve bağı belirtmek için kullanılan empati terimi, kişinin duygu, düşünce, algı, tavır ve davranışlarını sanki

kendisiymiş gibi düşünerek, onun baktığı ve yaşadığı açıdan bakması olarak da ifade edilebilmektedir.(Tan, 1992:46; Shamasunder, 1999:232-245)

Bellous (2001) ve Vincent (2002) empatinin tanımının yanında yararlarından da bahsetmişler, empatik eğilime sahip olan kişilerin diğer insanların yaşantılarına kolayca girebileceğini, onların yaşantısında güvenli bir arkadaş olma imkânını sağlayacağını, onları doğru olarak anlayabilme becerisine sahip olunacağını söyler. Böylece karşıdaki kişi kendini daha rahatlamış hisseder (Vincent, 2002)

Empati başka bir tanımla şöyle ifade edilebilir; kişinin algılamasını ve düşüncelerini fark ederek elde ettiği anlayışı olumlu bir şekilde karşıya aktarabilme becerisidir.(Cotton, 2001).

Gerlach'a (2001) göre, empati bir insanın düşüncelerine ruhsal olarak girilmesi veya kişinin bakış açısına değer verilmesi olarak tanımlanmıştır.<sup>26</sup>

Bilgin (2003) empatinin, “diğeri”ni “diğeri” olarak anlamak ve onun potansiyellerini tahmin etmek için çaba harcamak olduğunu ileri sürmüştür.<sup>27</sup>

Ömeroğlu'na göre empati hayata başkasının bakış açısıyla bakabilmek ve o kişinin hissettiklerini hissedebilmek olarak genel bir tanım yapılabilir.(Ömeroğlu vd.,2004:57).

Adler, empatinin gerçekleşebilmesi için gözlemcinin olayları karşısındaki kişi gibi görmesi, kendini onun yerine koyarak, onun bakış açısıyla bakması ve onun gibi hissedip davranmasının gerekliliği üzerinde durmuştur.(Gençtan, 2005:121).

2005 yılında insanı “homo empathicus” olarak adlandıran Coulehan, empatiyi insanı sınırlandıran bir yetenek olarak görmüş, empatinin kendiliğinden değil de sosyal çevreye bağlı olarak gelişen ya da gelişemeyen bir potansiyel olduğu üzerinde durmuştur.

Ayrıca insanların içsel durumlarını anlama ve bunlara uygun yanıt verme yeteneği kazandıracağını söylemiştir.(Kabapınar, 2004).

Yine aynı yılda Held ve Maucorps da empatinin a)kendini başkalarının yerine koyma yatkınlığı (empati), b)kendini başkalarının gözüyle görme yatkınlığı(oto-empati), c) başkalarını başka insanların gözüyle görme yatkınlığı(allo-empati) olarak üç aşamada gerçekleştiğini ileri sürmüştür (Atilla, 2005:30).

Yapılan tanımlardan da anlaşıldığı gibi tam olarak bir görüş birliği olmamasına rağmen, empatinin kişiler arası ilişkilerde ve diğer yaşamlarda da bulunması gereken bir unsur olduğu herkes tarafından kabul görmüştür.

## **I.2. EMPATİNİN ÖĞRETİLMESİ VE GELİŞTİRİLMESİ**

Günlük yaşamın hemen hemen her kesiminde empatik anlayış,iletişimi kolaylaştırma ve insanları birbirine yaklaştırma özelliğine sahiptir. Empati tek taraflı bir etkinlik olmayıp, hem empati kuran kişiye hem de empati kurulan kişiye faydasının olduğunu söylemek mümkündür. Bu nedenle insanlara verilecek empati eğitiminin önemli olduğu kabul edilmektedir.(Dökmen, 1994).

Empatinin eğitim yoluyla sahip olunabilecek bir beceri olup olmadığı oldukça yoğun tartışılmaktadır. Bu kadar tartışma konusu olmasının sebebi empatinin toplum tarafından benimsenmiş ve kişinin davranışlarını belirleyici ve olumlu bir kişilik özelliği oluşturduğu olgusundandır. Davis(1990) empatinin bir beceri yerine tam aksine öğretilmesi olanaksız ve ancak kalıtsal yetenek ve davranış olduğunu savunanlar arasında yer alır. Bu görüşü güçlendiren temel referanslar Edith Stein (1970)ve Carl Rogers(1951;1975) olmuştur.

Morrison Çocuklar doğdukları günden itibaren başkalarının ağlamasından rahatsız olduklarını, üç aylıkken mutluluklarını ve üzüntülerini yüz ifadeleriyle gösterebildiklerini ifade edip empatinin bireyin doğduğu günden itibaren empati yetisinin var olduğunu vurgulamak istemektedir. (Morrison-Severino, 2007:29).

Bazı psikologlar da empatinin bebeklikteki görünümüne motor taklit adını vermektedir. Örneğin başka bir bebeğin elinin acıdığını gören bebek, kendi parmaklarının da acıdığını zannedebilir. Annesinin ağladığını gören bebek kendi gözyaşlarını siler gibi yapabilir. Bu davranışlar empati olarak değerlendirilmemelidir. Çünkü empatik süreçten bahsedebilmek için; çocukların belli bir aşamadan geçmesi gerekir. Çocuklar, yaklaşık iki buçuk yaşlarında başkalarının acılarının kendi acılarından farklı olduğunu ayırt etmeye başlarlar.(Thornton, Susanne,2003).

Bu görüşün aksine (Gillet,2006) 'e göre de empati çocuklarda ilk yaşlardan itibaren var olan bir yetenektir. Empati potansiyelinin okul öncesi dönemde zamanla gelişir, son çocukluk ve ilk ergenlik dönemlerinde de bilişsel özelliklerin kazanılmasıyla birlikte belli bir düzeye ulaşır. Çocuklar ergenlik döneminde başkasını anlayabilir, kendisini başkasının yerine koyabilir, empati kurabilir ve başkasının yararını düşünerek diğergam bir davranış sergileyebilir.(Gillet,Kyle Stephen,2006).

Empati öğretiminin en önemli eşiğinin çocukluk yılları olduğunu vurgulayanlardan birisi de Eisenbergdir. Eisenberg (2001)'e göre; birey çocukluk yıllarının ilk çağından itibaren aile ve sosyal çevre ile olan ilişkilerini empati tutumunun kazanılmasındaki belirleyici unsur olduğunu ifade etmektedir. Aileler çocuklarına empatiyi teşvik eden hikayeler ve anlatılarla, diğergamlığı vurgulayan sözlü mesajlarla, ebeveyn olarak kendi aralarında sergiledikleri empatik tavırlarla empatinin kazanılmasını pekiştirebilirler. Anne, babalar tarafından çocuklarının başkalarını anlamaya ve yardım etmeye yönelik çabalarını

destekleyerek ve ödüllendirerek, empati yetisinin kazandırılmasında olumlu katkı sunabilirler. Bu tutumun aksine dayatmacı, cezalandırıcı, buyurgan tavırlarla içten empati eğiliminin kazandırılmasını düşünmek yanlış bir düşünce olmakla birlikte, olumsuz bir etki yapması söz konusudur (Ayten, 2010).

Strayer (1985) empatinin çocukluk döneminde kazandırılması görüşünün önemini vurgulamak istemektedir. Strayer empatinin gelişiminin dört aşamada gerçekleştiğini ileri sürmektedir.

Birincisi, çocuğun karşıdaki kişinin duygusal ipuçların çok az bilinçli tepki verdiği aşamadır. Bu aşamada küçük çocuklarda oluşabilir. Çocuklar anlam ipuçlarını keşfetmesi ile bilinçli tepkiler artmaktadır. Küçük çocuklar diğer kişinin gerilimini kendi gerilimi gibi yaşarlar ve kendileri ile diğer kişinin duygularını karıştırırlar.

Empatinin gelişiminde birinci aşamayı Hoffman bir örnekle betimler. Bebekler, ağlayan başka bir çocuğu gördüklerinde çoğunlukla kendileri de ağlamaya başlar. Bu empatinin ilk aşamasıdır. Bu, ‘’ global empati’’ olarak tanımlanmaktadır. Bu durumun nedeni, bebeğin kendisi ile dış dünya arasında ayırım yapma yeteneğinin henüz olmaması, diğer kişilerin sıkıntısını kendi sıkıntısı gibi yorumlayıp ve yaşamasıdır.

Empatinin ikinci aşamasında ise, çocuklar yaklaşık iki yaşlarında başkalarının sıkıntısının kendi sıkıntısı olmadığını açıkça anlayabilirler. Bilişsel gelişim bakımından olgunlaşmadığı için ne yapmaları gerektiğinden tam olarak emin değillerdir. Bu aşamada, kendimize diğer kişinin ayakkabılarıyla yürüyebilmeyi öğretmemiz gerekmektedir. Okul öncesi dönemdeki çocuk bunu fantezilerle yapabilir. Bu aşama kendisi ve diğeri ayırımını gerektirir. Bu evrede çocukların bazıları, başkalarının sıkıntılarını merak etme ve izleme tarzında tepki verebilir. Diğer bazılarının da, başka çocukların sıkıntısına yüzlerindeki empatik duygu ile tepki verdikleri görülmektedir. Yani başka çocukların acılarına olumsuz bir yüz tepkisi vermişlerdir. Bu çocuklar ‘’ ağlayan çocuklardan uzaklaşmışlardır ve azarlamışlardır’’. Hatta sızlanan çocuğa ‘’neden ağlıyorsun’’ diyerek vuran çocuklar olmuştur.

Üçüncü aşamada, diğer kişi ve kendisine ilişkin benzer deneyimler ve imgesel duygular arasında çağrışımlar oluşur. Kişiler diğer kişiye yönelik olarak empati yaşar. Bu evrede algısal, bilişsel yetenekler olgunlaştıkça bilişsel empatinin, yani olayları başkasının bakış açısıyla görme ve uygun bir şekilde davranabilme evresi başlamaktadır. Böylece çocuk mutsuz bir arkadaşına ne zaman yaklaşacağını ne zaman rahat bırakacağını bilmeye başlar. Başkalarının ne hissettiğini kendi iç dünyasına başvurarak anlamaya çalışır. Yaklaşık onlu yaşlarının başlarından itibaren, çocuklar empati duygularını tanıdıkları kişilerden başka insanlara yönelirler. Yani tanımadığı başka insanlara da empatik tepkide bulunmaya başlarlar. Soyut empati olarak tanımlanan bu evrede, çocuklar artık başka yerde, başka ülkedeki avantajsız insanlara ilgi göstermeye başlar. Başkalarını düşünen davranışlar sergilemeye başlarlar ve bazen TV’de izledikleri film, haber vb.de yer alan insanlara ilişkin empatik tepkiler verebilirler.

Dördüncü aşamada, kendisi ve diğeri sınırları oluşturur. Problem çözme ve yardımın başladığı son aşamadır. Strayer’e göre empatinin sempati içerisinde değiştiği son aşamadır. Kişinin zihinsel olarak diğer kişinin rolüne kendisini koyduğu ve olumlu sosyal davranış ürettiği son aşamadır. Kişinin zihinsel olarak diğer kişinin rolüne kendisini koyduğu ve olumlu sosyal davranış ürettiği son aşamadır. McLean(1987) Empati örgüsünün çocukluk sırasında uyarılması gerektiğini, yoksa asla işlenemeyeceğini belirtmektedir. Empatinin temelindeki duyguları anlama kişisel bir kimlik duygusunun ön koşuludur. (akt.Kaya, 2010).

Empati eğitiminin amacı, insanda var olan empati kurma yeteneğini geliştirmek, her yaş grubu bireylerle iyi ilişkiler kurulmasını sağlamaktır .Bireyin empatik yeteneklerini geliştirmek için yapılan eğitim, empatik tepkiyi içeren duygusal ve bilişsel yeteneklerin geliştirilmesi üzerinde yoğunlaşmakta; empatik aşamada gerekli olan duyguları tanıma, değerlendirme ve adlandırma gibi bilişsel unsurları da içermektedir.(Pecukonis 1990,Kalliopuska, 1992).

Bir insanda empati oluşturmanın yetenek ve beceri kadar olduğu kadar bazı özelliklere de sahip olması gerekir. Başarılı bir empati kurulabilmesi için duygusal deneyim ve beceri gerekir, duygusal zekanın farkında olunması ve kullanılması da gerekir

.İnsan önce insanlar ve yaşam arasında bir ilişki olduğunun bilincinde olmalıdır. Başarılı bir empati kurmak duygusal becerilerimizin gücüdür. Empati bir temas sonucunda kurulur, bu temas öyle bir temastır ki bir kuyumcunun pırlantayı tanımada benzer, pırlantaya iyi bir şekil vermek için sanatkar bir kuyumcu deneyimi ve becerisine sahip olmak gerekir (Değirmenci, 2004:146,151).

Empati öğretimini insanın anatomik ve biyolojik yapısını göz önünde bulundurarak inceleyen uzmanlar da vardır. İnsanda empati kavramının biçimlendiği ve geliştiği, empatinin de merkezi sayılan yer beyninin sağ lobu ‘‘sağ beyin’’dir. Beynimizin iki lobunu da kullanma konusunda günümüzde önemli çalışmalar ve eğitim olanakları bulunmaktadır. Bireyde empati eksikliğinin veya empati sorununun olması genellikle sağ beyindeki işlevsizlik veya sağ beyni kullanma alışkanlığının olmamasından kaynaklanmaktadır. Sağ beyni etkili kullanma eğilimi ve eğitimi sayesinde insanın kendisini yeniden keşfetmesi ve geliştirmesi mümkündür (Salmış, 2011).

### **I.3. GÜNLÜK YAŞAMDA EMPATİNİN ÖNEMİ**

Empatik anlayış, insanlar arasındaki iletişimi kolaylaştırma ve onları birbirine yakınlaştırma özelliğiyle günlük yaşamdaki yerini almaktadır. İnsanlar kendileriyle empati kurulduğunda, anlaşıldıklarını düşünerek kendilerini daha iyi hissederler, diğer kişiler için önemli olduklarını anlarlar ve bu onları rahatlatır.(Dökmen,2004:147)

Yapılan araştırmalara göre araştırmacılar empati kurabilmek için gereken özellikleri farklı kavramlarla açıklamış olsalar da hemen hemen hepsi aynı düşüncede birleşmişlerdir. Örneğin, Buber (2003) empatinin oluşabilmesi için bireyin toplumsal bir ortamda yaşaması, diğer insanların deneyimlerini gözlemleyerek karşılaşılan duruma göre ‘‘aynı durumda ben olsam ne yaparım, nasıl davranırım, kişinin psikolojik, ekonomik, siyasi,



toplumsal şartları davranışları üzerinde nasıl bir etki meydana getirir?” diye düşünerek bireyin kendini karşıdaki kişinin yerine koyması gerektiğini vurgulamaktadır. Böyle bir durumda ise Buber, kişiler arasında yakınlık bağının oluştuğunu ve kişilerin birbirlerini daha iyi tanımaya başladıklarını ifade etmiştir. (Buber, Martin, 2003).

Rogers, empati kurabilmek için bireyin kendini karşıdaki kişinin yerine koyarak, onun iç dünyasında neler yaşadığının farkında olması gerektiğini belirtmektedir.(Mete ve Gerçek, 2005:11).

Dökmen (2008) ise empati kurmada öznel bir yaşantı olan “algısal yaşantı” kavramından bahsetmiş, her insanda bir algısal yaşantı olduğunu söylemiştir. Başka bir ifadeyle, her insanın dünyaya kendine özgü bir bakış açısıyla bakarak, bireyin olayları karşısındaki kişi gibi algılamasının ve onun gibi yaşamasının gerekli olduğunu söylemektedir. (Dökmen, 2008).

Empati kurmak diğer kişinin dünyasına onu yargılamadan girmeyi gerektirir. Böylece empatik anlama tam olarak gerçekleşmiş olur ve kişi kendini daha rahatlamış hisseder. Duygularını, düşüncelerini, algılamalarını ve olaylara nasıl baktığını, ne anlam verdiğini daha kolay bir şekilde dile getirmiş olur(Dökmen, 2005).

Harrow (1999) ve Devito (1998)’da Dökmen gibi, empati kurulurken bireyin, karşıdaki kişinin farklı değer yargılarını ve inançları olduğunu göz önünde bulundurması gerektiğini, onu iyi/kötü, doğru/yanlış, haklı/haksız olarak değerlendirmenin ya da yargılamanın yanlış olacağını söylemektedirler ve empati kurmak için diğer kişinin duygularının nasıl oluştuğunu onun gözleriyle görmeye çalışmanın gerekli olduğunu savunmaktadırlar.

Günlük yaşamda nasihat vermek, akıl vermek, öğütte bulunmak, teşhis etmek vb. gibi empati türlerine rastlarız. Burada kişinin yapmayacağı sözleri söylemesiyle veya “seni anlıyorum”, “evet haklısın” gibi doğrulayıcı hareketlerde bulunmakla kişi empati kurmuş sayılmaz. Empati kurabilmek için kişiyi iyi dinlemek ve kişiyi anladığımızı karşıya hissettirmek ve sonrasında kişiyi bulunduğu olumsuz durumdan kurtarmak için destekleyici önerilerde bulunmak gerekmektedir. Tanımladığımız durumu daha açık, anlaşılır bir hale getirerek karşımızdaki kişiye dikkatli ve ilgili olduğumuzu gösterirken “seni tanımak ve anlamak için çaba göstermeye istekliyim” diyerek mesaj verilebilir ve konu hakkında “demek istediğin şu mu?” “buradan şunu mu anlamam lazım.....?” “anladığım kadarıyla, durum....dur” şeklinde sorular sorarak kişiyi daha iyi anlayabilir ve anlatılanları somutlaştırılabiliriz (Mckay, Davis, Fanning, 2006).

Empati kurmanın kişiye sağladığı birçok avantaj vardır. Goleman, Stein ve Book empatinin bilişsel, ahlaki gelişim ve psikolojik sağlık için önemli bir beceri olduğunu, insanlar arasındaki ilişki ve açıklığı ifade ettiğini, kişiler arasındaki ilişkilerin artmasına çatışmaların çözüme kavuşmasına yardımcı olduğunu ve farklı kültürlerden olan insanlarla iyi geçinilmesini sağladığı gibi birçok yararından bahsetmektedirler (Tuyan, Beceren, 2002).

Empatik becerisi yüksek olan kişiler olumlu ruhsal kişiliğe sahip bireylerdir. Bu kişilerin özsaygı seviyeleri yüksektir ve diğer insanlara göre daha sevecen, hoşgörülüdürler. Bu kişilerin kendilerini olduğu gibi kabul ederler. (Kalliopuska, 1992).

Empatik beceriye sahip olan bireyler daha fazla prososyal davranış özelliklerini bulunduran, insanlarla doğrudan ilişkileri olan ve mesleki eğitimleri sırasında karşısındaki kişinin rolünü alabilmeyi başaramış kişilerdir. Bu kişiler hem kendi davranışlarının hem

de başkalarının davranışlarının sebeplerini anlayabilir ve farklı etnik gruplara daha hoşgörülü davranabilirler.(Bayam vd. ,1993; Yüksel, 2004).

Shamasundar (1999) empatinin bireyin karşısındaki kişiyi kolayca ve etkili bir şekilde anlamayı sağladığını belirtmiş, empatinin diğer kişinin duygu durumuna açık olmaya hazır oluş ve kişiler arası ilişkideki “çok yakın olma”(intimacy) ile bağlantılı olduğunu söylemektedir. Bellous (2001) da empati kurmanın ilişkilerde olması gereken zihinsel ve duygusal ortamın oluşmasını ve diğer kişinin yabancı olunan yaşantısını anlamayı sağladığını belirtmektedir.

Yapılan bütün araştırmalardan yola çıkarak, kişi empatik tutum ve davranış içinde karşısındakini dinlediğinde ve anladığında,dinleyen ve anlayan kişi için anlamlı bir yaşantı meydana geleceği, bu yeni yaşantının kişinin yaşamında kendisini var ettiğini anlamayı sağladığı,bu anları çoğaltarak bireyin ve toplumun mutluluğunun sağlanacağı vurgulanmaktadır. Öyleyse diyebiliriz ki,empati her türlü ilişkide insanların yapması gereken bir tutumdur (Okvuran, 1994).

İnsanlar empati kurarak topluma uyum sağlayabilecekleri gibi topluma uyum sağladıkları için de empati kurma becerilerini geliştirebilirler. Görüldüğü gibi empatinin farklı değişkenlerle arasında ilişki vardır ve bu ilişkinin yönü ne olursa olsun empati günlük yaşamda büyük bir öneme sahiptir (Dökmen, 2004:151).

#### **1.4. EMPATİNİN KİŞİLERARASI İLETİŞİMDEKİ YERİ**

İletişim, duygu ve düşüncenin karşılıklı olarak anlaşılması, söz konusu olay ve sorunla ilgili karşılıklı tatmini amaçlayan kişilerarası bir düşünce ve duygu alışverişinin yaşandığı bir süreç olarak tanımlanmaktadır (Özer, 2000). İnsanlar yaşamları boyunca

iletişim kavramını kullanarak hem kendileriyle hem de çevreleriyle etkileşim halinde olmuşlardır (Doğan, 2008:263).

İletişimde eğer kaynak ve hedef “insan” ise bu kişilerarası iletişim olarak adlandırılmaktadır. Mc keachine ve Doyle ise iletişimi göndericiden alıcıya mesaj iletilmesi olarak tanımlarken, eğer gönderici ile alıcı arasında zaman ve mekan birliği bulunursa bu iletişimin “sosyal etkileşim” olacağını belirtmektedir. Yapılan tanımlardan da anlaşıldığı gibi “kişilerarası iletişimin psikolojik bir bilgi alışverişi olduğu” ortak bir tanım olarak kabul edilmektedir(Dökmen, 2005).

Tubbs ve Moss iletişimin kişilerarası iletişim olabilmesi için, kişilerarası iletişime katılanların belli bir yakınlık içinde yüz yüze olmasını, katılımcılar arasında karşılıklı mesaj alışverişinin olmasını ve mesajların sözlü ve sözsüz olarak iletilmesi gerektiğini vurgulamaktadır.(Akt:Dökmen, 1994:24) Erdoğan ise kişilerarası iletişimin sağlanabilmesi için kişinin kendisiyle iletişimi gerçekleştirme kapasitesinin olması gerektiğini ifade etmektedir(Erdoğan,2005:177).

Rogers iletişimden bahsederken, insanın doğasında iyiye doğru bir değişme ve gelişmenin olduğu ve bu değişme ve gelişmenin başarılı iletişim süreciyle ilgili olduğu üzerinde durmaktadır (Cüceloğlu, 1994:428).

Yaşamın her alanında kaçınılmaz olan kişilerarası iletişimde, iletişim sürecinin etkili kullanılması önemli bir rol oynamaktadır. Kurum içi masa başı çalışmalarında ve kurumun hedef kitle ile iletişimde gönderilen mesajların geriye alınamaması, değiştirilememesi ve tekrarlanamaması iletişim becerilerinin daha etkili kullanılması gerekliliğini de zorunlu kılmaktadır.(Ertürk. 2010).

İletişimde birey, karşısındaki kişilerin duygu ve düşüncelerini, olaylar karşısında ne hissettiklerini anlamaya çalışır ve bunun için gerekli olan “empatik yaklaşım”ı kullanır (Stein ve Book, 2003:138).

Katz, empatiyi kişilerin deneyimlerini paylaştıkları, kişilerarası bir iletişim süreci olarak tanımlamış ve “empatik iletişim” den bahsetmiştir. Katz’a göre empatik iletişimde empati kuran ve kurulan kişiler arasında karşılıklı sözlü ve sözsüz bir iletişim bulunmaktadır. Birey, karşısındaki kişinin deneyimlerini paylaşır, o kişiyi tanır ve kendisiyle ilgili paylaşımlarda bulunarak empatik iletişimin temelini oluşturmuş olur. Kişiler arasında ancak, bireylerin ortak deneyimlerine, benzer bir geçmişe ve kültürel özelliklerine sahip olmasıyla empatik iletişim kurulabilmektedir.(Terasa, 2004; akt; Gürbüz ve Eğinli, 2008).

Empatik iletişimde kişilerarası iletişim süreci, insanların hem birbirleriyle hem de diğer bütün canlılarla kurmuş olduğu iletişimde ve her insanda bulunması gereken bir yetenektir (Yılmaz, 2006:109).

Araştırmalara göre, empati kurma becerisi ile işbirliği arasında bir ilişki vardır. Empati kurma becerisi olan kişilerin çevreleri tarafından sevilme ihtimallerinin arttığı gözlemlenmiştir. Empati, kişilerarası iletişimi kolaylaştırdığı için bireylerin empati becerilerini artırmaya yönelik, hizmet sektöründe ve danışmanlıkta, satış, eğitim, tıp gibi birebir insan ilişkilerin ağırlıklı olduğu meslek gruplarına empati eğitimi verilmektedir. Ve böylece empatik iletişimin işe girme ve kariyer geliştirme kararlarında bireyin sahip olması gereken bir yetenek olduğu görülmektedir (Robert, 2005;Yaylacı, 2006;201-202).

Bireyin empatik iletişimde kendini diğer insanın yerine koyması, olaylara o kişinin perspektifinden bakması, bu iki kişi arasında karşılıklı anlayış oluşturarak, iletişimin etkili bir şekilde gerçekleşmesini sağlar.

Birey, karşısındaki kişinin rolünü doğru bir şekilde anlayamadığı zaman kişiler arasında olumsuz bir durum oluşacaktır (Lafollette, 1999:64). Goleman böyle bir durumda empatinin kökeni olan “öz bilinç” içinde, karşısındaki kişinin hislerini okuyabilmenin, duyguların açık bir şekilde ifade edilmesiyle gerçekleşebileceğini söylemektedir.(Goleman, 1999:126). Empatik iletişimde yapılan diğer bir hata ise bireyin olaylara karşısındaki kişinin perspektifinden bakarken isteksiz olmasıdır. Bireyin diğer kişinin duygu ve düşüncelerini yok sayıp, kendi geçmişine ve tutumlarına bağlanmış olması empatik iletişimin gerçekleşmesine engel olacaktır (Caputo, Hazel, McMahon, 1994:189-190).

Gorden’a göre bir kişinin karşısındaki ile empati kurarken “eğer karşımdakinin yerinde olsaydım nasıl hissederdim ya da nasıl davranırdım?” sorusuna cevap araması gerekmektedir.(Almo ve Smaling, 2006:203). Empatik anlayışta önemli olan diğerinin bakış açısını ya da rolünü o an için üstlenmektir. Örneğin, bir Kızılderili atasözü; “bir anlaşmazlık olduğunda muhatabınızın ayakkabılarını giyerek sorunlara bakmaya çalışın” demektedir. Bu atasözü empatiyi; kişiyi karşısındakinin yerine koyarak onun ayakkabılarını giyerek sembolize ederek; bakış açısının değişikliğine işaret etmektedir. İngilizce’de kullanılan “If I were in your shoes,...”; “eğer senin ayakkabıların içinde olsaydım,...” diye başlayan cümle, kişinin bakış açısını sadece o kişinin durduğu yerden bakarak doğru algılanabileceğini örneklemektedir. Ya da başka bir deyişle; aynı tepede durup farklı noktalara bakmaktansa, farklı tepelerden aynı noktaya bakabilmeyi

başarmanın yolu empatiden geçmektedir. Kişilerarası iletişimde empatinin yeri bu yüzden başköşededir (Akkoyunlu,1982:65).

Sonuç olarak; empati bizi ve çevremizdeki insanları yalnızlıktan kurtarmakta, birlikte düşünmeyi, üretmeyi, olumsuzluklara direnme gücünü artırdığı söylenebilir.. Sevgiyi, dostluğu, yakınlığı daha kısa sürede oluşmasını sağladığı, acılarımızla, eksiklerimizle baş etmeyi kolaylaştırmakta ve sevinçlerimizi, keyiflerimizi, coşkularımızı daha derinden sağladığı söylenebilir.

### **1.5. EMPATİNİN ÖLÇÜLMESİ**

Empati düzeyinin ölçülmesinde farklı yaklaşımlar bulunmaktadır. Araştırmacılar empatinin ölçülüş biçimini, empatinin nasıl tanımlandığını göz önünde bulundurarak belirlemişlerdir.

Dymond (1949), empatinin “bireylerin birbirlerinin kişilik özelliklerini belirleyebilme yeteneğidir” tanımından yola çıkarak Empatik Yetenek Ölçeği’ni hazırlamıştır.( Akt: Dökmen,1987: 155-190) bu ölçeğe göre, empatik becerinin ölçülmesi bir çeşit algı ölçümü niteliğindedir denilebilir. Dymond’un hazırlamış olduğu Empatik Yetenek Ölçeği’nde altı sıfat çifti kriter kabul edilmiş ve iki kişinin birbirlerini ve kendilerini nasıl algıladıkları belirlenmiştir. Daha sonra ise, bu algılar arasındaki tutarlılık incelenmiştir (La Forge ve Suczik, 1955).

Hogan, empatik iletişim becerisinin kişiliğin bir boyutu olarak tanımlandığı dönemlerde, günlük yaşamda empati kurma eğilimi yüksek kişilerin kişilik özelliklerinin ölçümünü dikkate alarak, “kişilik ölçeği” özelliğini taşıyan Empati Ölçeği’ni hazırlamıştır.(Johnson, Cheek ve Smither,1982) Hogan (1969), bu empati ölçeğini hazırlarken MMPI (Minnesota Multiphasic Personality Inventory) ve CPI (California

Psychological Inventory)’dan empatik bir bireyin özelliklerini gösteren maddeler seçmiş ve kişinin empati kurma potansiyelini araştırmıştır.

Empatiyi bir kişilik boyutu olarak ele alan Davis de (1983) IRI (International Reactivity Index) adlı ölçeği geliştirmiştir. Ancak bu ölçek diğerlerinden farklı olarak çok boyutlu empati yaklaşımı temel alınarak hazırlanmıştır. Empatinin tek boyutlu bir yapı olarak değil de, birbirleri ile ilişkili ve birbirinden ayrılan öğelerden oluştuğunu belirten Davis, geliştirmiş olduğu IRI ölçeğini 4 alt ölçeğe ayırmıştır. Bunlar; bireylerin kendilerini hayali olarak filmlerdeki, kitaplardaki ve oyunlardaki kahramanların yerine koyma becerisi olarak ölçtüğü “Fantazi(=fantasy, FS)” alt ölçeği, başkalarının bakış açılarını, görüşlerini spontan olarak anlayabilme becerisi olarak ölçtüğü “perspektif alma(perspective taking, PT)”alt ölçeği, zor durumda olan insanlara karşı duyulan ilgi ve sempati duygularını ölçtüğü “empatik ilgi(empatic concern ,EC) ve kişilerarası ilişkilerde bireyin kendine odaklanan kişisel kaygı ve huzursuzluk duygularını ölçtüğü “kişisel keder(personal distress,PD)” dir.(Akt:Öner, 2001:35-36)

Traux’ın Doğru Empati Ölçeği ile İlişkiler Envanteri, Barrett-Lennard’ın İlişkiler Envanteri, Carchuff’ın Empatik Anlayış Ölçeği, Kagan’ın Duygusal Duyarlılık Ölçeği ise, hümanist yaklaşımda empatinin tanımından yola çıkılarak hazırlanmıştır.

Anderman, Brehm ve Katz (1974) ise empatinin bilişsel yönünü dikkate almış,deneysel öğrenme modeli ve empatiyi ölçme yöntemini kullanmışlardır(akt: Gladstein,1983).

Empatiyi ölçme için geliştirilen birçok ölçeğin yararı olduğu kadar dezavantajları da bulunmaktadır (Lawrence,Baker,Baron-Cohen,David,2004:912). Her ölçek empatik



becerinin farklı bileşenini ölçtüğünden farklı empati ölçekleri arasındaki korelasyon düşüktür.(Altekin, 1995:23)

Chinsky ve Rapport (1970) da empati ölçeklerinin terapistin sadece tepkilerini ölçtüğü konusuna eleştiri getirerek danışanın algısının da önemli olduğunu belirtmişlerdir(akt:Tanrıdağ, 1992:37).

Dökmen (1988) empatinin daha çok bilişsel bileşenini ölçen Rol Alma Testi (RAT), empatik becerileri ölçülecek bireylere, küçük olaylar ve verilebilecek empatik tepkiler sunularak seçim yapmalarının istendiği Empatik Beceri Ölçeği (EBÖ), empatinin duygusal bileşenini ölçen Empatik Eğilim Ölçeğini (EEÖ) geliştirmiş ve kullanılan farklı ölçüm çeşitlerine ilişkin empati ölçeklerini 4 grupta toplamıştır.Bunlar;

**1.Kişiler Arası Kaygı Ölçen Empati Ölçekleri:** Bireylerin birbirlerini nasıl algıladıklarını ölçen ölçeklerdir. Bu ölçekler Rogers'tan önceki empati anlayışının yani empatinin “bireylerin birbirlerinin kişilik özelliklerini kestirebilme yeteneği” olarak tanımlandığı dönemlerde ortaya çıkmıştır.

**2.Empati Kurma Becerisini Kişiliğin Bir Boyutu Olarak Ele Alan Ölçekler:** Bu ölçekler duygusal empatiyi ölçmekte ve “kişilik ölçeği” özelliği taşımaktadır. Günlük yaşamda empati kurma eğilimi yada duyarlılığı fazla olan kişilerin özellikleri dikkate alınarak hazırlanmıştır.

**3.Bir Başkasının Rolünü Alma, Onu Doğru Anlama Becerisini ölçen Ölçekler:** Bu ölçekler bilişsel nitelikli olup, bireyin karşısındaki kişiye onun göremediği bir şekli betimlemesi ve kişinin de bu şeklin ne olduğunu anlamaya ya da söylenenleri tekrarlamaya çalışmasıyla yapılan ölçümlerdir. Yani bu ölçekler bireyin kendisine söylenenleri ne derecede doğru anladığını ölçmek için hazırlanmıştır(Dökmen, 2003:143-144).

4.Belli Uyarıcılar Karşısındaki Empatik Tepkilerin Ölçüldüğü Ölçekler: dökmen bu gruptaki ölçekleri de kendi içinde 4 alt gruba ayırmıştır.

- ✓ Kurulan empatiyi gözlemlemiş olan kişiden, empati kuranın ne ölçüde başarılı olduğunu bir ölçekle belirtmesi istenir.
- ✓ Empatik becerisi ölçülecek bireylere farklı duygusal yüz ifadelerinin olduğu fotoğraflar ve slâytlar gösterilerek, bu ifadeleri teşhis etmesi istenir.
- ✓ Danışana çeşitli duyguların olduğu film veya videolar izlettirilerek, kişiden empati kurması ve onların hangi duyguları yaşadığını bulması istenir.
- ✓ Danışana küçük olaylar anlatılır ve kişilerin hangi duyguları gösterdikleri sorulur.(Dökmen, 1988).

Bu ölçeklerin dışında, empati ölçümünde empati becerisi ölçülecek bireylerin belli uyarıcılar karşısında sözel ve davranışsal empatik tepkilerinin yerine bazı fizyolojik göstergeleri de ölçüle bilmektedir (Altekin,1995:..23,Aka Karakaya, 2001:13;Dökmen, 1988).

## **1.6. EMPATİNİN GELİŞİM EVRELERİ**

Empati gelişimi aniden olmamakta, zamanla gelişmektedir. Empati gelişiminin erken çocukluk döneminde çocuk-ebeveyn ilişkilerinden itibaren başlayacağı veya empatinin koşullar içinde kazanılacağı gibi birçok farklı teorik açıklamalar yapılmaktadır.

Örneğin, Steward empatik sürecin bilinçsiz olarak doğuştan gelen bir taklit olduğunu ifade etmiş, bireyin karşısındaki kişinin beden, yüz ifadesi ve duruşunun yol açtığı otomatik ve otonom bir yanıtla, karşısındakinin duygusunu yaşayacağını söylemektedir.(akt:Tanrıdağ,1992:19)

Empatinin erken çocukluk döneminde aile içinde ve ailelerinin özelliklerine göre gelişen bir beceri olduğunu söyleyen Squier (akt: Sevimligül,2002:8) ‘a göre yapılan çalışmalar empati kurma düzeyi yüksek olan ebeveynlerin çocuklarının da empati düzeylerinin yüksek olduğunu ortaya koymaktadır.

Dökmen ve Öz’ de çocukların ebeveynlerinden etkilendiğini, üç yaşından itibaren çocukların olaylara karşısındaki kişinin bakış açısıyla bakabileceklerini, onların rollerini alabildiklerini söylemektedirler. Çocuklar sahip oldukları bu rol alma yeteneği ile başkalarının hissettiklerine karşı daha duyarlı olup, empati kurabilme yeteneklerini geliştirmektedirler. Bununla birlikte, ego gelişimi ve duygusal gelişmelerinde de farklılaşmalar gözlenmektedir.(Dökmen, 2003:142-144; Öz, 1998)

Tarhan ise empatiyi öğrenebilme becerisinin nerofizyolojik gelişime paralel olarak değiştiğini belirtmekte ve empatiyi öğrenme kabiliyetini 0-1 yaş, 1-6 yaş, 6-10 yaş ve 10 yaş üzerindeki çocukların algılamaları olarak gruplara ayırmaktadır.

### **0-1 Yaş Dönemi**

0-1 yaşları arasındaki çocuklarda duyguları anlama ve algılama bütüncül olduğundan kurulan bu empati “global empati” olarak tanımlanmaktadır. Bu dönemdeki çocuklar bazı otistik çocuklar da dahil olmak üzere kendi duygularıyla başkalarının duygularının aynı olduğunu sanmakta ve buna bağlı olarak karşısındaki kişi ağlasa kendiside ağlamaya başlamaktadır. Bazı çocuklar ise karşısındaki kişinin ağlamasını hissedemez, onu anlayamaz. Bu tür çocukların duygusal algılarının kapalı olduğu düşünülmektedir.

### **1-6 Yaş Dönemi**

Duygusal gelişimin zihinsel gelişimden daha fazla olduğu bu dönemdeki çocuklarda duygusal empati başlamakta ve çocuk bu dönemde hissederek öğrenmektedir.

Tarhan, empatinin doğuştan beri var olduğunu, bir yetenek değil de eğilim olduğunu, bu eğilimin beslenirse güçleneceğini aksi halde yok olacağını belirtip, empatinin çocukta beslenmesi gerektiği üzerinde durmaktadır.

1-6 yaş dönemindeki empati gelişimini şu örnekle açıklayabiliriz: 1 yaşındaki ağlayan çocuğun yanına 2 yaşındaki ablası gelir. Abla önce şaşırır, kendi acısıyla onun acısını ayırt eder. Gidip onu okşamaya başlar. O yaşa uygun empati başlamış demektir. Fakat orada annelerin yaptığı hatalı bir davranış vardır. Ablanın teselli etmeye çalışmasını görmeyen anne, ağlayan çocuğu alır, altını değiştirmeye götürür. Böylece anne empatiyi öğretme şansını kaybeder. Abla, kardeşini teselli etmek gibi bir hizmet yapıyordur fakat annenin bu hizmeti umursamaması, ablayı kötü hissettirir. Kardeşiyle ilgilenmesi kesilen abla, gider, şişman ayısına sarılır, onu okşar, o şekilde kendini rahatlatmaya çalışır. Annenin ablaya karşı tavrı, bir müddet daha böyle giderse çocuğun empati yeteneği körelir. Annenin tutumu empatiyi öğrenmeyi engellemiş olur.

### **6-10 Yaş Dönemi**

Duygusal empatisini geliştirmiş olan çocuk bu dönemden sonra olaylar karşısında kendi yorumunu katıp, düşünerek öğrenmeyi öğrenir. Yani çocuğun zihinsel bakış açısını ve zihinsel empatiyi geliştirdiği gözlenir. Çocukların verici olmayı, fedakârlığı ve yardımseverliği öğrendiği görülür.

Bu yaş grubundaki çocuklar karşısındaki kişinin çektiği acıyı anlamakla birlikte ona yardım eder, ihtiyacını gidermeye çalışır. Örneğin arkadaşı düştüğünde onu tutup kaldırması, elinde ağır yük taşıyan birine yardım etmesi, silgisini kaybetmiş arkadaşına

silgisini vermesi empatinin başladığını ve somut empatinin daha da geliştiğini göstermektedir.

### **10 Yaş Sonrası Dönem**

Somut empatiyi öğrendikten sonra çocuk, soyut empatiyi öğrenmeye başlar. 10 yaşından itibaren başka ülkenin insanına, dünyadaki açlara, yoksullara, hastalara, zayıflara ilgi göstererek öğrenmiş olduğu soyut empatiyi uygulamaya başlar.

Tarhan empatinin doğuştan gelen bir eğilim olduğunu söylese de eğitimle de öğrenilebileceğini söylemektedir. Çocukların empatiyi öğrenmesinde ebeveynlerin de çok dikkatli olması, çocuğunu kaybetmemek, üzmemek, incitmemek, reddetmemek için empatik davranmalarına engel olmak yerine çocuklara başkalarını fark etmek, umursamak, ilgilenmek gibi empatik hedefler koymalı ve çocuğa kendisinden bu davranışların beklendiği açıklanmalıdır.

Çocuğun ilk yıllarda özünün farkında olmadığını, evrenle özünü karıştırdığını söyleyen Piaget ise 3-5 yaş arası çocuklarda benmerkezci bir dilin egemen olduğunu, 7 yaşından küçük çocukların empati ve rol almayı bilmediğini ve 11-12 yaşlarında olan çocukların ortak düşünmesini gerektiren yeni bir sosyal hayatın başlayacağını ve ardından rol alma (empati) becerisinin edinilebileceğini ifade etmektedir (Gladstein,1983).

Sonuç olarak diyebiliriz ki, empati sosyal bir değer olup, önemli bir yaşam becerisidir. Sosyal bir varlık olan insanın aldığı yardımı vermeye hazır olması için empatik olması gerekmektedir (Tarhan, 2011).

### **1.7. EMPATİNİN BİLEŞENLERİ**

Empati kavramı psikolojideki diğer bazı kavramlar gibi farklı kişilere göre farklı anlamlara gelmektedir. Bu farklılık empatinin bileşenleri konusunda da kendini

göstermektedir. Yapılan araştırmalara göre empatinin çeşitli bileşenleri bulunmaktadır. Örneğin, Dökmen (1988), Gallo (1983), Fechbach (1975), Lanotti (1975) empatinin bileşenlerinin “bilişsel” ve “duygusal” bileşenler olduğunu vurgulamaktayken, Hoffman bu iki bileşenin yanında “güdüsel” bileşenden de bahsetmektedir. Kurdek ve Rodgon (1975) ‘da empatinin üç bileşeni olduğunu vurgulamakta ancak bu bileşenlerin bilişsel, duygusal ve algısal bileşenlerden oluştuğunu ifade etmektedir. (Eroğlu, 1995) günümüzde ise kabul edilen, Goldstein ve Michaels’ın da ileri sürdüğü empatinin dört ana bileşeni vardır. Bunlar algısal bileşen, bilişsel bileşen, duygusal bileşen ve bildirim bileşenidir (akt.Akçalı, 1991).

### **I.7.1. Algısal Bileşen**

Empati kurmada bireyin karşısındaki kişinin duygularıyla ilgili deneyimindeki ilk adım, empatinin algısal bileşeni olarak tanımlanmaktadır. Algısal bileşen karşısındaki kişinin bakış açısını fark etmeyle ilgilidir. Shamusander (1999) empatinin dinamik bir süreç olduğunu, doğal ve spontan gelişmesine rağmen bireylerdeki farkındalığın kişi karşısındaki kişiye dikkat etmeli, onun ifade ettiği hareketlere, sözlere, ses tonuna, zamanlamaya, konuşmasının içeriğine ait tüm verileri göz önünde bulundurmalıdır. Ancak bu verileri algıladıktan sonra empati kuran kişinin duygusal ve bilişsel süreçleri bu imaj üzerinde çalışabileceği düşünülmektedir (İkiz, 2006).

### **I.7.2. Bilişsel Bileşen**

Bilişsel anlamda empati, bireyin karşısındaki kişiyle aynı duyguları yaşamadan onun rolüne girerek düşüncelerini, niyetlerini, ihtiyaçlarını, duygularını anlayabilmeyi ifade etmektedir. Başka bir deyişle bilişsel empati başkalarının psikolojilerini ya da duygularını spesifik olarak anlamaktır, denilebilir. Aynı düşüncede olan Dökmen (1997) ve Gallo (1989) ise empatinin bilişsel bileşenini başkasının nasıl hissettiğini anlayabilmek olarak tanımlamıştır.

Dökmen(1997)'e göre empati kurmak isteyen birey karşısındaki kişiye özgü algısal alana girerek, olayları karşısındaki kişinin algıladığı ve yaşadığı gibi anlamaya başlamalıdır. Ancak bu durumda kendi düşünceleriyle değil de karşısındaki kişinin gözlükleriyle bakılabileceğini vurgulamıştır.

Bilişsel empati duygusal empatinin ön koşulu sayılmaktadır. Kişilerin içinde buldukları duygusal durumu inceleyerek anlamak, bilişsel bir süreci gerektirmektedir. Bilişsel empati duygusal empatiye göre daha pratik, stratejik ve araçsal yapıya sahiptir. Bir başka kişinin yerine geçmek ya da rol almak duygusaldan çok bilişsel bir yetenektir.

### **I.7.3. Duygusal Bileşen**

Empati denildiğinde akla empatinin bilişsel yönüyle birlikte duygusal yönü de gelmelidir. Çünkü elde edilen her bilginin kişinin algısı üzerinde hem bilişsel hem de duygusal yönden bir etkisi bulunmaktadır.

Empatinin bir diğer önemli bileşeni olan duygusal empati, bir olayı başkasının nasıl algıladığına odaklanma ve olayı algılamaya duygusal anlamda nasıl tepki vereceğini tahmin etme işidir.(Goldstein, 1977:73) yani kişinin duygularını anlayabilmeyi ve başkası gibi hissetmeyi gerektirir.

Strayer (1987)'e göre empatinin duygusal bileşeni, kişinin kendisini bir başkasının yerine koyarak kişinin iç dünyasını ve düşüncelerini algılamasını sağlayan ve buna bağlı olarak aralarındaki paylaşmayı ortaya çıkaran bir süreç olarak tanımlanmaktadır.

### **I.7.4. Bildirim Bileşeni**

Empati kurma sürecini tamamlamış sayılmamız için kişinin duygularını ve düşüncelerini anlamının yanında onu anladığımızı kişiye iletmemiz gerekmektedir. Buna empatinin bildirim bileşeni denilmektedir.(Karabağ, age,s.34)7 Yani empatide bildirim

bileşeni bilişsel ve duygusal bileşenlerin sürecinde meydana gelen yaşantıların karşımızdaki kişiye iletilmesi veya hissettirilmesidir.(Alçay, Uğur:.51).

### **I.8. EMPATİNİN TEPKİ BASAMAKLARI**

Empatik tepki basamakları farklı durumlarla karşılaşıldığında uygulanabilecek empatik tepkilerin etkisizden etkiliye doğru sıralanmış hali olarak tanımlanmaktadır. Empatik tepki basamaklarının belirlenmesindeki temel amaç, bireylerin empatik becerilerinin ve eğilimlerinin ölçülmesini sağlamaktır. Bireyler farklı ortamlarda ve zamanlarda değişik nitelikte tepkiler gösterdiğinden bazı araştırmacılar empatik tepkileri başarısızdan başarılıya başka bir ifadeyle etkisizden etkiliye doğru sıralamışlardır. Bu da empatinin “ya hep ya hiç” sorunu olmadığını göstermektedir.(Biol, 1998:72).

Empatik tepki basamakları araştırmacılara göre farklı basamaklarda ele alınmıştır. Örneğin, Hammond ve arkadaşları (1979), danışan-danışman ilişkisinin gözlendiği beş basamağı belirtirken, Truax terapistlerin empatik tepkilerini 9 basamakta incelemiştir. Stein (1970) aktif dinleme, köprü kurma, sempati olmak üzere üç basamaktan oluştuğunu söylerken, Dökmen ise 1988 yılında yaptığı çalışmayla “Aşamalı Empati Sınıflaması”nı geliştirerek, empatinin tepki basamaklarının onlar basamağı, ben basamağı, sen basamağı ve biz basamağı olmak üzere dört basamaktan oluştuğunu ifade etmiştir (Dökmen, 1990).

Hammond ve arkadaşları (1979) ‘ın geliştirdiği empatik tepki basamakları şöyledir;

**1.Basamak:** Bu basamak iki bölümde ele alınmaktadır. İlk bölümde danışman, danışanın duygularını anlamaz ve kendisine iletmek istenen duygu ve düşünceden farklı bir şekilde geribildirim verir. Danışman bu bölümde eleştirici ve öğüt verici olarak görülmektedir. İkinci bölümde ise danışman, danışanı anlamaya başlar ve öğüt vermez.



**2.Basamak:** Bu basamak, birinci basamakta olduğu gibi iki bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde danışman, danışanın söylediklerini yüzeysel olarak kendisine iletir, danışanın anlattıklarını değil de konuyla ilgili kişisel yargılarını belirtir. Ayrıca sorunlara tanı koymaya çalışır. İkinci bölümde ise danışman, danışanın sözlerini tekrar eder.

**3.Basamak:** Danışman, danışanın duygularının farkında değildir. Sadece danışanın vermek istediği mesajı yüzeysel olarak anlamıştır. 3.basamak Danışman danışanın vermek istediği mesajı yüzeysel olarak algılamıştır ve duygularının farkında değildir.

**4.Basamak:** Danışman bu basamakta, danışanın derin duygularının farkındadır ve bu farkındalığı danışana iletmeyi başarır.

**5.Basamak:** Danışman, danışanın duygularının farkında olduğunu iletirken sözlü anlatımın yanında yüz ifadelerini ve ses tonunu da kullanır. Danışman, danışanın yaşadığı duyguları onun gibi yaşamaya başlar.

Stein (1970)'e göre empati, aktif dinleme, köprü kurma ve sempati olmak üzere üst üste gelen üç aşamadan gerçekleşmiştir. Aktif dinleme aşamasında birey karşısındakini dikkatlice dinler, kendini onun yerine koyar. Yani kişi kendini empati yaparken bulur. “Anlarının paylaşıldığı an” olarak da adlandırılan köprü kurma aşamasında, kişi birdenbire “köprü kurduğunu” hisseder. Bu anlayış farkında olmanın artmasını da içeren, düşünmekten hissetmeye doğru duygusal bir değişim olarak ifade edilmektedir. Üçüncü aşamada ise kişi kendini geri çeker ve diğer kişi ile biraz önce paylaşılan yaşantıyla ilgili olarak sempati içinde yan yana durur. Bu da “kendine dönme” yani “sempati” aşamasıdır. (Bahar, 2011:32)



### **I.8.1. Onlar Basamağı**

Bu basamakta birey karşısındaki kişinin anlattığı sorunla ilgilenmez, sorun sahibinin ne hissettiğine dikkat etmez ve bu sorunla ilgili kendi duygu ve düşüncelerini de belirtmez. Birey, sorun sahibinin bulunduğu ortamda üçüncü şahıs olan toplumun görüşlerini dile getiren bir geribildirim verir, genellemeler yapar ve atasözleri kullanır. Örneğin, parasını israf ettiği için yakınan bir kişiye “ayağını yorganına göre uzat” der ve böylece birey onlar basamağında empatik tepki vermiş olur. Bu sözlerle sorun sahibinin ya da tepki veren kişinin duygu ve düşüncelerine yer verilmez, sadece toplumun bir konu ile ilgili görüşü belirtilmektedir.(Dökmen, 1996).

Onlar basamağında tepki veren kişi sorunu anlatan kişiyi toplumun değer yargıları açısından eleştirir. Empatik tepki veren kişi genellemeler yapar, felsefi görüşlere başvurur. Bu basamakta empatik tepki veren kişilerin kuracağı kişiler arası ilişkilerin çatışmalara yol açması beklenebilir. (Dökmen, 2005: Özbek 2002).

### **I.8.2. Ben Basamağı**

Bu basamakta empatik tepki veren kişi, kendisine sorununu anlatan kişinin duygu ve düşüncelerine eğilmez, sorunun sahibini eleştirir, yargılar ve ona akıl verir. Kendisine anlatılan soruna teşhis koyup, çözüm bulmaya çalışmak yerine kendinden söz ederek “benmerkezci” davranır. Örneğin, kişi anlatılan sorunu dinledikten sonra “üzüldüm, aynı dert bende de var” diyerek sorun sahibinin sorunuyla ilgilenmek yerine kendi sorunlarını anlatmaya başlar (Dökmen, 2002:153). Böylece ben basamağında empati kuran kişi çoğu kez kendi verecekleri cevap üzerinde yoğunlaşarak sorunun odak noktasını değiştirmiş olur.

Ben basamağındaki tepkiler, onlar basamağındaki tepkilere kıyasla daha etkili denilebilir. Ben basamağındaki empatik tepki veren kişiler bilişsel ve duygusal açıdan

karşılardaki kişinin rolünü almadıkları için yeterli düzeyde empati kurmuş sayılmasa da karşısındaki insanı bir ölçüde rahatlatmayı başarabilirler (Dökmen, 1998:2005).

### **I.8.3. Sen Basamağı**

Bu basamakta empatik tepki veren kişi, sorun sahibinin rolüne girerek olaylara onun bakış açısıyla bakar. Kendisine anlatılan sorunu dinler ve toplumun ya da kendisinin düşüncelerini dile getirmez, sorun sahibinin nasıl bir ruh hali içinde olduğunu anlamaya çalışır.

Sen basamağında empatik tepki veren kişi karşısındaki kişiyi anladığını belirtir, kendine iletilen sorunla kendi probleymiş gibi ilgilenir, sorun sahibinin ifade ettiği ve edemediği tüm duygu ve düşüncelerini anlar, bunu ona iletir. Karşıdaki kişiyi yargılamadan ve dikkatle dinlediğinden sorunlarını anlatanlar, kendilerini rahatlamış hissederler. ( Dökmen, 2005; Navaro, 2000; Ay, 1999).

Dökmen onlar basamağı, ben basamağı ve sen basamağını içeren on alt basamak oluşturmuştur. Bu basamaklar; senin problemin karşısında başkaları ne düşünür, ne hisseder, eleştiri, akıl verme, teşhis koyma, bende de var, benim duygularım, destekleme, anlatırken soruna eğilme, sorun sahibini destekleme, anlatılanı tekrarlama, derin duyguları anlamaya yöneliktir (Dökmen, 1990:43). Bu on basamak en kalitesiz tepkiden en kaliteli tepkiye doğru sıralanmıştır (Dökmen, 2002).

1.Senin problemin karşısında başkaları ne düşünür, ne hisseder: Empati kurmaya çalışan kişi genellemeler yapar, atasözlerin, felsefi görüşlere başvurabilir, kendine anlatılan sorunla ilgili toplumun ne hissedeceğini belirtir, sorun sahibini toplumun değer yargılarını göz önünde bulundurarak eleştirir.

2.Eleştiri: Empatik tepki veren kişi, sorun sahibini kendi kişisel görüşleri açısından eleştirir ve yargılar.

3. Akıl verme: Kişi, karşısındakine ne yapması gerektiğini söyleyerek ona akıl verir.

4.Teşhis: Kişi, dinlediği soruna ya da sorun sahibine teşhis koyar. Örneğin, “bu durumun sebebi toplumsal baskıdır” ya da “sen bunu kendine fazla dert ediyorsun” der.

5.Bende de var: Kişi, dinlediği sorun karşısında “aynı benim başımda” diyerek kendi sorununu anlatmaya başlar.

6.Benim duygularım: Kişi, sorunu dinledikten sonra “üzüldüm” ya da “sevindim” diyerek kendi duygularını ifade eder.

7.Destekleme: Kişi, sorun sahibinin sözlerini tekrarlamaz, onu anladığını ve desteklediğini belirtir.

8.Soruna eğilme: Kişi, kendine iletilen soruna eğilir, sorunu irdeler, konuyla ilgili sorular sorar.

9.Tekrarlama: Kişi, dinlediği sorunu sahibinin kullandığı kelimelere de yer vererek özetler, böylece istediği mesajı kaynağına yansıtmış olur.

10.Derin duyguları anlama: Kişi, kendisini sorun sahibinin yerine koyarak onun bütün duygularını ve ona eşlik eden düşüncelerini fark eder, son olarak da bunu ona iletir.

Birinci basamak “onlar basamağının” tamamını kapsar. İkinci, üçüncü, dördüncü, beşinci basamaklar “ben basamağının” düşünce düzeyini, altıncı basamak ise duygu düzeyini ifade etmektedir. Yedinci ve sekizinci basamaklar “sen basamağının” düşünce düzeyini, dokuzuncu ve onuncu basamaklar ise duygu düzeyini belirtmektedir. Empatik tepkileri

etkisizden etkiliye sıralamasına göre düşünürsek; birinci basamağın kalitesi en düşük empatik tepki, sonuncu basamağın kalitesi ise en yüksek empatik tepki olduğu söylenebilir.(Dökmen, 1990:43) gerçek anlamda empati yalnızca son dört basamakta yani sen basamağına ilişkin olanlarda ortaya çıkmaktadır. Baştaki altı basamak, empatik tepkilere giden yolda bir hazırlık safhası olarak kabul edilebilir. (Dökmen, 1988; Dökmen, 1994).

#### **I.8.4. Biz Basamağı**

Bu basamakta empatik tepki kuran kişi, olaylar karşısında birbirlerinin düşünce ve duyguları hakkında doğru tahminde bulunabilirler. Kişi böyle bir durumda birbirlerinin ne düşüneceklerini, nasıl tavır alabileceklerini düşünerek, gerektiğinde birbirlerine yardım edebilirler.

Biz basamağının sen basamağından farkı; sen basamağında empati kurulur, biz basamağında ise çözüm yolları araştırılır. Bu basamakta kişi, sen basamağında sorun sahibinin duygu ve düşüncelerini anlayıp, bunu ona ilettikten sonra birlikte çözüm bulmaya çalışırlar. Bu çalışmalarda önemli olan bir çözüm bulmak veya karar vermek değil, bireyin çözüme yönelmesini sağlayacak tepkiler vermektir. Örneğin, kişi, sorun sahibine “acaba şöyle bir şey yapsak nasıl olur, birlikte şunu yapabilir miyiz? Bir de şunu denemek ister misin?” şeklinde çeldirici sorular sorarak çözüme yönelmeyi sağlar.

Sonuç olarak; yapılan araştırmalarda da görüldüğü gibi empatik yaklaşımlar, kişiler arasında sağlıklı ilişkiler kurulmasında önemli bir rol oynamaktadır (Özodaşık, 2009).

#### **I. 9. EMPATİNİN SEMPATİDEN FARKLILIĞI**

Empati ve sempati kavramları zaman zaman birbiri yerine kullanılan kavramlardır .Ancak bu iki kavram arasında içerik ve sonuç bakımından temel farklılıklar söz

konusudur. Popüler kullanımda zaman zaman birbiri yerine geçen empati ve sempati kavramları, hem psikolojide hem de felsefede birbirinden ayrılmaktadır (Aytan, 2010).

Sempati ilk olarak David Hume ve Adam Smith tarafından inceleme konusu yapılmıştır. Günümüzde sempati, empati kavramının yanlış anlaşılmasını önlemek amacıyla psikolojik danışma ve psikoterapi alanlarında inceleme konusu yapılmaktadır. Eski Yunanca'daki 'sympatheia' teriminden İngilizceye 'sympathy' şeklinde aktarılmıştır.(Davis,1990).

Erdem (2012) sempatiyi "bir insanın karşısındakinin duygularına aynı şekilde katılması" anlamında tanımlamaktadır. Empatiyi de kişinin duygularını koruyarak, karşı tarafın da duygularını fark edip o şekilde davranması olarak tanımlamıştır. Dil Derneğinin tanımına göre de bir insanın bir başkasına karşı doğal ve içgüdüsel olarak eğilim, sevgi ve yakınlık duymasıdır.(Türkçe sözlük 2, 1999:1162).

Sempati	Empati
<ul style="list-style-type: none"> <li>Bir insana sempati duymak demek o insanın sahip olduğu duygu ve düşüncelerin aynısına sahip olmak demektir. Onunla birlikte acı çekmek, sevinmek, üzölmek gibi..</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Empati kurduğumuzda ise karşımızdakinin duygu ve düşüncelerini anlamak esastır</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>Sempatide yandaş olmak esastır</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kendimizi sempati duyduğumuz kişinin yerine koymamız ve onu anlamamız şart değildir.</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sempatide karşıdaki kişiyi anlamış olmak veya olmamak önemli değildir .önemli olan ona hak vermektir.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Empati kurduğumuzda karşıdaki kişiyle aynı duyguları ve görüşleri paylaşmamız gerekmez.</li> </ul>
---	---

Üstün DÖKMEN 2011 Sanatta Ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışması Ve Empati Kitabından uyarlanmıştır.

Örnek1; Bir futbol takımı tutuyorsunuz, aynı takımı tutan kişilere sempati duyarsınız; takımınız kazandığında hep birlikte sevinirsiniz. Fakat bu kişilerin, tuttuğunuz takımla ilgili neler hissettiklerini bilmeyebilirsiniz. Eğer bilseydiniz, bu kişilere sempati duymanın yanı sıra onlarla empati de kurmuş olurdunuz.

Örnek 2; Diyelim ki bir ziyafettesiniz ve bir yakınınız, yanında oturan kişinin üzerine yemek döktü. Eğer yakınınızın utandığını fark ederseniz, bu empatidir. Eğer yakınınız yemek döktü diye, onunla birlikte siz de utanırsanız, sempati duymuş olursunuz. Yakınınızla birlikte utanmanızın nedeni onunla özdeşim içinde bulunmanız ve zor durumda kalmasını istememeniz olabilir. Sempati duyduğunuz kişilerle özdeşim kurmuş olabilirsiniz.

“Empati ve sempati diğer kişinin sıkıntısıyla ilişkili kavramlardır. Empati ve sempati arasındaki farka baktığımızda şunlar ifade edilebilir.

a)Empati diğer kişiyi sıkıntıdan kurtarmak olarak düşünülür. Oysa sempati diğer kişinin sorununu veya üzüntüsünü içerir. Sempatide diğer kişinin sıkıntısını paylaşmak gerekli değildir.

b)Sempati kendi merkezli iken, empati diğeri merkezli olarak ortaya çıkar



c)Sempati diğerinin olumsuz davranışını anlama ile ilişkiliyken empati kişinin kendi deneyiminden gelmektedir. Çocuklar sempati uyaran film izlediklerinde daha sempatik oldukları, aynı zamanda kendilerini daha az mutlu hissettikleri ve üzüntülü oldukları kaydedilmiştir. Çocuğa sempati gösterilme miktarı arttıkça çocuğun kucağa alınma miktarı da artmaktadır. Empatide diğer kişinin algılanan durumunu yeniden üretme söz konusuyken, sempatide başkasında algılanan durumu yeniden üretme söz konusu değildir. Sempati diğer kişinin çatışmasının doğası ve gözlemcinin kişiliği arasındaki etkileşime bağlıdır. Sempati iki bilişsel değişkenle ilişkilidir.

- Bir kişinin diğer kişinin yerinde olduğunu hayal etmesi
- Diğerlerinin düşüncelerini nasıl yargıladığı önemlidir.’(Kaya, 2010).

Empati ve sempati kavramlarının sıklıkla iç içe geçmiş olduğuna ve hem belli belirsiz hem de çeşitli şekillerde tanımlanmış olduğuna işaret edilmektedir. Empati ve sempati arasında ince bir ayrım vardır. Empatide daha çok anlama üzerinde yoğunlaşmış ve bu anlama kişinin benliğinden bir şey kaybettirmezken, sempati de ise anlamaktan ziyade katılma söz konusu ve benlik farkındalığı azalmaktadır. Sempatiyi empatiden ayıran kişinin karşısındaki diğer kişinin duygularını anlaması değil tam da onun gibi hissetmesi, birlikte üzülmeye veya sevinmesidir. Empatide karşısındaki diğer kişi gibi hissetmek önemli değildir, sadece diğer kişinin ne hissettiği anlaşılmalıdır (Kahraman, 2007).

Bir örnekle açıklamak gerekirse; ağlayan yardıma muhtaç bir kimse gördüğümüzde ona sempati duyarsak onunla ağlarız ama yardım etmeyebiliriz. Fakat yardıma muhtaç kişiye karşı empati kurduğumuz zaman ister ağlayalım ister ağlamayalım, içinde bulunduğu durumu anladığımız için ona yardım etmeye çalışırız (Ayten, 2010).

Bu örnekten de anlaşılacağı üzere; empati kurduğumuz zaman yaşanan duruma karşındakinin bakış açısıyla bakmak esas alınıp yardım etme konusundaki davranışı eyleme dönük olabilir. Fakat sempatide yaşanan duruma kendi bakış acımızla yaklaşmak esas alındığı için yardım etme davranışı eylemsiz olabilir.

Aşağıdaki örnek, empati ve sempatinin farklılığını aydınlatıcı olması itibariyle önemlidir:

Sempati: Seni anlıyorum .Seni duyuyorum. Senin duygularını hissediyorum.

Empati: Seni anlıyorum. Seni duyuyorum. Senin yanındayım.

Empati yapan bir profesyonel kişi ise, olayları onun gibi görürken ve onun duygusunu etkili bir dinleme ile paylaşırken, sempatide bunun da ötesine geçerek onun aynı zamanda haklı olduğuna da inanmakta acıyı en az onu kadar yaşamaktadır. Bu durum empati ve sempati yapan iki profesyonel insanın tarafsızlığını bütünüyle ortadan kaldırmaktadır. Sempatinin kısmen de olsa empatiye benzeyen yönü etkileşim halindeki iki kişi arasında gelişen bir tür ortak duygu özelliği taşımasıdır diye de düşünebiliriz. Ama empati yapan kişi profesyonel bir konumdaysa daha önceden duygu yoğunluğunun içerisindeyken, daha sonrasında dışarıdan bakan ve değerlendiren kişi konumuna gelerek sempatiden tekrardan farklılığını ortaya koymaktadır. Çünkü sempatide karşıdaki kişiyle güçlü bir düşünce ve duygu birlikteliği yaşanmakta, sempatiyi yapan kişinin dışarıdan bir göz olarak durum değerlendirmesi yapması söz konusu olmamaktadır (Tuncay, 2009).

Empatiyi sempatiden farklı kılan en önemli özelliklerinden birisi de empati yapanın duygu kontrolünü sağlayabilmesidir. Kişinin empatik iletişimi sempatiye dönüştürmemesinin ve tarafsızca bakabilmesinin ön koşulu duygularını kontrol altında tutmasıdır. Profesyonel anlamda görev yapan sosyal hizmet uzmanı empatik iletişim

sırasında, danışanın anlatısı ne kadar dramatik veya trajedik olursa olsun duygularını kontrollü bir biçimde yansıtmalıdır. Sosyal hizmet düzeyinin yeterli düzeyde gerçekleşebilmesi için gereğinden fazla duygusallığın olmaması gerektiğini ve aşırı duygusallığın beraberinde birçok tehlikeyi getireceği vurgulamıştır(Kadushin, 1990).

Bu görüşlerle aynı doğrultuda ilerlediğimizde; psikolojik bir yardım söz konusu olduğunda terapistin hastayla/danışanı ile empati kurması yeterlidir. Terapistin danışana sempati duyması bu yardım ilişkisini sarsabilir. Ancak günlük yaşantımızda çevremizdeki insanlara hem empati kurmamızın hem de sempati duymamızın bir sakıncası yoktur. Hatta bizimle aynı duyguları paylaşan, bize empati duyan çevremizdeki insanların ara sıra da olsa bizi anlamaları ve empati kurmalarını bekleriz. Çevremizdeki insanlar bizimle empati kurduklarını da anlaşıldığımızı; sempati duyduklarında bir gruba ait olduğumuzu hissederiz.(Köknel, 1997).

Empati ve sempati arasındaki bu farklılıklara rağmen empati ile sempati birbiriyle ilişkilidir (Davis, 1996). Örneğin yapılan çalışmalarda, bireylerin sempati düzeylerinin yüksek olmasının, kişilerin empati kurma eğilimlerini arttırdığı kaydedilmiştir. (Kapıkıran, 2000).

### **I.10. YARDIM ETME DAVRANIŞI VE EMPATİ**

Toplum içinde insanlar, birbirleri ile sürekli etkileşim halinde, bir arada yaşarlar. Kaydedilen ilerlemeler, yaşanan sorunlar, hepsi toplumun her bireyini doğrudan etkiler. Bu etkileşim içerisinde toplumun birçok bireyi yaşanan toplumsal veya bireysel sorunlara yerel veya küresel ölçekte seyirci kalmaz ve içten gelen bir yardımlaşma duygusu ile toplumsal, sosyal bir sorumluluk hissine kapılır. Bu ana yardımlaşma hissi temelinde ilerleyen zaman içerisinde toplumsal sorunlara çözüm getirmek amacıyla çeşitli vakıf ve

dernekler kurulmuş, devlet tarafından yasal düzenlemeler getirilmiştir. Bu sosyal sorumluluk ve altında yatan düşünce kısaca, “ Bireyin çevresinde olup bitene duyarlı olması, uyum sağlaması, üzerinde düşen görevleri yerine getirmesi ve kendine ait bir olayın başkaları üzerindeki etkilerinin sonuçlarını üstlenmesi, başkalarının haklarına saygı göstermesi ve kendi davranışının sonuçlarına sahip çıkabilmesi” olarak tanımlanmaktadır.

Ayten (2010) yardım etme davranışını şöyle özetlemektedir. ”İnsanlar zaman zaman enerji, vakit ve sahip oldukları diğer şeylerden fedakârlık yaparak başkalarına yardım ederler. Bu yardım, herhangi bir yardım kuruluşuna bağışta bulunma, komşunun ya da arkadaşın eşyasını taşımak, hasta birine refakatçi olmak, yolda arabası bozulan birisinin arabasını tamir etmek, hatta onu gideceği yere götürmek” şeklinde olabilir”. Günümüzde maddi , dünyevi, bencil değerler birinci düzeye çıkmakta, insanların değerlere bakış açısı giderek değişmektedir. Kendisini ve isteklerini her şeyin üzerinde tutan nesillerin yetiştiğine dair tartışmalar yapılmaktadır. Bu düzenin devam ettiği ortamlarda yardımseverlik, doğruluk, adalet ve sorumluluk gibi toplum yanlısı (prososyal) değerler, günümüzde her zamankinden daha fazla sorgulanır hale gelmiştir. Psikoloji alanında yaklaşık 35-40 yıldır ” insanlar ne zaman, nerede, kime, neden yardım eder?” sorusuna cevap aranmış ve bireyin kişisel özelliklerinin, psiko-sosyal şartlarının başkalarına yardım etmede ne derece etkili olduğu araştırılmış, bu çerçevede özel ve genel boyutta yaklaşımlar geliştirilmiştir.

Yardım etme davranışının temelinde egoistik bir güdü mü yoksa diğer gam bir güdü mü bulunduğu konusunu açıklığa kavuşturmak amacıyla çeşitli araştırmalar yapılmakta ve kuramsal düzeyde tartışmalar sürdürülmektedir. Eğer empatik yardım davranışının temelinde iki güdü birlikte yer alıyorsa bunlardan birincisinin ruh sağlığını korumaya ikincisinin de toplumsal değerleri sürdürmeye yaradığı ifade edebilir. Yapılan araştırmalara

göre, yardıma ihtiyacı olan kişilere, bu kişilere empati kuranlar, kurmayanlara oranla daha fazla yardımda bulunmaktadır. Bu sonuç, başkaları ile empati kuranların onlara yardım etme ihtimallerinin arttığını göstermektedir. Bu durumun nasıl gerçekleştiği konusunda başlıca iki kuramsal açıklama vardır. Bunlardan birincisine göre, sıkıntı içinde bulunan kişi ile empati kuran kişi, karşısındakinin durumunu anladığı için sıkıntı duyar ve bu sıkıntıyı gidermek yani kendini rahatlatmak için o kişiye yardımda bulunur. İkinci açıklama ise sıkıntıda bulunan kişi ile empati kurarak onun durumundan haberdar olan kişi, diğer gam bir davranışta bulunarak, sıkıntıda bulunan kişiyi rahatlatmak amacıyla ona yardım eder. Yukarıdaki açıklamaların birincisine göre, yardım davranışının temelinde egoist bir güdü, ikincisine göre ise diğer gam bir güdü bulunmaktadır. (Dökmen, 1997:145)

Sosyal psikologlar, birey, sosyal kurum, toplumun tamamı veya bir grubu içine alan, içinde bulunduğu olumlu durumu devam ettirmeye yönelik eylemlere toplum yanlısı (prosocial-prososyal) nitelemesini kullanmaktadır. Staub ve dig.(1984) psikoloji ve sosyal psikoloji alanında gerçekleştirilen ilk çalışmalarda, anti-sosyal davranışların zıddı olarak kullanılan toplum yanlısı davranış bir başka birey veya bireylerden oluşan gruba yardım amaçlı yapılan gönüllü davranışlara verilen isimdir( Eisenberg, 1984). Prososyal veya toplum yanlısı davranış kavramı gönüllü çalışmayı, karşılıklı veya karşılıksız başkalarının faydası için yapılan davranışları kapsar (Saha, 2004:9-10). Bazı sosyal psikologlar ise "prososyal davranış" yerine yardım etme davranışı terimini kullanmayı tercih etmişlerdir. Prososyal davranışın gönüllü ve niyetli yanı tanımın önemli bir parçasıdır, çünkü bu kişiye zorla yaptırılan yararlı davranışları dışta bırakmayı sağlar (Bilgin, 1988).

Maslow (2001) insanın, sürekli varlığını tamamlamaya çalışan bir yapısının olduğunu vurgulamaktadır. İnsanın bu yapıda oluşunun dürüstlük, sevgi, diğerkâmlık, nezaket ve adalet gibi sosyal değerlere yönelik bir isteği barındırdığını savunmuştur.

İnsanların birbirini sevmesi, onlarla empati kurması, onlara karşı dürüst olması ve diğer gam bir motiveyle yardım etmeye çalışması, doğuştan var olan ve bireyin kendini gerçekleştirme, geliştirme güdüsünün bir ögesi şeklinde yorumlamıştır. Maslow aynı zamanda; doğruluk, iyilik, yardımseverlik ve adil olma gibi olumlu sosyal değerlerin var olduğunu, kişinin bunları varlık bilisi esnasında kazandığını, bu varlık değerlerinin, kişinin diğer insanları ve onların durumlarını bencil olmadan değerlendirebilmesinde etkin rol oynadığını savunmuştur (Maslow, 2001).

### **I.11. EMPATİ VE SPOR**

Sporun dostluk merkezli olduğu ve tatlı bir rekabeti barındırdığı sıkça belirtilir. Ancak bu ifade çoğu kez sözde kalır. Rekabet, korkunç bir kin nefret sarmalında ortaya konur. Asıl amacın yalnızca kazanmak olduğu ve bunun için her türlü aracın meşrulaştığı bir tutuma çoğumuz tanıklık etmişizdir.

Olimpiyatların ortaya çıkışı tamamen barışa mesaj amaçlıdır. Yazık ki zaman geçtikçe kaba bir rekabet, kin ve nefret söylemi spor iklimini de zehirliyor. Futbol maçlarında küfürlü tezahürat, ırkçı tutum ve davranışlar, holiganizm için de yüzen taraftar ve tribün kültürü başlı başına bir sorun haline gelmiş durumda.

Örneğin Olimpiyatlarda sporcuların zeytinyağı bereketi sembolize eder.

Günümüzde fair play uygulaması sıkça vurgulanmaktadır. Bunun iki özelliğini yansıtalım:

- Kişinin rakibi ile eşit şartlarda bulunması için samimi arzusu.
- Kişinin rakibinin kötü durumdan istifade etmeyi reddetmesi.

Bu belirlemeler sporun empati gerektiren bir etkinlik olduğunu bize hatırlatıyor. Ancak son dönemlerdeki fanatizm dostluk ve barışa yönelik tutumu ötelemektedir. Aslında spor müsabakaları takımların ve kişilerin kendilerini gerçekleştirmeleri için rakibe gereksinim duymaktadırlar. Yani karşı takım veya sporcu olmadığında sporun rekabet düzeyinde bir anlamı da kalmaz.

Futbolda rakibin yerde kalması durumunda topu taca atan rakip oyuncu bir empati örneği de sergilemektedir. Kimi zaman seyrek de olsa bu tip davranışlara rastlamak mümkündür. Gole giden bir futbolcunun benzeri durumda ender de olsa gol atmaktan vazgeçmesi de centilmenlik olarak değerlendirilebilir.

Spor karşılaşmalarında empati kültürü yeniden canlandırabilse, sporda kazanma arzusunun her şey üzerinde olması gibi bir aşırılık da dengelemiş olacaktır (Salmış 2011).

Empati düzeyi yüksek olan kişilerin yardım etme davranış duygusunun da yüksek olduğu yapılan çalışmalarda ispatlanmıştır (Ayten, 2010). Spor branşları içerisinde başarının elde edilebilmesi ve başarılı bir ekip çalışması oluşabilmesi için sporcularda yardım etme güdüsünün ön planda olması gerektiği söylenebilir. Spor branşları içerisinde voleybolda bir takım sporu olduğu düşünüldüğünde, yardımlaşmanın da yüksek oranda olması beklenir. Voleybolda mutlaka paslaşma sağlanmalıdır. Sonuca gitmek için takımdaki diğer oyunculara gereksinim ve ihtiyaç duyulur. Bu durumda üst düzeyde yardımlaşmayı gerektirir. Sporcular, bu yardımlaşma bilinci ile farkına varmadan hayata hazırlanırken, normalde bir mesleğin, iş hayatının içerisinde tecrübe kazanması beklenirken, voleybol sayesinde küçük yaşlardan itibaren bu tecrübe sağlanabilir.(Kabasakal ve Şahan 2009).

## **BÖLÜM II**

### **II.1. Konu İle İlgili Yurt İçi ve Yurt Dışında Yapılan Çalışmalar**

#### **II.1.1. Yurt İçinde Yapılan Çalışmalar**

Türkiye’de empati ile ilgili yapılan araştırmalara bakıldığında empati ve kaygı, farklı branşlardaki öğretmen adaylarının ve üniversite öğrencilerinin empatik eğilimleri, psikodrama eğitimi ve empati arasındaki ilişki, hemşirelerin ve hemşire adaylarının empatik becerileri, anne- baba ve çocuk üçgeninde empati etkileşimi, farklı meslek grupları arasındaki empati kurma düzeyleri, sporcuların ve antrenörlerin empatik becerileri gibi konuların yer aldığı görülmektedir.

Dökmen 1987 yılında araştırmanın örneklemini Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Eğitim Programları ve Öğretimi Bölümü üçüncü sınıf öğrencilerinin oluşturduğu grupta, bireylerin empati kurma becerisi ile sosyometrik statü arasındaki ilişki incelenmiştir. Dökmen empatik becerilerin ölçülmesinde düzenlediği üç açık uçlu sorudan oluşan bir ölçeği kullanırken, sosyometrik statünün incelenmesinde ise öğrencilerin sorunlarını paylaştıkları ve paylaşmadıkları arkadaşlarını yazmalarını istemiştir. Yapılan araştırmanın sonucunda empati kurma becerisi ile sosyometrik statü arasında herhangi bir ilişkinin olmadığını gözlemlemiştir.

Bir kişilik değişkeni olarak duygusal empati tutumu ile ahlaki yargının ortaya çıkışı arasında ilişki olup olmadığını inceleyen Akkoyun (1987) ise araştırma sonucunda empatik eğilim ile ahlak yargısı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlamıştır.



Dökmen 1988 yılında psikodrama ile empatiyi yeni bir modele dayandırmayı amaçlamış ve buna uygun deneysel bir araştırma yapmıştır. Araştırmaya üniversite birinci sınıf öğrencilerinden oluşan 14 psikodrama oturumu düzenlemiş ve sekiz ay boyunca psikodrama uygulaması yapmıştır. Dökmen araştırmada “Empatik Beceri Ölçeği-B Formu” ile “Empatik Eğilim Ölçeği”ni kullanmış ve sonuç olarak öğrencilerin empati kurma becerilerinin geliştiğini ancak psikodramanın empati kurma eğilimi üzerinde etkili olmadığını saptamıştır.

Özdağ (1999) da Dökmen gibi psikodrama gruplarını ele almış, farklı olarak psikodrama gruplarının hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı ve atılgan davranışların empatik eğilim ve beceri düzeylerine etkisini incelemiştir. Çalışma deneysel olarak gerçekleştirilmiş ve Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu ikinci sınıf öğrencilerinden 18’i deney grubunda 18’i ise kontrol grubunda olmak üzere 36 kişi alınmıştır. Deney grubuyla iki haftada bir, iki saat olmak üzere tüm öğretim yılına toplam 14 hafta boyunca psikodrama uygulaması yapılmıştır. Kontrol grubuyla ilgili bir etkinlik yapılmamıştır. Uygulamaların sonucunda ise deney grubundaki öğrencilerin kontrol grubundaki öğrencilere göre empatik beceri düzeylerinin arttığı gözlemlenmiş ancak öğrencilerin benlik saygısı ve atılgan davranış düzeylerinde ise bir farklılığın olmadığı saptanmıştır.

Okvuran ise 1993 yılında dramının diğer bir çeşidi olan yaratıcı drama eğitiminin empatik beceri ve eğilim düzeylerine etkisini incelemiş ve Özdağ gibi bireyleri deney ve kontrol grubu olarak iki gruba ayırmıştır. Deney grubuna haftada iki saat olmak üzere 14 hafta yaratıcı drama eğitimi verilmiş, kontrol grubuyla ise eğitimin sekizinci haftasında yaratıcı drama hakkında bilgi verilen bir görüşme yapılmıştır. Uygulama sonunda ise istatistikî bir analiz yapılmış, bu analiz sonucunda da yaratıcı drama eğitiminin bireylerin

üzerinde empatik beceri ve empatik eğilim düzeylerinde anlamlı bir değişikliğin olmadığı saptanmıştır.

Pişkin (1989), Akçalı (1991) ve Sardoğan (1998) farklı yıllarda olmasına rağmen aynı konuda araştırma yapmışlar; öğrencilerin kaygı düzeyleri ile empatik beceri düzeylerini incelemişlerdir. Pişkin, Dökmen' in (1988) Empatik Eğilim Ölçeği'ni, Akçalı Beceri Ölçeği-B Formu (dökmen,1988) ile “Süreksiz(Durumluk) Sürekli (Genelde) kaygı Envanteri kullanmış, Sardoğan ise öğrencileri kontrol ve deney grubuna ayırarak çalışmasını yapmıştır. Yapılan çalışmalar sonucunda üçü de sürekli kaygının empati beceri düzeylerini etkilemediğini bulmuşlardır.

2001 yılında ise Durmuşoğlu empatik eğilimin kişiler arası ilişkilerde ortaya çıkan stres ile ilişkisini incelemiştir. Bu çalışmada 113 öğretmen, 184 öğrenci ve 171 hemşire katılmış ve Dökmen' in (1988) Empatik Eğilim Ölçeği kullanılmıştır. Araştırma sonucunda yine bireylerin kaygı ve empatik eğilimleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı gözlenmiştir.

1992 yılında Kuruç ve Bayar, sporcuların kişilik özelliklerinin toplumdaki sporcu olmayan bireylerden farklı olabileceğini ortaya koyan bir araştırma yapmışlardır. Bununla birlikte, bu farklılığın doğuştan mı yoksa eğitimle mi oluştuğu konusunda da çalışmalar yapmışlardır.

Yapılan diğer bir çalışmada Futbolcuların takım birlikteliği düzeyinin Hentbolculara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur.(Morali,1994)

Erkuş ve Yakupoğlu (2000) Futbolcuların, Basketbol ve Hentbolculara oranla daha düşük empatik beceri düzeyine sahip olduklarını belirleyen bir araştırma yapmışlardır. Başka bir çalışmada ise Voleybol ve Basketbol sporu ile ilgilenen sporcuların Futbolcu ve

Hentbolculara göre daha anlayışlı ve hoşgörülü oldukları, daha paylaşımcı ve zor durumlarla daha çabuk baş edebilecekleri ortaya çıkmıştır.

Korkmaz (2001) yaptığı araştırmada kız ve erkek beden eğitimi ve spor okulu öğrencilerinin cinsiyet farkını göz önünde bulundurmıştır. Sonuç olarak, cinsiyet farkı ile öğrencilerin empatik becerileri arasında önemli bir ilişki bulunmamıştır. Erkmen ise 2007 yılında beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri ile yaptığı araştırmasında, bayanların empatik eğilim ortalamasının erkeklere oranla daha yüksek olduğunu tespit etmiştir.

Ünal ve arkadaşlarının 2001, Özdevecioğlu'nun 2003 yılında yaptığı araştırmaya göre, voleybol antrenör adaylarının Yaşam Doyum Düzeyleri ile cinsiyet ve medeni durum değişkenleri açısından önemli bir değişiklik bulunmamaktadır. Bayan antrenör adaylarının ortalama değerlerinin erkek antrenör adaylara göre daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ayrıca evli olan antrenör adaylarının empatik beceri ve yaşam doyum düzeylerinin evli olmayanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. İş Doyumu ve Yaşam Doyumunun araştırıldığı bu çalışmalarda kadınların yaşam doyumlarının erkeklere göre yüksek olduğu bulunmuştur.

Ruh sağlığı hizmetlerinde çalışan personellerle yaptığı çalışmada Tanrıdağ (1993), personellerin empatik eğilim ve empatik beceri düzeylerini çeşitli değişkenlerle incelemiştir. 89 psikiyatrist, 86 psikolog, 88 psikolojik danışman ve 61 sosyal hizmet uzmanının katıldığı örnekleme veri toplama aracı olarak Empatik Eğilim Ölçeği ve Empatik Beceri Ölçeği-B Formu kullanılmıştır. Sonuç olarak; psikolojik danışmanın empatik beceri ve eğilim puanlarının diğer meslek gruplarına oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır ve katılımcıların öğretim düzeylerinin empatik beceri ve eğilim üzerinde bir farklılık

oluşturduğu gözlenmiştir. Ayrıca gözlenen bu farklılığın eğitimin lehine olduğu bulunmuştur.

1995 yılında Bayam, Şimşek ve Dilbaz empatik beceri düzeylerinin farklı meslek grupları üzerindeki etkisini incelemişler ve Empatik Beceri Ölçeği-B Formu kullanmışlardır. 25 tiyatro sanatçısı, 25 psikiyatri dışı hekim ve 25 mühendis olmak üzere toplam 75 kişinin katıldığı araştırma sonucunda tiyatro sanatçıları ve doktorların mühendislere göre empati kurma becerilerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur. 1996 yılında Aydın'ın yaptığı araştırmada da yardım meslekleri olarak da adlandırılan doktorluk, öğretmenlik, polislik gibi mesleklerde çalışan kişilerin mühendis ve teknisyenlere göre daha yüksek empati düzeylerinin olduğu görülmüştür.

Hacettepe Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu son sınıf öğrencilerinin empatik eğilim ve empatik beceri ile akademik başarılar arasındaki ilişkiyi inceleyen Öz (1998), yaptığı araştırmalara göre öğrencilerin empatik eğilim ve empatik becerilerinin akademik başarılarıyla arasında pozitif bir ilişkinin olduğunu bulmuştur.

Yurttaş (2001), araştırmaya 181 kişinin katıldığı Atatürk Üniversitesi Erzurum Sağlık Yüksek Okulu birinci ve dördüncü sınıf öğrencilerinin empatik beceri ile problem çözme becerilerini, karşılaştırma yaparak aralarında bulunan farklılıkları belirlemek amacıyla 2001 yılında bir araştırma yapmıştır. Araştırmasında veri toplama aracı olarak anket formu, Empatik Beceri Ölçeği B-Formu ve problem çözme ölçeği formu kullanmıştır. Sonuç olarak, öğrencilerin bölümleriyle ilgili, yaşamının çoğunu geçirdiği yer ile ve ailesinde sağlık alanında çalışan birey olmasıyla ilgili, mesleklerine duydukları ilgi ve sevgiyle ilgili meydana gelen değişikliklerin empatik becerisi ile problem çözme becerisi arasında büyük ölçüde bir etkinin olmadığı ortaya çıkmıştır.

Ancak 2002 yılında Tutuk, Al ve Doğan'ın yaptığı araştırmada 269 öğrencinin katıldığı Kişisel Bilgi Formu, İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeği (İBDÖ) ve Empatik Eğilim Ölçeği (EEÖ)'nin kullanıldığı hemşirelik öğrencilerinin algılamış oldukları iletişim becerisi ile empatik eğilim düzeyinin değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda bu iki kavram arasında puan ortalamalarının orta düzeyde olduğu ve eğitim yılı arttıkça puan ortalamalarının da artacağı belirlenmiştir.

Mete ve Gerçek (2005) ise Hemşirelik Yüksekokulu öğrencilerin empatik eğilim ve becerilerine Probleme Dayalı Öğrenim (PDÖ) yönteminin etkisinin olup olmadığını araştırmak amacıyla Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu'ndan 192 öğrencinin katıldığı bir araştırma yapmıştır. Bu araştırmada öğrencilerin empatik eğilim ve becerilerini değerlendirmek için Empatik Eğilim Ölçeğini (EEÖ) ve Empatik Beceri Ölçeğini (EBÖ), sosyo-demografik özelliklerini belirlemek için ise Tanıtıcı Bilgi Forumu'ndan yararlanmıştır. Yapılan araştırma sonucunda öğrencilerin sınıflarının yükseldikçe empatik eğilim düzeylerinin de yükseldiği görülmüştür.

Yıldırım (2001) boşanmanın aile fertlerinin üzerindeki etkisini incelemek amacıyla Konya ili, Akşehir İlçe merkezinde bir araştırma yapmıştır. Araştırmaya tarama yöntemiyle çiftlerin tesadüfi olarak seçildiği ve 60'ının boşanmış,60'nın evliliğini sürdürdüğü toplam 120 kişi katılmıştır. Veri tarama aracı olarak Kişisel Bilgi Formu ve Empatik Eğilim Ölçeği (EEÖ) kullanılmıştır. Yapılan araştırma sonucunda ulaşılan bulguları 4 maddede toplayabiliriz.

- 1) Boşanan kişilerin evliliğini sürdürenlere göre empatik eğilim puanlarının düşük olduğu bulunmuştur.

- 2) Bayanların erkeklere oranla empatik eğilim oranlarının daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır.
- 3) Boşanmış bayan ve erkeklerin empatik eğilim puanlarının evliliğini sürdüren bayan ve erkeklere oranla daha düşük olduğu bulunmuştur.
- 4) Eğitim düzeyi yüksek olan, kendi isteğiyle evlenen ve uzun süre evli kalmış olan kişilerin empatik eğilim puanlarının daha yüksek olduğu, ancak küçük yaşta evlenen bireylerin ise empatik eğilim puanlarının düşük olduğu görülmüştür.

Kışlak ve Çabukça (2002), “Empati ve Demografik Değişkenlerin Evlilik Uyum İle İlişkisi” adındaki araştırmasına Ankara ve İzmir’de yaşayan, farklı eğitim düzeyinden, yaşlarından ve seçkisiz olarak değişik SED’den seçilen 75 evli bayan ve 75 evli erkekten oluşan 150 kişi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak Empatik Eğilim ve Evlilik Uyum Ölçeği kullanılmıştır. Elde edilen bulgulara göre empati ve evlilik uyumu arasındaki ilişkinin pozitif yönde olduğu görülmüştür.

Farklı programlarda okuyan öğretmen adayı üniversite öğrencilerinin empatik eğilimi, öğretmenlik mesleğine karşı tutum ve mesleki benlik saygısı üzerinde araştırma yapan Sayın (2003), öğrencilerin empatik eğilim düzeyi yüksek olan öğrencilerin öğretmenlik mesleğine karşı tutumları ile mesleki benlik saygısı puanlarının daha yüksek olduğunu bulmuştur. Ancak okudukları anabilim/bölgümlere göre empatik eğilim düzeyleri arasında bir fark bulunmadığı saptanmıştır.

Yıldırım (2003) fantezi, empatik ilgi, bakış açısı alma, kişisel stres yapılarının toplamı olarak değerlendirilen Empati İle Beş Faktör Kişilik Modeli Arasındaki İlişkinin İncelenmesi amacıyla bir araştırma yapmıştır. Araştırmaya 253 kız ve 211 erkek olmak üzere toplam 464 üniversite öğrencisi katılmıştır. Elde edilen bulgulara bakıldığında empati ile beş faktör kişilik özellikleri arasında bir ilişkinin olduğu bulunmuş ve böylece

empatinin kişilik değişkeni olarak değerlendirilebileceğinin mümkün olduğu görülmüştür. Bunun yanında empati kurma eğiliminde cinsiyet faktörünün farklılık gösterdiği ortaya çıkmış, kızların erkeklere oranla daha yüksek empati kurma eğilimleri olduğu ortaya çıkmıştır.

2004 yılında Halıcıoğlu, annelerin empatik beceri düzeyi ile çocuk gelişimi tutumları arasındaki ilişkiyi ve çocuk yetiştirme tutumlarının bazı değişkenlerle olan ilişkisini incelemiştir. Veri toplama aracı olarak Empatik Beceri Ölçeği-B Formu ve Schaefer ve Bell'in (1958) Çocuk Yetiştirme Tutumu Ölçeği (PARENTAL Attitude Research Instrument, PARI) kullanılmıştır. Örneklem ise anasınıfına devam eden 532 çocuğun anneleri alınmıştır. Halıcıoğlu, araştırmanın sonucunda empatik beceri düzeyi ile demokratik ev kadınlığı rolünü reddetme ve geçimsizlik faktörleri arasında ilişkinin olmadığını, ancak annelerin empatik beceri düzeylerinin bazı demografik özelliklerle değiştiğini, üniversite ve yüksekokul mezunu annelerin, orta ve üst SED'deki annelerin E.B.D.'inin daha yüksek olduğunu bulmuştur.

Kehale (2002) ise anne-baba davranışları ile empatik beceri düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla araştırma yapmış, elde edilen bulgulardan yola çıkarak empatik beceri düzeylerinin annelerin eğitim durumuna göre anlamlı bir değişikliğin olmadığını, babaların ise .01 anlamlılık düzeyinde bir değişikliğin olduğunu bulmuştur.

Ercoşkun (2005), empatik becerilerinin sınıf öğretmenliği öğrencileri üzerindeki etkisini incelerken öğrencilerin cinsiyet, sınıf seviyesi, öğretim şekli, ana-babalarının öğrenim durumu, ana-babalarının tutumu, ailenin yıllık geliri, kardeş sayısı gibi çeşitli değişkenleri kullanmıştır. Örneklemde Atatürk Üniversitesi Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi İlköğretim Bölümü Sınıf Öğretmenliği Anabilim dalında okuyan 271 öğrenci yer

almıştır. Veri toplama aracı olarak Empatik Beceri Ölçeği-B Formu ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Sonuç olarak çeşitli değişkenler ile empatik beceri puanları arasında istatistiksel anlamda önemli bir farkın olmadığı görülmüştür.

Oğuz (2006), altı yaş grubundaki çocukların bakış açısı alma becerileri ile anne-babalarının empatik becerilerinin incelenmesi amacıyla araştırma yapmıştır. Örneklem Ankara İl merkezinde Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı, bağımsız anaokullarına devam etmekte olan, gönüllü olarak 100 çocuk anne-babalarıyla birlikte toplam 300 kişi katılmıştır. Veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu”, “Empatik Beceri Ölçeği-B Formu” ve “Bakış Açısı Alma Testi” kullanılmıştır. Araştırma sonucunda, çocuğun cinsiyetinin, kardeş sayısının, doğum sırasının, anaokuluna devam süresinin, anne-baba yaşının ve öğrenim düzeylerinin çocuğun bakış açısı alma becerisi üzerinde istatistiksel anlamda önemli bir farklılığa neden olmadığı bulunmuştur. Ayrıca baba kardeş sayısının bir farklılık oluşturmadığını, anne öğrenim seviyesinin .01 ve .05 düzeylerinde bir farklılık oluşturduğu görülmüştür.

Sonuç olarak; yapılan araştırmalarda empatik becerinin kişilerarası ilişkilerin fazla olduğu ve yardım mesleklerini yürütmekle sorumlu bireylerde bulunması gerektiği ve bu becerinin geliştirilebileceği görülmektedir.

### **II.1.2. Yurt Dışında Yapılan Araştırmalar**

Yurt dışında empatik becerinin ile empatik eğilimin gelişimi ve bireyler üzerindeki etkisinin incelenmesi amacıyla birçok araştırma yapılmıştır. Yapılan araştırmaların çocuklar ve anne-babaları arasında, hemşirelik öğrencileri, empatinin yardım davranışı ve fedakârlıkla olan ilişkisi, doktorların ve sporcuların empati kurma becerisi ile ilgili olduğu görülmektedir.



Warner, 1984 yılında beden eğitimi öğretmen adaylarının empatik eğilim düzeylerini cinsiyet, sınıf, yaş, sınıf ve sporla uğraşma düzeyi gibi çeşitli değişkenler açısından incelemiştir. Araştırmada beden eğitimi öğretmen adaylarının empatik eğilim düzeylerinin bu değişkenler açısından önemli bir farklılığın olmadığını tespit etmiştir. Warner, beden eğitimi öğretmen adaylarının iletişim kurmalarında empatiyi kullanmaları gerektiğini ve özellikle Amerika’da iletişim becerileri eğitimine önem verildiğini vurgulamaktadır.

Tutko ve Richard (1986) ise antrenörlerle sporcular arasındaki ilişkiden bahsetmiş, antrenörlerin başarısının, antrenörlerin sporcularla kurmuş olduğu etkili iletişime bağlı olduğunu söylemiştir. Tutko ve Richard’a göre etkili iletişim, etkili çalışmanın ilk kuralı sayılmaktadır. Davis (1990) de empati kurabilme potansiyeline sahip olan kişilerin kişilerarası ilişkilerde daha başarılı olduklarını bulmuştur.

Kalliopuska (1992), empati düzeylerinin düşük ve yüksek olduğu Finlandiyalı beysbol oyuncularının kendilik değerleriyle naristik eğilimlerini incelemek amacıyla araştırma yapmıştır. Araştırma sonucunda empati düzeyi yüksek olan oyuncuların kendilik değerlerinin de yüksek olduğunu bulmuş ve takım sporuyla uğraşan sporcuların kendilik değerlerinin yüksek olması nedeniyle kendileriyle daha barışık ve empatik olduklarını tespit etmiştir.

Yaptığı araştırmaya göre kadınların erkeklere oranla daha yüksek düzeyde empati kurabildiklerini bulan Murray (1998) ile Cotton 2001 yılında empati kurmada kadınların erkeklere, gençlerin çocuklara, yetişkinlerin ise çocuklara göre daha yüksek olduğunu yaptığı araştırmayla ispatlamıştır.

Voleybol antrenör adaylarının empatik becerileri ile cinsiyet ve medeni durum değişkenleri arasında önemli bir farklılığın olmadığı bulunmuştur.

Perspektif alma becerisi yüksek olan futbolcuların, sosyal normlara uyum, rakibe saygı, sporda sorumluluklara bağlılık, kurallara ve yönetime saygı yönelimlerinin de yüksek olduğu görülmektedir. Spordaki ahlaki davranışları yönlendiren etkenlerden biri de empati becerisidir. Empati futbolcularda geliştirilmesi gereken bir beceridir. Shields ve arkadaşları (2007), küçük yaş grubundaki sporcular üzerinde bir araştırma yapmışlardır. Bu araştırma sonucunda, sporcuların sportmenliğe aykırı davranışlar göstermelerinde antrenörlerin ve taraftarın büyük etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

Brown ve Hunter 1987 yılında, sağlık kurumlarında çalışan hastane yöneticilerinin, psikiyatristlerin, yoğun bakımı ve ameliyathane hemşirelerinin empatik iletişim becerilerini incelediği araştırmasında kişilerarası uyumun empati ile önemli bir bağın olduğunu bulmuşlardır. Ayrıca diğer sağlık personellerine göre, en fazla psikiyatri servisinde çalışanların empatik iletişim becerileri ile kişilerarası uyumlarının olduğu görülmüştür.

Reynolds ve Presly araştırmasında üç farklı durumu ölçmüştür.

- 1) Psikiyatri hemşireliğiyle ilgili sınıfta teorik eğitim yapıldıktan sonra
- 2) Psikiyatri hemşireliğini klinikte yaparken
- 3) Tüm uygulamalar sona erdikten sonra, empati yetenekleri ölçülmüştür.

Sonuç olarak, yapılan ölçümlerin empatik eğilimi etkilemediğini, empatik beceri üzerinde ise farklılık oluşturduğunu bulmuştur.

Empati ile ilgili olarak anne-babaların çocukları üzerindeki etkisiyle ilgili araştırmalar yapılmıştır.

Barnett (1980), örneğine 28 kız çocuğunu ve anne-babalarının katıldığı, ebeveynlerinin empatik düzeyleri ile kız çocuklarının empatik düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Elde edilen bulgulara göre, kız çocuklarının empatik düzeylerinin annelerinin empatik düzeyleri ile doğru orantılı olduğu, babalarının ise empatik düzeyleri ile ters orantılı olduğu görülmüştür.

Annenin empatik becerisi ve iletişim biçimi ile çocuğun empatik becerisi arasındaki ilişkiyi inceleyen Lipsitt (1993), çalışmasını 76 anne ve bu annelerin sekiz-dokuz yaşlarındaki çocuklarıyla gerçekleştirmiştir. Araştırma sonucunda annenin empatik becerisinin çocuğun empatik becerisinin tahmininde etkisinin olmadığını ancak annenin iletişim becerisinin çocuğun empatik becerisinin tahmininde etkisinin olduğu tespit edilmiştir.(Akt., Rehber,2007;18)

Bernadett- Shapiro, Efrensaf ve Shapiro (1996) ise yaptıkları araştırmalarında çocuk bakımına babalarında katılmasının erkek çocukların empatisi arasında anlamlı ve olumlu yönde bir ilişkinin olduğu görülmüştür.

Strayer ve Roberts (2004), çocukların empati düzeylerinin duygusal faktörlerle ve çocukların sosyal davranışları ile ilişkisini incelemiştir. Araştırma sonucunda çocuğun empati düzeyini güçlü bir şekilde yordadığını belirleyen, çocuğun yaşının ve ailenin çocuk yetiştirme biçiminin çocuğa ait duygusal faktörlerin %32'sini açıkladığını ispat etmişlerdir.

Oswald (1996), Cialdini ve arkadaşları (1997), Toussaint ve Web (2005) empatinin yardım etme davranışı ile ilişkisini incelemiştir. Sonuç olarak Oswald ile Cialdini ve arkadaşları empatik becerisi yüksek olan kişilerin yardım etme eğilimlerinin de yüksek olduğunu bulurken, Toussaint ve Webb araştırma sonunda empatinin yardım etme davranışı arasında önemli bir farklılık olmadığını görmüştür.

Tıp doktorlarının empatik düzeylerini inceleyen Hojat ve arkadaşları (2002), araştırmasını 704 doktorla yapmıştır. Sonuç olarak kadın doktorların erkek doktorlara göre empati düzeylerinin yüksek olduğunu, bu yüzden kadın doktorların hastalarıyla olan ilişkilerinde daha başarılı olduklarını görmüşlerdir.

Jenkins ve Fallowfield (2002) ise onkoloji sevisinde çalışan doktorların hastaları ile iletişimlerinde empatik becerilerini ne kadar kullandıkları ile ilgili araştırma yapmışlardır. Örnekleme 48 deney grubunda ve 45 kontrol grubunda olmak üzere toplam 93 doktor katılmıştır. Sonuç olarak, üç günlük iletişim becerileri ile ilgili eğitim alan deney grubunun kontrol grubuna göre hastalarıyla iletişim kurarken daha fazla empatik oldukları ve hastalarıyla daha fazla vakit harcadıkları tespit edilmiştir.

Jönsson ve Svensson (2003), bireyin karşısındaki kişi ile yüz yüze yapmış olduğu iletişimde mimiklerin empati üzerindeki etkisini incelemek amacıyla duygusal empatinin yüz ifadelerine göre farklı düzeylerde gösterildiğini konu alan bir araştırma yapmışlardır. Araştırmaya empati düzeyi farklı seviyelerdeki 61 kişi katılmıştır. Bu kişilere üç farklı duygusal yüz ifadesi olan resim gösterilmiş ve sonuç olarak empati düzeyi yüksek olan kişilerin resimlere hemen tepkiler verdiği, empati düzeyi düşük olan kişilerin ise anında tepki vermediği görülmüştür. Hatta empati düzeyi düşük olan kişilere kızgın surat resmi gösterildiğinde gülümseyerek tepki verdikleri görülmüştür.

2005 yılında Carr ve Lutjemenier ise suç işleyen ergenlerin farklı resimlerde bulunan yetişkinlerin, çocukların ve çizgi film karakterlerinin yüz ifadelerini değerlendirmelerini ve bu yüz ifadelerinin ne anlamda olduklarını bilmeleri ile ilgili uygulama yapmışlardır. Örnekleminde ise 11-17 yaşları arasında toplam 29 erkek ergenin

bulunduğu araştırma sonucunda, suç işleyen ergenlerin kendilerine gösterilen yetişkin yüz ifadelerinin ne anlam ifade ettiklerini söylemede zorluk çektikleri görülmüştür.

Eczacılıkta okuyan 92 niversite öğrencisinin bulunduğu, iletişim becerilerini geliştirmeleri ile ilgili program hazırlayan Lonie ve arkadaşları (2005), program sonunda öğrencilerin iletişim halindeyken sözsüz mesajlara dikkat ettiklerini, başka kişinin duygularını anlamaya çalıştıklarını, kendilerine ve başkalarına saygı duyduklarını, iletişim kurarken açık ve içten olduklarını gözlemlemişlerdir.

Jolliffe ve Farrington (2006), rnekleminde 376 erkek ve 344 kadın olmak üzere toplam 720 kişinin bulunduğu, bilişsel ve duygusal empatinin kabadayılık davranışı ile ilişkisini incelemişlerdir. Yaptıkları araştırma sonucunda duygusal empatik düzeyleri düşük olan kadınların kabadayı davranışları ile ilişkili olduğunu, erkekler için ise herhangi bir ilişkinin olmadığını bulmuşlardır. Őiddet içeren, kaba davranışlar sergileyen kadın ve erkeklerin empatik düzeylerinin düşük olduğu görülmüştür. Bilişsel anlamda ise önemli bir değişiklik görülmemiştir. Gini ve arkadaşları (2007) da 142 kız ve 176 erkek ergenin bulunduğu, ergenlerin Őiddet içeren davranışları hakkında araştırma yapmış, sonuç olarak empatik düzeyleri düşük olan ergenlerin Őiddet kullandıkları ortaya çıkmıştır.

Kemp ve arkadaşları (2007) ise ergenlerin empatik düzeyleri ile aile desteği ve antisosyal davranışları arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Araştırmaya 11-14 yaş grubundan toplam 823 ğrenci katılmış ve sonuç olarak aile desteğini tam olarak almayan ergenlerin empatik düzeylerinin düşük olduğu ve buna bağlı olarak diğer yaşlıtlarına göre daha çok saldırgan davranışlarda buldukları görülmüştür.

## **BÖLÜM III**

### **III. YÖNTEM**

Bu bölümde, araştırmanın yöntemi ele alınmıştır. Araştırmada kullanılan model, araştırma grubu, verilerin toplanması ile ilgili yapılan çalışmalar ve araştırmada kullanılan istatistiksel teknikler açıklanmıştır.

#### **III.1.1. Araştırmanın Modeli**

Araştırma tarama modelindedir. Tarama modelleri, geniş grupları içeren evrenden seçilmiş bir örneklem grup üzerinde yapılan geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle incelemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve var olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez.

Bilinmek istenen şey vardır ve oradadır. Önemli olan, onu uygun bir biçimde gözleyip belirleyebilmektir Durum tespiti için araştırmacı tarafından anket kullanılacaktır. Anket araştırmacı tarafından uygulanacağından uygulama sırasında karşılaşılabilecek sorular cevaplandırılabilir (Karasar, 1999).

#### **III.1.2. Araştırma Grubu**

Araştırma grubunu; bölgesel ligde (Aroma 3.Lig C grubunda yer alan 1- Kahramanmaraş bld ,2- Malatya bld esenlik,3- Kızıltepe bld,4- batman petrol, 5-Antalya petrol, 6-İnönü üniv.,7- d. bakır dsi,8-İskenderun Mursaloğlu lisesi, 9- Halepçe bahçe,) aroma 3.Lig N 1-muş lalezar , 2- muş gsim, 3- muş gençlik spor, 4-Bingöl üniv, 5-Tunceli özel idare) oynayan 159 erkek voleybolcu oluşturmaktadır. Araştırma grubunu oluşturan voleybolcular rasgele (random) yöntemle seçilmişlerdir.

#### **III.1.3. Verilerin Toplanması**

Araştırmada belirlenen amaçlara ulaşabilmek için gerekli olan veriler,

- Araştırmacı tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu,
- voleybolcuların empatik beceri düzeylerini belirlemek için Dökmen (1988) tarafından geliştirilmiş empatik eğilim leği kullanılmıştır.

#### **III.1.4. Kişisel Bilgi Formu**

Yedi sorudan oluşan kişisel bilgi formu, voleybolcuların kişisel özelliklerini (cinsiyet, yaş sınıf, bölüm, kaç yıldır spor yapıyorsunuz, kaptanlık yaptınız mı, mevkiiniz, ) belirlemek için araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

#### **III.1.5. Empatik Eğilim leği (EE):**

Bireylerin günlük yasadaki empati kurma potansiyellerini ölçmek amacıyla Dökmen (1988) tarafından geliştirilmiştir. Likert tipte bir ölçek olup, 20 sorudan oluşmakta ve her soruya 1'den 5'e kadar puan verilmektedir. Puanları toplarken 3,6,7,8,11,12,13,15. sorular tersinden toplanmaktadır. Ölçekten alınacak minimum puan 20, maksimum puan ise 100'dr. Toplam puan deneklerin empatik eğilim puanlarını ifade eder. Puanın yüksek olması, empatik eğilimin yüksek olduğunu; düşük olması empatik eğilimin düşük olduğunu gösterir. EE, Dökmen (1988) tarafından 70 kişilik bir ğrenci grubuna ölçeğin tekrarı yöntemiyle, üç hafta arayla iki defa uygulanmıştır. Bu uygulamadan elde edilen ölçeğin güvenirliği .82'dir. Deneklerin ölçeğin tek ve çift maddelerinden aldıkları puanlar arasındaki leği yarılama güvenirliği .86 olarak bulunmuştur. Ölçeğin geçerliği .68 olarak bulunmuştur. Ölçeğin araştırma grubu için Cronbach Alpha ile hesaplanan güvenirlik katsayısı .72 olarak bulunmuştur.

### III .1.6. Verilerin Analizi

Verilerin çözüm ve yorumlanmasında, voleybolcuların empatik beceri düzeylerini çeşitli, değişkenlere göre test etmeden önce araştırma verilerinin normal dağılım özelliği taşıyıp taşımadıkları tek örneklem Kolmogorov-Smirnov Testi ile tespit edilmiştir (*bkz.* Tablo 7 ). Tabloda sunulduğu üzere, dağılımların normal olduğu saptanmış ve daha sonra t testi, one way anova testi gruplar arası farkı belirleyebilmek içinde tukey testi kullanılmıştır.

Verilerin analizi aşamasında, araştırmanın amaçlarına uygun olarak aşağıdaki işlemler gerçekleştirilmiştir.

-Bölüm Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini belirleyebilmek için One Way Anova testi

- Bölüm Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini belirleyebilmek için Tukey Testi

- Sınıf Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini belirleyebilmek için One Way Anova testi

- Sınıf Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini belirleyebilmek için Tukey Testi İle

- Yıl Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini belirleyebilmek için Gösteren One Way Anova testi

- Mevki Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini belirleyebilmek için One Way Anova testi

- Kaptanlık Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini belirleyebilmek için t Testi



-Kaç Yıldır Spor Yaptıkları Ve Mevkilerine Göre Empatik Beceri Düzeyleri belirleyebilmek için Betimsel İstatistikler

- Kaç Yıldır Spor Yaptıkları Ve Mevkilerine Göre Empatik Beceri Düzeyleri belirleyebilmek için two way anova testi kullanılmıştır.

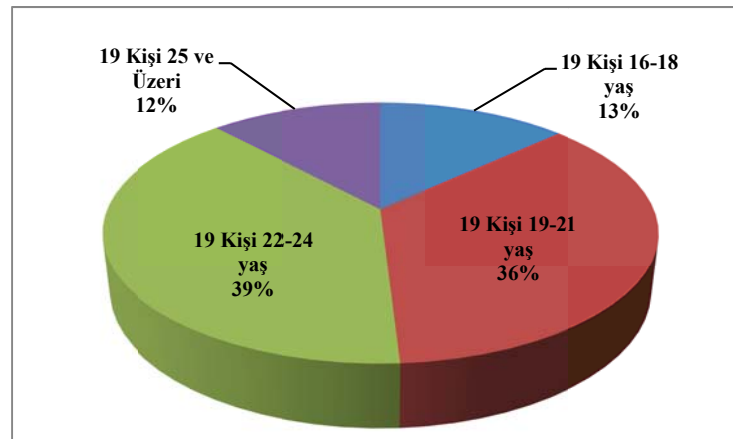
Elde edilen veriler bilgisayarda SPSS (Statistical Package For Social Scientists for Windows Release 10.0) programında analiz edilmiş, manidarlığı  $p<0.05$  düzeyinde sınanmış ve sonuçlar araştırmanın amaçlarına uygun olarak tablolar halinde sunulmuştur.

## BÖLÜM IV

### IV. BULGULAR

**Tablo 1 Voleybolcuların Yaş Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı:**

	N	%
16-18 yaş	21	13,2
19-21 yaş	57	35,8
22-24 yaş	62	39,0
25 ve üzeri	19	11,9
Toplam	159	100,0

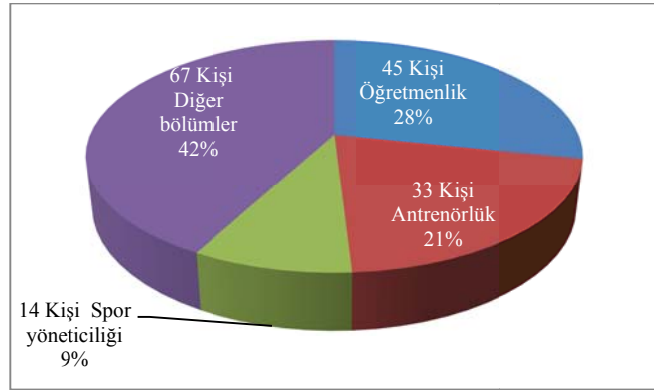


**Şekil 1: Voleybolcuların Yaş Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı**

Tablo 1 incelendiğinde; voleybolcuların %13,2'sinin 16-18 yaş, %35,8'inin 19-21 yaş, %39,0'ının 22-24 yaş ve son olarak %11,9'unun da 25 ve üzeri yaş aralığında yer aldığı görülmektedir. Buna göre, yaş değişkeni yönünden en fazla birey 22-24 yaş aralığında yer alırken, en az sayıda birey ise 25 ve üzeri yaş grubunda yer almaktadır.

**Tablo 2 Voleybolcuların Bölüm Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı:**

	n	%
Öğretmenlik	45	28,3
Antrenörlük	33	20,8
Spor yöneticiliği	14	8,8
Diğer bölümler	67	42,1
Toplam	159	100,0

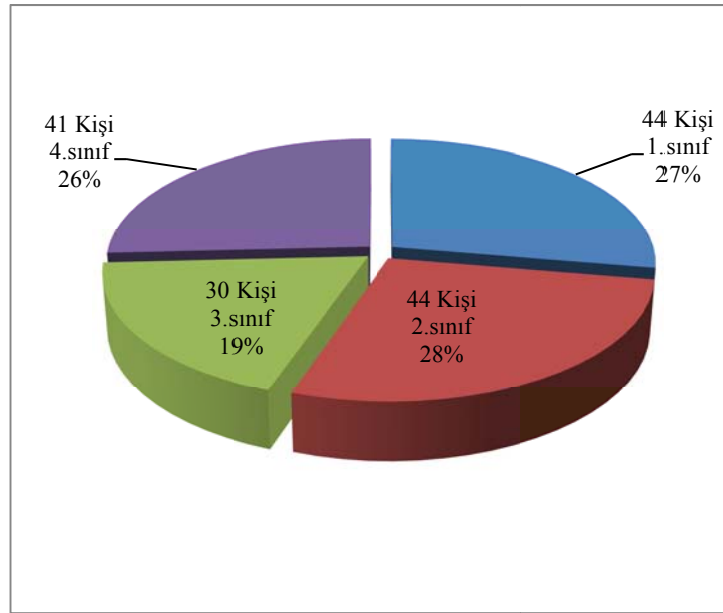


Şekil 2: Voleybolcuların Bölüm Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı

Tablo 2 incelendiğinde; voleybolcuların %28,3'ünün öğretmenlik bölümünde, %20,8'inin antrenörlük bölümünde, %8,8'inin spor yöneticiliği bölümünde, %42,1'inin ise diğer bölümlerde yer aldığı görülmektedir. Buna göre, en az öğrenci spor yöneticiliği bölümünde, en fazla öğrenci ise diğer bölümlerde yer almaktadır.

**Tablo 3 Voleybolcuların Sınıf Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı:**

	<b>n</b>	<b>%</b>
1.sınıf	44	27,7
2.sınıf	44	27,7
3.sınıf	30	18,9
4.sınıf	41	25,8
Toplam	159	100,0

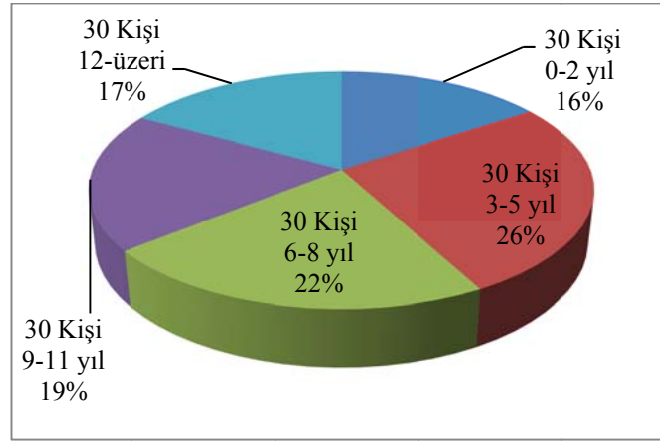


Şekil 3: Voleybolcuların Sınıf Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı

Tablo 3 incelendiğinde; voleybolcuların %27,7'sinin 1.sınıfta, %27,7'sinin 2.sınıfta, %18,9'unun 3. sınıfta, %25,8'inin ise 4. sınıfta yer aldığı görülmektedir. Buna göre, grubu oluşturan voleybolcular çoğunlukla 1. ve 2. sınıf öğrencileridir.

**Tablo 4 Voleybolcuların kaç yıldır spor yaptıklarını Gösteren Frekans Dağılımı:**

	n	%
0-2 yıl	25	15,7
3-5 yıl	42	26,4
6-8 yıl	35	22,0
9-11 yıl	30	18,9
12-üzeri	27	17,0
Toplam	159	100,0

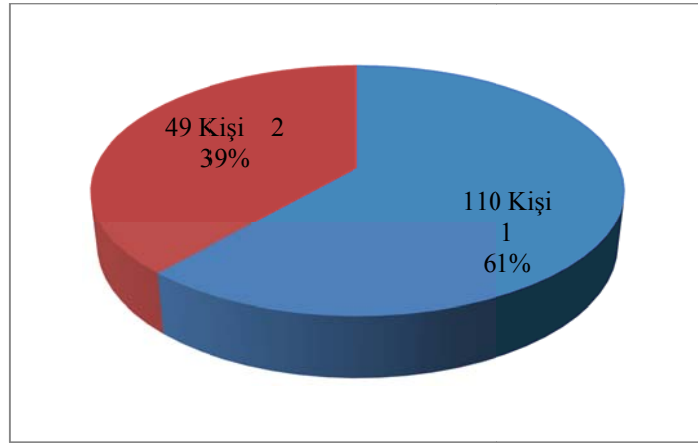


Şekil 4: Voleybolcuların Sınıf Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı

Tablo 4 incelendiğinde; voleybolcuların %15,7'si 0-2 yıl arasında, %26,4'ü 3-5 yıl arasında, %22,0'ı 6-8 yıl arasında, %18,9'u 9-11 yıl arasında, %17,0'ı 12 ve üzeri yılda spor yaptıklarını belirtmişlerdir. Yani, en fazla sayıda voleybolcu 3-5 yıl aralığında yer almaktadır.

**Tablo 5 Voleybolcuların kaptanlık yapıp yapmadıklarını Gösteren Frekans Dağılımı**

	<b>n</b>	<b>%</b>
Evet	49	30,8
Hayır	110	69,2
Toplam	159	100,0

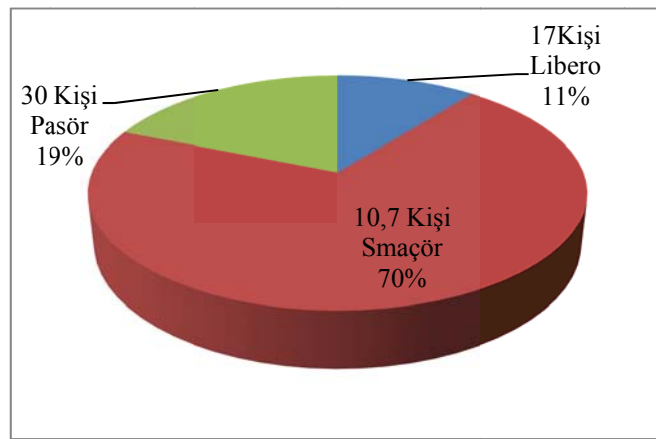


Şekil 5: Voleybolcuların kaptanlık yapıp yapmadıklarını Gösteren Frekans Dağılımı

Tablo 5 incelendiğinde; %30,8'i evet %69,2'si hayır cevaplarını vermişlerdir. Bu durumda, voleybolcuların çoğunluğu kaptanlık yapmadığı görülmektedir.

**Tablo 6 Voleybolcuların Mevki Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı**

	n	%
Libero	17	10,7
Smaçör	112	70,4
Pasör	30	18,9
Toplam	159	100,0



Şekil 6: Voleybolcuların Mevki Değişkenini Gösteren Frekans Dağılımı

Tablo 6 incelendiğinde; voleybolcuların %10,7'sinin libero, %70,4'ünün smaçör ve %18,9'unun da pasör mevkiinde oynadıkları görülmektedir. Yani, en fazla sayıda voleybolcu smaçör mevkiinde yer almaktadır.

**Tablo 7 Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One-Sample Kolmogorov-Smirnov Testi:**

		<b>Empatik Beceri Düzeyi</b>
N		159
Normal Parameters	Mean	73,3333
	Std. Deviation	8,5866
Most Extreme Differences	Absolute	0,059
	Positive	0,049
	Negative	-0,059
Kolmogorov-Smirnov Z		0,747
<b>Asymp. Sig. (2-tailed)</b>		<b>0,632</b>

Tablo 7’de görüldüğü gibi;  $P > 0.05$  olduğu görülmektedir. Bu durumda bize verilerin normal dağılıma uygun olduğunu göstermektedir.

**Tablo 8 Yaş Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One Way Anova Sonuçları**

<b>Varyans Kaynağı</b>	<b>KT</b>	<b>Sd</b>	<b>KO</b>	<b>F</b>	<b>P</b>	<b>Anlamlı farklılık</b>
Gruplar arası	814,549	3	271,516	3,884	0,010	4-1
Grup içi	10834,784	155	69,902			

Tablo 8’de görüldüğü gibi; bölüm değişkenine göre voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır [ F değeri = 3,884  $P = 0,010 < 0.05$ ].



**Tablo 9 Yaş Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerinin Tukey Testi İle Karşılaştırılmasını Gösteren Analiz Sonuçları**

	Yaş Değişkeni	Ortalamalar farkı	P
16-18 yaş	19-21 yaş	-2,9925	0,498
	22-24 yaş	-6,5661	0,010
	25 yaş ve üzeri	-5,0627	0,223
19-21 yaş	16-18 yaş	2,9925	0,498
	22-24 yaş	-3,5736	0,091
	25 yaş ve üzeri	-2,0702	0,786
22-24 yaş	16-18 yaş	6,5661	0,010
	19-21 yaş	3,5736	0,091
	25 yaş ve üzeri	1,5034	0,903
25 yaş ve üzeri	16-18 yaş	5,0627	0,223
	19-21 yaş	2,0702	0,786
	22-24 yaş	-1,5034	0,903

Tablo 9’de görüldüğü gibi; 16-18 yaş arasında olan voleybolcuların 22-24 yaş arasında olan voleybolculara göre empatik beceri düzeyleri yüksek çıkmıştır [P=0,010<0.05].

**Tablo 10 Bölüm Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One Way Anova Sonuçlar**

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	Anlamlı farklılık
Gruplar arası	651,135	3	217,045	3,059	0,030	4-1
Grup içi	10998,198	155	70,956			

Tablo 10’de görüldüğü gibi; bölüm değişkenine göre voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır [ F değeri = 3,059 P=0,030<0.05].

**Tablo 11 Bölüm Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerinin Tukey Testi İle Karşılaştırılmasını Gösteren Analiz Sonuçları**

	Bölüm değişkeni	Ortalamalar farkı	P
Öğretmenlik	Antrenörlük	-4,8364	0,059
	Spor yöneticiliği	-4,6524	0,271
	Diğer bölümler	-4,2398	0,045
Antrenörlük	Öğretmenlik	4,8364	0,059
	Spor yöneticiliği	0,1840	1,000
	Diğer bölümler	0,5966	0,987
Spor yöneticiliği	Öğretmenlik	4,6524	0,271
	Antrenörlük	-0,1840	1,000
	Diğer bölümler	0,4126	0,998

Diğer bölümler	Öğretmenlik	4,2398	0,045
	Antrenörlük	-0,5966	0,987
	Spor yöneticiliği	-0,4126	0,998

Tablo 11’de görüldüğü gibi; diğer bölümlerde öğrenim gören voleybolcuların öğretmenlik bölümünde öğrenim gören voleybolculara göre empatik beceri düzeyleri yüksek çıkmıştır.

**Tablo 12 Sınıf Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One Way Anova Sonuçları**

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P
Gruplar arası	594,188	3	198,063	2,777	0,043
Grup içi	11055,145	155	71,324		

Tablo 12’de görüldüğü gibi; bölüm değişkenine göre voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır [ F değeri = 2,777 P=0,043<0.05].

**Tablo 13 Sınıf Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerinin Tukey Testi İle Karşılaştırılmasını Gösteren Analiz Sonuçları**

	<b>Sınıf değişkeni</b>	<b>Ortalamalar farkı</b>	<b>P</b>
1. sınıf	2. sınıf	-0,2045	0,999
	3.sınıf	-0,1985	1,000
	4.sınıf	-4,5416	0,043
2.sınıf	1.sınıf	0,2045	0,999
	3.sınıf	6,0603	1,000
	4.sınıf	-4,3370	0,044
3.sınıf	1.sınıf	0,1985	1,000
	2.sınıf	-6,0603	1,000
	4.sınıf	-4,3431	0,140
4.sınıf	1.sınıf	4,5416	0,043
	2.sınıf	4,3370	0,044
	3.sınıf	4,3431	0,140

Tablo 13’de görüldüğü gibi; 4. sınıfta öğrenim gören voleybolcuların 1. ve 2. sınıfta öğrenim gören voleybolculara göre empatik beceri düzeyleri yüksek çıkmıştır.

**Tablo 14 Yıl Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One Way Anova Sonuçları**

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	Anlamlı farklılık
Gruplar arası	461,102	4	115,275	1,587	0,181	Yok
Grup içi	11188,232	154	72,651			

Tablo 14’da görüldüğü gibi; yıl değişkenine göre voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır [ F değeri = 1,587 P=0,181>0.05].

**Tablo 15 Mevki Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren One Way Anova Sonuçları**

Varyans Kaynağı	KT	Sd	KO	F	P	Anlamlı farklılık
Gruplar arası	104,177	2	52,089	0,704	0,496	Yok
Grup içi	11545,156	156	74,007			

Tablo 15’de görüldüğü gibi; mevki değişkenine göre voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır [ F değeri = 0,704 P=0,496>0.05].

**Tablo 16 Kaptanlık Değişkenine Göre Voleybolcuların Empatik Beceri Düzeylerini Gösteren t Testi Sonuçları**

	N	Mean	Std. Deviation	t	p
Evet	49	72,8776	8,2326	-0,446	0,657
Hayır	110	73,5364	8,7689		

Tablo 16’de görüldüğü gibi; kaptanlık değişkenine göre voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır [ t değeri = -0,446 P=0,657>0.05].

**Tablo 17 Voleybolcuların Kaç Yıldır Spor Yaptıkları Ve Mevkilerine Göre Empatik Beceri Düzeyleri Puanlarının Betimsel İstatistikleri**

<b>Kaç yıldır Spor Yapıyorsunuz</b>	<b>Mevkiniz</b>	<b>Ortalama</b>	<b>Ss</b>	<b>N</b>
0-2 yıl	Libero	64,6667	17,6163	3
	Smaçör	72,9444	7,9445	18
	Pasör	69,0000	5,4160	4
	Toplam	71,3200	9,0908	25
3-5 yıl	Libero	65,2500	2,8723	4
	Smaçör	73,2121	6,8909	33
	Pasör	72,0000	7,1063	5
	Toplam	72,3095	6,9370	42
6-8 yıl	Libero	74,6667	,5774	3
	Smaçör	76,5417	7,5295	24
	Pasör	73,7500	9,7651	8
	Toplam	75,7429	7,7130	35
9-11 yıl	Libero	77,5000	5,4467	4
	Smaçör	71,9474	6,9560	19
	Pasör	69,7143	19,8470	7
	Toplam	72,1667	10,9547	30
12 ve üzeri	Libero	82,0000	6,2450	3
	Smaçör	74,2778	8,9298	18
	Pasör	73,5000	5,0100	6
	Toplam	74,9630	8,1547	27

Toplam	Libero	72,6471	9,9746	17
	Smaçör	73,8393	7,5915	112
	Pasör	71,8333	11,0737	30
	Toplam	73,3333	8,5866	159

Tablo 17 incelendiğinde; libero oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalama puanı 72,6471 iken, smaçör oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalaması 73,8393, pasör oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalaması 71,8333 bu üç grubun empatik beceri düzeylerinin ortalama puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı bulunmuştur [ F değeri = 0,770 P=0,465>0.05]. Voleybolcuların farklı mevkilerde görev yapmaları onların empatik beceri düzeyleri arasında herhangi bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

0-2 yıl arasında oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalama puanı 71,3200 iken, 3-5 yıl arasında oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalaması 72,3095, 6-8 yıl arasında oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalaması 75,7429, 9-11 yıl arasında oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalaması 72,1667, 12 ve üzeri yıl arasında oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalaması 74,9630 bu beş grubun empatik beceri düzeylerinin ortalama puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı bulunmuştur [ F değeri = 2,320 P=0,060>0.05]. Voleybolcuların kaç yıl spor yapmaları onların empatik beceri düzeyleri arasında herhangi bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

**Tablo 18 Kaç Yıldır Spor Yaptıkları Ve Mevkilerine Göre Empatik Beceri Düzeyleri Puanlarının Anova Sonuçları**

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Kaç yıl	669,050	4	167,262	2,320	0,060
Mevki	111,020	2	55,510	0,770	0,465
Kaç yıl * Mevki	672,147	8	84,018	1,165	0,324
Hata	10382,488	144	72,101		
Toplam	866716,000	159			

Tablo 18 incelendiğinde; mevki ve yıl değişkeninin voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında ortak bir etkisinin olmadığı saptanmıştır [ F değeri = 1,165 P=0,324>0.05].



## TARTIŞMA VE SONUÇ

Bölüm değişkenine göre voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır [ $P<0.05$ ]. Bu farklılık sonucunda; diğer bölümlerde öğrenim gören voleybolcuların öğretmenlik bölümünde öğrenim gören voleybolculara göre empatik beceri düzeyleri yüksek çıkmıştır.

Bölüm değişkenine göre voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında farkın anlamlı olduğu saptanmıştır [ $P<0.05$ ]. Bu farklılık sonucunda; 4. sınıfta öğrenim gören voleybolcuların 1. ve 2. sınıfta öğrenim gören voleybolculara göre empatik beceri düzeyleri yüksek çıkmıştır. Bu Sonucun sebebini okuduğu bölümdeki sınıfı ilerledikçe kişinin eğitim seviyesi, hizmet içi eğitimi artıkça empati düzeyinde yansıdığı söylenebilir.

Yıl değişkenine göre voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır [ $P>0.05$ ].

Mevki değişkenine göre voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır [ $P>0.05$ ]. Bu tespitin sebebi takım içerisinde başarılı bir ekip çalışması oluşması için takım bireylerinin mevki farketmeksizin birbirini anlaması, başarıya katkıda bulunması gerektiğine şartlanmış olması söylenebilir.

Kaptanlık değişkenine göre voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında farkın anlamlı olmadığı saptanmıştır [ $P>0.05$ ].

Kaç Yıldır Spor Yaptıkları Ve Mevkilerine Göre Empatik Beceri Düzeyleri Puanları incelendiğinde; libero oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalama puanı 72,6471 iken, smaçör oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalaması 73,8393, pasör oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalaması 71,8333 bu üç grubun empatik beceri düzeylerinin ortalama puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı bulunmuştur [ $P>0.05$ ]. Voleybolcuların farklı mevkilerde görev yapmaları onların empatik beceri düzeyleri arasında herhangi bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

0-2 yıl arasında oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalama puanı 71,3200 iken, 3-5 yıl arasında oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalaması 72,3095, 6-8 yıl arasında oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalaması 75,7429, 9-11 yıl arasında oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin

ortalaması 72,1667, 12 ve üzeri yıl arasında oynayan voleybolcuların empatik beceri düzeylerinin ortalaması 74,9630 bu beş grubun empatik beceri düzeylerinin ortalama puanları arasındaki farkın anlamlı olmadığı bulunmuştur [  $P>0.05$ ]. Voleybolcuların kaç yıl spor yapmaları onların empatik beceri düzeyleri arasında herhangi bir farklılığa yol açmadığı bulunmuştur.

Mevki ve yıl değişkeninin voleybolcuların empatik beceri düzeyleri arasında ortak bir etkisinin olmadığı saptanmıştır [  $P>0.05$ ].

Bu araştırmada 3.lig ve Bölgesel liglerde voleybol oynayanların empati beceri düzeyleri incelenmesi amaçlanmıştır. Bu incelemeler voleybolcuların oynadığı yıla, mevki ye, sınıfına, yaşına göre değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda alınan sonuçta voleybolcuların empati beceri düzeyleri yüksek çıkmıştır.

Araştırma sonucunda bütün bu elde edilen bulgulardan yola çıkarak, şu önerilerde bulunula bilinir.

- Türkiye genelinde oynayan voleybolculardan kitle seçilerek bir araştırma daha yapılabilir. Yapılan araştırma diğer branşlarda oynayan sporcularla empati düzeylerinin karşılaştırıla bilinir.
- Sporcuların sağlıklı iletişim kurabilmesi, toplum nazarında saygın bir konumda olabilmesi, değer görmesi için sürekli empati kavramının aşılması önerile bilinir.
- Bireyin kişilik uyumunu etkileyen birçok etmen vardır. Bunların başında aile, sosyo-kültürel çevre gelmektedir .Bu etmenler kişinin karakter ve davranışlarında önemli etkisi bulunmaktadır. Bundan dolayı aile bireylerine konferans ve seminerlerle empati kavramı anlatılarak, sporcuların kişilik biçimlendirilmesinde yardımcı olunmalıdır.
- Doyurucu ilişkilerin oluşabilmesi için sporculara empati kavramını (didaktik yaklaşım, rol alarak öğrenme, modelden modele öğrenme, yaşantısal yaklaşım ) modelleriyle sporcuya öğretilabilir.
- Antrenör ve teknik direktörlerin pedagojik ve rehberlik alanında kendini geliştirmeleri için çeşitli kurslar düzenlenebilir.
- Bu araştırma özellikle bölgesel olarak doğu-batı, kuzey-güney bölgelerde yapılarak bölgeler arası kıyaslama yapıla bilinir.

- Federasyonların Fair-play kavramını anlatırken kulüplere empati kavramının fair –playla doğrudan ilişkili olduğunu kulüp yöneticilerine anlatarak takımları bu düşüncenin içerisine sokabilirler.
- Bayan-erkek sporcularda empati kıyaslaması yapıldığında bayanların empati becerilerinin yüksek çıktığı bulunmuştur. Erkeklerle bayanlarla diyaloga geçmeleri empati kurarken nelere dikkat ettikleri sorularak fikir teatinde bulunacak ortamlar saptanabilir.
- Empati kavramının yardım etme davranışıyla ilişkisi bilinmektedir. Takımın başarılı olabilmesi, rekabet kavramının geliştirilebilmesi, sporcuların takım çalışmasını (team work) öğrenebilmesi için yardım etme- empati kavramını ilişkilendirerek sporculara mental hizmet verilebilir.

## KAYNAKÇA

- Akçalı, F., Ö., (1991). *Kaygı Seviyesinin Empatik Beceri Üzerindeki Etkisi*, Marmara Üniversitesi Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Akkoyunlu, F., (1982). “Empatik Anlayış Üzerine”, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 5(2).
- Alçay, U., (2009). *Farklı Okul Türlerinde Görev Yapan Yönetici ve Öğretmenlerin Empatik Beceriler Açısından Karşılaştırılması*, Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Alma, H. A ve Smaling, A. (2006). “The Meaning Of Empathy And İmagination İn Health Care And Health Studies”, *International Journal Of Qualitative Studies On Health And Well-Being*. 1:195-211.
- Altekin, F., (1995). *Tiyatro, iç Mimarlık ve Çevre Tasarımı Bölümlerindeki Öğrenci/erin Empatik Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü (Yayınlanmamış yüksek Lisans Tezi), Ankara,.
- Ay, F. A., (1999). *Hemşirelerin Empati Becerilerinin Değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi.
- Ayten, A., (2010). *Empati Ve Din: Türkiye’de Yardımlaşma Ve Dindarlık Üzerine Psiko Sosyal Bir Araştırma*, İz Yayıncılık, İstanbul.
- Balcıoğlu, İ., (2003). *Sporun Sosyolojisi Ve Psikolojisi*, Bilge Yayınları, İstanbul.

- Bayam, G. Şimşek, E. U., Dilbaz, N., (1993). Üç Farklı Meslek Grubunda Empatik Beceri Düzeylerinin Karşılaştırılması, *Kriz Dergisi*. 3 (1-2),182-184.
- Barnett, M., A., (1990). *Empathy and related responses in children in N.*
- Bernadett- Shapiro, S., Efremsaft, D., Sa-hapiro, J., (1996). Father participation in childcare and the development of empathy in sons. *An emprical study. Family Therapy*.23,77-93.
- Bellous, J., B., (2001). “Considering Empathy Some Preliminary Definition”,<http://www.mcmaster.ca/mjtm/bellous1.htm>.
- Berger, D., (1984). “On the Way to Empathic Understanding. *American Journal of Psychotherapy*.”28(1),111-119.
- Bilgin, N., (2003). *Sosyal Psikolog Kavramlar, Yaklaşımlar Sözlüğü*. İstanbul: Bağlam Yayıncılık.
- Biol, A., (1998). “*Bireylerin Uyum Düzeyleri İle Empatik Becerileri Arasındaki İlişkiler*”, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum, S.72.
- Borke,H., (1971). Interpersonal Development of Young Children; Egocentrisim or Empathy? *Developmental Psychology*, 5 (2),263-269.
- Buber, M., (2003).“*Ben ve Sen*”, çev. İnci Palsay. İstanbul : Kitabiyat.
- Budak, S., (2005). *Psikoloji Sözlüğü* Ankara, Bilim ve Sanat Yayınları.
- Caputo, J. S. , Hazel, H.C., McMahan, C. (1994). “*Interpersonal Communication, Contepency Thought Critical Thinking. A Division Simon & Shuster, Printed In The United States Of America*”.

- Carr, M. B. & Lutjemeier, J. A., (2005). *The Relation of Facial Affect Recognition and Empathy to Delinquency in Youth Offenders*, *Adolescence*, 40(159).
- Cialdini, R. B., Brown, S. L., Lewis, B. P., Luce, C. & Neuberg, S. L., (1997). Reinterpreting The Empathy- Altruism Relationship: When One Into One Equals Oneness, *Journal Of Personality And Social Psychology*, 73(3):481-494
- Cotton, K., (2001). *Developing Empathy In Children And youth*. School Improvement Reseach Series (SIRS)/ Northwest Regional Educa-His Feelings o Sarah and, in The End, All Go Home REtional Laboratory.sayı:13.78.
- Cüceloğlu, D., (1994). “*İnsan ve Davranışı*”. 5.Baskı, Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Davis, C. M., (1990). What is Empaty, and Can Empaty Be Taught? *Physical Therapy*, Vol: 70, No:11, November: 707–711, (Çev: Özcan Sezer ve Serhat Damar), İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt: 6, Sayı: 9,. 77– 88.
- Davis, M. H., (1996). *Empathy Asocial psychological approach*.USA:Westview Press.
- Değirmenci, C, H.,(2004) *Kişisel Gelişim ve Pozitif Enerji*, İstanbul, Bilge Karınca Yayınları.
- Devito, J. A., (1998). *The İnterpersonal Communication Book*, 8.Baskı, United States. (çev. Vural, S. 2002) *Kişilerarası İletişim*, Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi Yayınları :27.

- Doğan, Y., (2008). “İlköğretim Yedinci Sınıf Öğrencilerinin Dinleme Becerisini Geliştirmede Etkinlik Temelli Çalışmaların Etkililiği”. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, Bahar, Cilt 6, Sayı 2.
- Dökmen, Ü., (1987). Empati Kurma Becerisi İle Sosyometrik Statü Arasındaki İlişki. *A.Ü.Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*.20, 1-2,183-207.
- Dökmen, Ü., (1988). Empatinin Yeni Bir Modele Dayanılarak Ölçülmesi Ve Psikodrama İle Geliştirilmesi. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 21 (1-2) 155-190.
- Dökmen, Ü., (1990). “Yeni Bir Empati Modeli Ve Empatik Becerinin iki Farklı Yaklaşımla Ölçülmesi”, *Psikoloji Dergisi*, cilt:7, Sayı:24.
- Dökmen, Ü., (1994). “*İletişim Çatışmaları Ve Empati*”. Sistem Yayıncılık, İstanbul.
- Dökmen, Ü., (1996) *İletişim Çatışmaları Ve Empati* (Üçüncü Baskı) Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü., (1997). (empatik beceri ölçeği); *İletişim Çatışmaları ve Empati*. Sistem Yayıncılık, Ankara.
- Dökmen, Ü., (2002). *İletişim Çatışmaları Ve Empati* (Onsekizinci Basım) İstanbul, Sistem Yayıncılık.
- Dökmen, Ü., (2004). “*İletişim Çatışmaları Ve Empati*”.İstanbul: Sistem Yayıncılık).
- Dökmen, Ü., (2005a), *İletişim Çatışmaları ve Empati*, Sistem Yayıncılık. İstanbul.
- Dökmen, Ü., (2005b). *Sanatta Ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları Ve Empati*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.

- Dökmen, Ü.,(2008) “*İletişim Çatışmaları ve Empati*”. 38. bs., İstanbul : Sistem Yayınları.
- Dökmen, Ü., (2011). *Sanatta Ve Günlük Yaşamda İletişim Çatışmaları Ve Empati*. Remzi Kitabevi, İstanbul.
- Durmuşoğlu, Z., (2001). “*Başaçıkma Davranışları Üzerinde Kişilerarası Stres ve Empatik Eğilim Düzeyi Etkisinin İncelenmesi*” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Dymond, R., (1949). A Scale far measurament of empathy ability. *Journal Counsulting Psychology*, 13,127 133.
- Eisenberg, N., Ve Paul H., Mussen, (1989). *The Roots Of Prosocial Behavior İn Children*. Cambridge : Cambridge University Press.
- Eitzen, D.,Stanley (2012). *Fair and Foul: Beyond the Myths and paradoxes of sport* 5th ed. Yayınlandığı yer: *Rowman and Littlefield Publishers, Inc. USA*  
Bölüm adı: *The Duality of Sport*, s: 1-20.
- Ercoşkun, M. H., (2005). “*Sınıf Öğretmenliği Öğrencilerinin Empatik Becerilerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Erdoğan, İ., (2005). “*İletişimi Anlamak*”. Erk Yayınları, İstanbul.
- Eroğlu, N. (1995). *Empatik eğilimi düzeyleri farklı annelerin çocuklarının uyum ve başarı düzeyleri*.Yüksek lisans tezi (yayınlanmamış). Hacettepe Üniversitesi, Ankara.



- Erkmen, G., (2007). *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda Öğrenim Gören Öğrencilerin Empatik Eğilimlerinin Sporda Tercih Ettikleri Liderlik Davranışları ile Karşılaştırılması*, Yayınlanmamış yüksek lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Erkuş, A., Yakupoğlu, S., (2000). Spor Ortamında Empati Ölçeği (Sem) Geliştirme Çalışması. *VI. Spor Bilimleri Kongresi Kitabı*.3-5.
- Ertürk, Y. D., (2010). Halkla ilişkilerin öznesi empati, Derin Yayınları İstanbul.
- Gallo, D.. (1983). Educating for empathy reason and imagination. *Journal of Creative Behavior*, 23(2), 98-115.
- Gençtan, E., (2005). *Psikanaliz ve sonrası*. (on birinci baskı) İstanbul; Metis yayınları.
- Gerlach,P., K., (2001). *Step Family in Formation*,Empatic Listening. (<http://www.stepfamilyinfo.org/projects/02/listen.htm>).
- Gini, G., Albiero, P., Benelli, B. & Altoe, G. (2007). Does Empathy Predict Adolescents' Bullying and Defending Behavior? *Aggressive Behavior*, 33:467-476.
- Gladstein, G., (1983). Understanding Empathy, *Journal of Personality and Social Psychology*,30 (4);467-470.
- Goleman, D., (1999). “*Duygusal Zekâ*”. 13. Baskı, Varlık Yayınları, İstanbul
- Halıcıoğlu, İ. U., (2004). “*Annelerin Empatik Beceri Düzeyi İle Çocuk Yetiştirme Tutumları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara

- Hançer, M & Tanrısevdi, A., (2003). Sosyal Zeka Kavramının Bir Boyutu Olarak Empati Ve Performans Üzerine Bir İnceleme, *C.Ü. Sosyal Bilimler Dergisi*. Cilt:27,No:2
- Harrow, J. & Harrow, C.G., (1999). Counseling Basic For Wiccan Clergy. <http://www.proteuscoven.org/proteus/dual.htm>.
- Hogan,R., (1969). Development of an empathy scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33; 307-316.
- Hojat, M., Gonnella, Js., Nasca, Tj., Mangione, S., Vergare, M. And Magee,M (2002). Physician Empathy: Definition, Components, Measurement, And Relationship To Gender And Specialty, *American Psychiatry*,159:1563-1569.
- İkiz, F., B., (2006). *Danışma Becerileri Eğitiminin Danışmanların Empatik Eğilim,Empatik Beceri Ve Tükenmişlik Düzeyleri Üzerine Etkisi*, Dokuz Eylül Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi,17.
- Jenkins, V. & Fallowefield, L., (2002). Can Communication Skills Training Alter Physicians Beliefs and Behavior in Clinics? *Journal of Clinical Oncology*,20(3):765-769.
- Johnson, J. A., Cheek, J. M., Smither, R., (1982). The Structure Of Empathy, *Journal Of Personality And Social Psychology*. 45.
- Jolliffe, D., Farrington, D. P., (2006). Examining the Relationship Between Low Empathy and Bullying, *Aggressive Behavior*,32:540-550.
- Jonsson, P. & Svensson, O., (2003). Emotional as Related to Mimicry Reactions at Different Levels of Information Processing, *Journal of Nonverbal Behavior* 27,3-23.

- Kabapınar, Y., (2004). İlköğretimdeki Hayat Bilgisi Ve Sosyal Bilgiler Derslerinde Kullanılacak Bir Ortaöğretim Etkinliği Olarak Resim Çizimi Yoluyla Empati. *M.Ü.Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*,20,85-100.
- Kabasakal, K., Şahan, H., (2009). *Voleybol Öğretim Yöntemleri: A Den Z Ye Voleybol*, Şelale Ofset Matbaa, Konya.
- Kadushin, A. (1990). *The Social Work Interview: A Guide for Human Service Professionals* (3rd ed.). New York: Columbia University Press.
- Kahraman, H., (2007). *Empatik Eğilim Eğitiminin Okul Öncesi Dönemdeki Çocukların Empatik Eğilimlerine Ve Sorun Davranışlarına Etkisi*, Yüksek Lisans Tezi, Mersin Üniversitesi Sosyal Bil.Enstitüsü,Mersin.
- Kalliopuska, M., (1992). “*Holistic empathy education among preschool and schoolchildren*. Paper Present at the International Scientific Conference Comenius Heritage and Education of Man. March”23-27, (p. 1-20),Praque.
- Kapıkıran,N. & Kapıkıran, Ş., (2000). İletişim becerileri eğitiminin anaokulu öğretmenliği öğrencilerinin empatik eğilim ve beceri empatik becerileri üzerindeki etkileri.*Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*,6-7-8,81-87.
- Karakaya, A. D. (2001). *Akdeniz Üniversitesindeki Hemşirelik Öğrencilerinin Empati Becerileri*. İstanbul Üniversitesi. Yüksek Lisans Tezi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Kaya, A., (2010). *Kişiler Arası İlişkiler ve Etkili iletişim*, Pagem Akademi, Ankara.
- Kehale, D., (2002). “*Okul Öncesi Öğretmenliği Programı Öğrencilerinin Algıladıkları Anne Baba davranışları, Kendilik Algısı ve Empatik Beceri*

*Düzeyleri ve Bunlar Arasındaki İlişki”* Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,  
Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Kemp, R. A.T., Overbeek, G., Wied, M., Engels, R., C.E.M. & Scholte, R.H.J.  
(2007). Early Adolescent Empathy, Parental Support, and Antisocial  
Behavior, *The Journal of Genetic Pshychology*,168(1):5-18.

Kışlak, Ş. T., Çabukça, F., (2002). Empati Ve Demografik Değişkenlerin Evlilik  
Uyumu İle İlişkisi, *Aile Ve Toplum Dergisi*, 5(2):5.

Koruç, Z., Bayar, P.,(1992) “Hentbolcu, Voleybolcu, Atlet ve Taekwondocuların  
Kişilik Örüntüleri Üzerine Bir Araştırma”, *Spor Bilimleri II. Ulusal Kongresi  
Bildirileri*, s.355-367, Hacettepe Üniversitesi 20-23 Kasım, Ankara.

Korkmaz, N., (2001). Uludağ Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bölümü  
Öğrencilerinin Empatik Becerilerinin Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.  
*II.Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu*, S.18, İzmir.

Köknel Ö., (1997).*İnsanı Anlamak*, Altın Kitaplar Yayınevi.İstanbul

La Forge, R. And Suczik, R. (1955). The interpersonal dimension of personality:  
An interpersonal checklist: *Journal of Personality*, , 24, 94-112.

Lafollette, H., (1999). “*Kişisel İlişkiler*”, 2.Baskı, Ayrıntı Yayınları, İstanbul.

Lipsitt, N., (1993). *Development of empathy in hildren: the contribution of  
maternal empathy and communication style*, PHD, Ohaio.

Lonie,J.M., Alemam, R., Dhing, C. & Mıhm, D., (2005). Assessing Pharmacy  
Student Self-Reported Empathic Tendencies, *American Journal Of  
Pharmaceutical Education*,69(2):29.

- Maslow , Abraham, (2001). *İnsan olmanın Psikolojisi* ( çev.O.Gündüz), İstanbul: Kuraldışı Yayınları.
- Mckay, M., M. Davis, P. Fanning (2006), *İletişim Becerileri*, Ankara:HYB Yayıncılık.
- Mete, S., & Gerçek, E., (2005). “PDÖ Yöntemiyle Eğitim Gören Hemşirelik Öğrencilerinin Empatik Eğilim ve Becerilerinin İncelenmesi”. *C. Ü. Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, Cilt : 9 (2) : 11-17.
- Moralı , S., (1994). *Takım Sporlarında ,Takım Birlikteliğinin Ve Dayanışmasının Ölçülmesi*, Ege Üniversitesi Doktora Tezi., S.13,İzmir.
- Murray, B., (1998). Does’ Emotional Intelligence’ Matter in The Workplace?, *American Psychological Assocation*, 29,7,306-314.
- Navaro, L., (2000). Gerçekten Beni Duyuyor Musun? *Remzi yayınları*,2000.
- Oğuz, V., (2006). “*Altı Yaş Çocukların Bakış Açısı Alma Becerileri İle Anne Babaların Empatik Becerilerinin İncelenmesi*” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi,Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Okvuran, A., (1993). *Yaratıcı drama eğitiminin empatik beceri ve empatik eğilim düzeylerine etkisi*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.
- Okvuran, A., (1994). Çağdaş İnsan Yaratmada Yaratıcı Drama Eğitiminin Önemi Ve Empati Beceri ve Empatik Eğilim Düzeylerine Etkisi, *Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*,27.

- Ömeroğlu, E., (2004). “*Dramada Duyguların ifadesi*”.(altıncı Bölüm) Okul Öncesi Dönemde Drama . Ankara; Kök Yayıncılık.
- Oswald, P. A., (1996). The Effects of Cognitive and Affective Perspective Taking on Empathic Concern and Altruistic Helping, *The Journal of Social Psychology*,136(5):613-623.
- Öz, F., (1998). Son Sınıf Hemşirelik Öğrencilerinin Empatik Eğilimleri, Empatik Becerileri İle Akademik Başarıları Arasındaki İlişki,C.Ü. *Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*,2.
- Özbek, M. F., (2002). *Çalışma Hayatında Empati Ve Bir Uygulama*. Uludağ Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çalışma Ekonomisi Ve Endüstri İlişkileri Anabilim Dalı, Yönetim Ve Çalışma Psikolojisi Bilim Dalı.
- Özdağ, Ş., (1999). *Psikodrama gruplarının hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı, atılgan davranış, empatik eğilim ve empatik beceri düzeylerine etkisi* (yayınlanmamış doktora tezi), Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Özdevecioğlu, M., (2003). “İş Tatmini ve Yaşam Tatmini Arasındaki İlişkinin Belirlenmesine Yönelik Bir Araştırma”, *11.Ulusal Yönetim ve Organizasyon Kongresi*, 22-24 Mayıs 2003, Afyon.
- Özer, A.K., (2000). İletişimsizlik Becerisi. S:viii, Sistem, yayıncılık, İstanbul.)
- Doğan, Y (2008). “İlköğretim Yedinci Sınıf Öğrencilerinin Dinleme Becerisini Geliştirmede Etkinlik Temelli Çalışmaların Etkililiği”. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, Bahar, Cilt 6, Sayı 2.
- Özodaşık, M., (2009). *Algı, İkna ve Empatik İlişkileri*, Tablet Yayınları, Konya.

- Pecukonis, E.U. (1990).. A cognitive / affective empathy training program as a function of ego development in aggressive adolescent females. *Adolescence*, 25(97) ; 59-74.
- Pişkin, M., (1989). Empati kaygı ve çatışma eğilimi arasındaki ilişki A.Ü. Eğitim Bilimleri Fakóltesi Dergisi, 22,2,775-784.
- Pişmişoğlu, K. E., (1997). *Bir Devlet Hastanesinde alışan Hemşirelerin Empati Düzeylerinin İncelenmesi*, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İzmir.
- Robert S.F., (2005). *Understanding Psychology*, İnternational Edition, Mc Graw-Hill www.mhhe.com Copyrihgt McGraw-Hill Companies, inc.All rights reserved, 582-634
- Rogers, Carl R., (1983).” Empatik Olma Değeri Anlaşılmamış Bir Varoluş Şeklidir” Çev: Füsün Akkoyun, *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, cilt:6,sayı;1 Ankara.
- Saha, Lawrence, J., (2004). Prosocial Behaviour and political culture among australian secondary school students.*international education journal*.5(1),9-25.
- Salmış, F., (2011). *Tekno İnsan ağında İletişim Ve Empati Kaybı*, Elit Kùltür Yayınlarıi İstanbul.
- Sardoğan, E.M., (1998). *Öğretmenlerin Empati Düzeylerinin Geliştirilmesine İlişkin Bir Model Önerisi* (Yayınlanmamış Doktora Tezi), İzmir Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Sayın, S., (2003). Farklı Programlarda Okuyan Öğretmen Adayı Üniversite Öğrencilerinin Empatik Eğilimi, Öğretmenlik Mesleğine Karşı Tutum ve Mesleki Benlik Saygısı. *Süleyman Demirel Üniversitesi Burdur Eğitim Fakültesi Dergisi*,4(6):74-84.
- Sevimligül, G., (2002). “*Hemşirelerin Empatik Eğilim Ve Empatik Beceri Düzeylerinin İncelenmesi*” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sivas.
- Shamusander, C., (1999). Understanding Empathy And Related Phromena. *American Journal of Psychotherapy*. Spring. Vol.53(2),232-245.
- Staub, E. ve Dig. (1984). Developmend And Maintenance Of Prosocial Behavir: *İnternational Perspectives On Positive Morality*.New York:Plenum.
- Stein, S. J., ve Book, H. E. (2003). “*EQ Duygusal Zekâ ve Başarının Sırrı*” (çev. Işık, M.), Özgür Yayınları, İstanbul.
- Strayer, J., & Roberts, W., (2004). Hildrens Anger Emotional Expressiveness And Empathy: Relations With Parents Empathy Emational Expressiveness, And Parenting Practices, *Social Developmant*,13;229-255.
- Tan, H., (1992). *Psikolojik Yardım İlişkileri, Dayanışma ve Psikoterapi*. İstanbul: (MEB Yayınları Öğretmen Kitapları Dizisi).
- Tanrıdağ, Ş., R., (1992). “*Ankara’daki Ruh Sağlığı Hizmetlerinde Çalışan Personelin Empatik Eğilim Ve Empatik Beceri Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi*” Yayınlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.



- Tanrıdağ, Ş. R., (1993). *Ankara'daki ruh sağlığı hizmetlerinde çalışan personelin empatik beceri düzeyinin ve eğiliminin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayınlanmamış doktora tezi), Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Tarhan, N., (2011). Sosyal Şizofreniden Toplumsal Empatiye, *Toplum Bilgisi*, Timaş Yayınları.
- Toussaint, L., & Webb, J. R., (2005). Gender Differences in the Relationship Between Empathy and Forgiveness, *The Journal of Social Psychology*, 145(6):673-685.
- Tuncay, T.,İ.S., (2009). *Sosyal hizmet Uygulamasında empatiyi yeniden düşünmek*. Cilt 20
- Tutko, T. & Richard, T., (1986). *Antrenörün Rollerii-II*, Professional Football Athletic Trainers Society, The Bannual Publication of The Professional Football Athletic Trainers Society.
- Tutuk, A., Al, D., Doğan, S. (2002). Hemşirelik Öğrencilerinin İletişim Becerisi Ve Empati Düzeylerinin Belirenmesi, *C.Ü.Hemşirelik Yüksek Okulu Dergisi*, 6(2).
- Tuyan, S., Beceren, E., (2002). *Duygusal Zekâ ve Empati*.
- Ünal,F (2003). *Empatik İletişim Eğitiminin Okulöncesi Çocuğu Olan Annelerin Empatik Beceri Düzeylerine Etkisi*, Doktora Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi.
- Ünal, S., Karlıdağ, R., Yoloğlu, S., (2001). “Hekimlerde Tükenmişlik ve İş Doyumu Düzeylerinin Yaşam Doyumu Düzeyleri İle İlişkisi”, *Klinik Psikiyatri Dergisi* 4,.116.

- Vincent,S., (2002). *Person-Centred Approach; Empathic Understanding*,  
[www.adpca.org](http://www.adpca.org).
- Warner, R.E., (1984). *Can Teachers LEarn Empathy?*, Education Canada. 17(5),39-41.
- White,J.S., (1997). Empathy; A Literature Review and Consept Analysis. *Journal of Clinical Nursing*. Vol 6,264.
- Yaylacı, Ö. G. (2006). *Kariyer Yaşamında Duygusal Zekâ*, İstanbul, Hayat Yayınları.
- Yetim, A.,(2008). *Sosyoloji Ve Spor*, Bilgi Ofset Yayıncılık Ankara.
- Yıldırım, A., (2001). “*Boşanma İle Eşlerin Empatik Eğilimleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Yıldırım, H. (2003). “*Empati İle Beş Faktör Kişilik Modeli Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Trabzon.
- Yılmaz, H., (2006). “*Bize Neler Oluyor? Yaşamak Bir Şölendir*”. Sistem Yayıncılık, İstanbul.
- Yurttaş, A., (2001). “*Sağlık Meslek Okulu Öğrencilerinin Empatik Becerileri İle Problem Çözme Beerilerinin Karşılaştırılması*” Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniverstesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

Yüksel, A.,(2004). ‘‘Empati Eğitim Programının İlköğretim Örgencilerinin Empatik Becerilerine Etkisi’’ *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakóltesi Dergisi*, 17(2):341-554.

## EKLER

### Kişisel Bilgiler

**Cinsiyetiniz :** Kız [ ] Erkek [ ]

**Yaşınız :** (16- 18) [ ] (19- 21) [ ] (22- 24) [ ] (25 ve üzeri) [ ]

**Bölümünüz :** Öğretmenlik [ ] Antrenörlük [ ] Spor Yöneticiliği [ ]

**Sınıfınız :** 1.sınıf [ ] 2. sınıf [ ] 3. sınıf [ ] 4. sınıf [ ]

**Branşınız :** ..... Bireysel spor [ ] Takım sporu [ ]

**Branşınızda kaç yıldır spor yapıyorsunuz? :** (0-2 yıl) [ ] (3-5 yıl) [ ] (6-8 yıl) [ ]  
(9-11 yıl) [ ] (12 ve üzeri) [ ]

**Branşınızda kaptanlık yaptınız mı?** Evet [ ] Hayır [ ]

### Empatik Eğilim Ölçeği

Aşağıda bulunan ifadelerin yanında bulunan boşluklardan sizin için uygun olana  
“X”  
işareti koyunuz.

**1:Tamamen aykırı 2:Oldukça aykırı 3:Kararsızım 4:Oldukça uygun**

**5:Tamamen uygun**

		1	2	3	4	5
1.	Çok sayıda dostum var.					
2.	Film seyredirken bazen gözlerim yaşarır.					
3.	Sıklıkla kendimi yalnız hissedirim.					
4.	Bana dertlerini anlatanlar yanımdan ferahlamış olarak ayrılırlar.					
5.	Başkalarının problemleri, beni kendi problemlerim gibi ilgilendirir.					
6.	Duygularımı başkalarına iletmede güçlük çekerim.					
7.	İnsanların film seyrederken ağlamaları tuhafıma gider.					
8.	Birisiyle tartışırken bazen dikkatim onun söylediklerinden çok vereceğim cevaplar üzerinde yoğunlaşır.					
9.	Çevremde çok sevilen bir insanım.					
10.	Televizyondaki filmler mutlu sonla bitince rahatlarım.					
11.	Düşüncelerimi başkalarına iletmede güçlük çektiğim olur.					
12.	İnsanların çoğu bencildir.					
13.	Sinirli bir insanım.					
14.	Genellikle insanlara güvenirim.					
15.	İnsanlar beni tam olarak anlamıyorlar.					
16.	Girişken bir insanım.					
17.	Bir yakınımın derdimi anlatmak beni rahatlatır.					
18.	Genellikle hayatımdan memnunum.					
19.	Yakınlarım bana sık sık dertlerini anlatırlar.					
20.	Genellikle keyfim yerindedir.					