



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
EĞİTİM BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK DANIŞMANLIK
ANABİLİM DALI

ORTAÖĞRETİM ÖĞRETMENLERİNİN
DUYGUSAL ZEKA DÜZEYLERİ

Yüksek Lisans Tezi

TUĞÇE ARKUN

Danışman

Doç. Dr. Cem Birol

Yard. Doç. Dr. Engin Baysen

Lefkoşa 2010

Eğitim Bilimleri Enstitüsü Müdürlüğüne,

Tuğçe ARKUN tarafından hazırlanan “ Ortaöğretim Öğretmenlerinin Duygusal Zeka Düzeyleri” adlı çalışma, jürimiz tarafından Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı’nda YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

BAŞKAN: Doç Dr Cem Birol

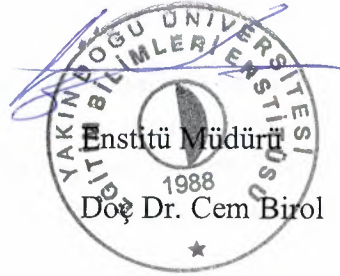
ÜYE: Yrd. Doç. Dr. Engin BAYSEN

ÜYE: Dr. ÖZHAN ÖZTÜG

ONAY

Yüksek Lisans Yönetmeliği’ne uygun olarak düzenlediğini onaylarım.

16/01/...2010



ÖZET

IQ'nun kişinin hayatındaki başarısına katkısı yüzde yirmidir. Ve yüksek IQ yaşamımızın her alanında başarılı olmamıza yetmez. Geri kalan yüzde seksenini belirleyen ise duygusal zekadır. Öğrenilebilir birtakım becerilerden oluşan EQ bireyin yaşı ilerledikçe gelişebilir. Duygusal zeka ve akılcı zeka birbirini destekleyen ve biri diğerinin yardımcısı olan yeteneklerdir.

Ortaöğretim öğretmenlerinin duygusal zeka düzeyleri isimli bu tez çalışmamda rastrantısal örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Örnekleme ise rastrantısal örnekleme yöntemi ile seçilen Yakın Doğu koleji'nde öğretmenlik yapan 90 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmada kullanılan anket 43 sorudan oluşmaktadır. Elde edilen veriler SPSS 17 paket programından yararlanılarak çözümlenmiştir.

Çalışmamda sonuç olarak, ortaöğretim öğretmenlerinin duygusal zeka düzeyleri açısından kendilerini üst düzeyde ($x = 4,04$) oldukları ortaya çıkmıştır. Araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin cinsiyet, yaş, medeni hal, eğitim düzeyi, brans, mesleki kıdem, okuldaki kıdem değişkenine göre anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır. Öneriler kısmında ise, ortaöğretim ortaöğretim öğretmenlerine ve ailelere öneriler getirilmiştir.

Anahtar kelimeler: Duygusal zeka, akılcı zeka

ABSTRACT

IQ s contribute to success on human life is twenty per cent. And high IQ is not enough to make us successful on every field of our life. After all what define the other eighty per cent is emotional intelligence. EQ which consist of some learnable skill able to develops while person eges. Emotional intelligence and rationalistic intelligence are skills which assist each other.

On this thessis named Emotional intelligence level of elemantry school teachers random examplese model has been used. Model is consist of 90 teachers who are working for Yakın Dogu College and they have been choosen by randomased examplase yöntem. The anket used in this research consist of 43 questions. Collected data has been analyzed with the help of SPSS 17 package programme.

At last, the research shows that the emotional intelligence of secondary school techers' is high level ($x = 4,04$). It is obvious that the teacher' contribute to the research is not related to their, sex, age, marital status, education, brach, professional level, the seniority riverse at school. At The part of suggestions, there are some alternatives are presented to the famileis and secondary teachers'.

Key words : Emotional intelligence , rationalistic intelligence

ÖNSÖZ

Son yıllarda insanlar dünyadaki gelişmelere uyum sağlamak zorunda kalmıştır. Bu durumla başa çıkabilmek için sadece akılcı yaklaşımların yeterli kalmadığı fark edilmiştir. Bilişsel olmayan bu duygusal yeteneklerin önemi son zamanlarda artmaktadır.

Bu çalışmada duygusal zeka yeteneklerini aile hayatından başlayarak özellikle okul çağındaki çocuklara kazandırmanın önemi üzerinde durulmaktadır. Çünkü iş yaşamında ve sosyal hayatımızda sadece akılcı zeka ile bir yere varılamadığı aynı zamanda duygusal zeka becerilerinin de çok önemli olduğu anlaşılmıştır. Çalışmada duygusal zeka ve edebiyat eğitimi üzerinde durularak okullarda öğretmenlerden başlayarak duygusal zeka becerilerinin okullardaki önemi üzerinde durulmuştur.

Bu çalışmada değerli katkılarından dolayı danışman hocam Doç. Dr. Cem Birol, Yard. Doç. Engin Baysen ve Hakan Atamtürk'e teşekkürü bir borç bilirim.

TUĞÇE ARKUN

İÇİNDEKİLER

DEĞERLENDİRME KURULU ONAY SAYFASI.....	1
ÖNSÖZ.....	2
ÖZET/ ABSTRACT.....	3
İÇİNDEKİLER	4

BÖLÜM I: GİRİŞ

1.1. ÇALIŞMANIN AMACI	8
1.2. ÇALIŞMANIN TÜRÜ	8
1.3. PROBLEM DURUMU	8
1.3.1 PROBLEM CÜMLESİ.....	8
1.3.2. ALT PROBLEMLER.....	8
1.4. SAYILTILAR.....	9
1.5. KISALTMALAR.....	9

BÖLÜM II: KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

2.1.DUYGUNUN TANIMI.....	10
2.2. ZEKANIN TANIMI.....	12
2.3. ZEKA MODELLERİ.....	14
2.3.1. SOSYAL ZEKA MODELİ.....	14
2.3.2. ÇOKLU ZEKA MODELİ.....	15
2.3.3. PRATİK ZEKA MODELİ.....	16
2.4. DUYGUSAL ZEKANIN TANIMI.....	17
2.5. DUYGUSAL ZEKA KURAMLARI.....	18

2.5.1. BİYOPSİKOLOJİK DUYGU KURAMLARI.....	18
2.5.1.1. JAMES LANGE KURAMI.....	18
2.5.1.2. CANNON BARD DUYGU KURAMI.....	20
2.5.1.3. KARŞIT SREÇ TEORİSİ.....	21
2.5.2. BİLİŞSEL DUYGU KURAMCILARI.....	22
2.5.2.1. STANLEY SCHACHTER KURAMI.....	22
2.5.2.2. BİLİŞSEL DEĞERLENDİRME KURAMI.....	23
2.6. DUYGUSAL ZEKA MODELLERİ.....	24
2.6.1. MODEL 1.....	24
2.6.2. MODEL 2.....	25
2.6.3. MODEL 3.....	26
2.6.4. MODEL 4.....	27
2.7. BEYİN YAPISI.....	28
2.7.1.DUYGUSAL ZEKA BEYİN İLİŞKİSİ.....	30
2.7.2. DUYGUSAL ZEKA CİNSİYET.....	33
2.8. DUYGUSAL ZİHİN ÖZELLİKLERİ.....	34
2.8.1. DUYGUSAL ZİHİN AKILCI ZİHİN.....	35
2.8.2. DUYGUSAL ZEKA YETENEKLERİ.....	36
2.8.3.YAŞAMIN HER ALANINDA DUYGUSAL ZEKA.....	37
2.9. EĞİTİMDE DUYGUSAL ZEKA.....	38
2.9.1. DUYGUSAL ZEKANIN EĞİTİM AÇISINDAN DOĞURGULARI.....	39
2.9.2.DUYGUSAL OKURYAZARLIK.....	42
2.9.3.OKULLARDA DUYGUSAL ZEKA.....	43
2.9.4.OKULLARDA GELİŞTİRİLMESİ GEREKEN DUYGUSAL ÖZELLİKLER.....	45
2.9.5. DUYGUSAL ZEKA VE EDEBİYAT EĞİTİMİ.....	45
2.9.6. SINIF YÖNETİMİ VE ÖĞRETME TEKNİKLERİ.....	46

BÖLÜM III: YÖNTEM

3.1. ÇALIŞMANIN ÖLÇÜM BİRİM.....	48
3.2. ÇALIŞMANIN SINIRLILIKLARI.....	48
3.3. ARAŞTIRMANIN MODELİ.....	48
3.3.1.RASTLANTISAL ÖRNEKLEME MODELİ	48
3.4. ÇALIŞMADA KULANILAN ENVANTERLER.....	48
3.4.1. ÇALIŞMANIN ANALİZ YÖNTEMİ.....	48
3.4.1.1.DERECELENDİRME ÖLÇEĞİ	49

BÖLÜM IV: BULGULAR

4.1.BULGULAR	50
4.2. ÖĞRETMENLERİN CİNSİYETE GÖRE DAĞILIMI.....	50
4.3. ÖĞRETMENLERİN MEDENİ HALLERİNE GÖRE DAĞILIM.....	50
4.4. ÖĞRETMENLERİN EĞİTİM DÜZEYLERİN GÖRE DAĞILIMI.....	51
4.5. ÖĞRETMENLERİN YAŞLARINA GÖRE DAĞILIMI.....	52
4.6.ÖĞRETMENLERİN MESLEKİ BRANŞLARI GÖRE DAĞILIMI.....	53
4.7. ÖĞRETMENLERİN MESLEKİ KIDEMLERİNE GÖRE DAĞILIMI.....	54
4.8. ÖĞRETMENLERİN ŞUANDAKİ OKULA GÖRE KIDEM DAĞILIMI.....	55
4.9. ALT PROBLEM 1.....	55
4.10. ALT PROBLEM 2	62
4.11. ALT PROBLEM 3.....	62
4.12. ALT PROBLEM 4	63
4.13. ALT PROBLEM 5	63

4.14. ALT PROBLEM 6	63
4.15. ALT PROBLEM 7	64
4.16 ALT PROBLEM 8	64

BÖLÜM V: SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1.SONUÇ VE ÖNERİLER.....	65
5.2. ÖNERİLER.....	66
KAYNAKLAR.....	68
EKLER.....	70
EK: 1 UYGULANAN ANKET ÖRNEĞİ.....	70

BÖLÜM I

GİRİŞ

1.1.ÇALIŞMANIN AMACI

Bu çalışmanın amacı duygusal zeka ve edebiyat öğrenimi arasındaki ilişkiyi incelemektir. Bu ilişkiyi inceleyebilmek için duygusal zeka becerileri olan kişinin kendi duygularının farkında olması, kendini motive etmesi, empati göstermesi gibi becerilerin sınıf ortamındaki etkisini açıklamak ve aynı zamanda öğrenim hayatında artık akademik zeka kadar duygusal zekanın da ne kadar önemi olduğunu açıklamaktır.

1.2. ÇALIŞMANIN TÜRÜ

Çalışmanın amacı, bağımsız değişken duygusal zeka boyutları ve bağımlı değişken edebiyat öğrenimi arasındaki ilişkiyi incelemek olduğu için çalışma açıklayıcı bir niteliktedir.

1.3. PROBLEM DURUMU

1.3.1.Problem Cümlesi

Ortaöğretim öğretmenlerinin duygusal zeka düzeyleri arasında fark var mı?

1.3.2. Alt Problemler

Ortaöğretim öğretmenlerinin duygusal zeka düzeyleri ile

a) cinsiyetleri

b) yaşları

c) branşları

d) Mesleki kıdemleri

e) Okuldaki kıdem

f) medeni halleri

g) eğitim düzeyleri

h) branşları arasında anlamlı bir farklılık var mı?

1.4. Sayıtlar

Ortaöğretim öğretmenlerinin ankete verdikleri cevapların içtenlikli olduğu varsayılmıştır.

1.5. Kısaltmalar

KKTC : Kuzey Kıbrıs Türk Cumhuriyeti

MEB : Mili Eğitim Bakanlığı

BÖLÜM II

KURAMSAL ÇERÇEVE İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

DUYGU VE ZEKA KAVRAMLARININ TANIMI, ZEKA MODELLERİ, DUYGUSAL ZEKANIN TANIMI, DUYGUSAL ZEKA KURAMLARI, DUYGUSAL ZEKANIN MODELLERİ

Bu bölüm altı ana başlıktan oluşmaktadır. İlk kısımda duygu kavramı tanımlanmaktadır. İkinci kısımda zeka kavramı üzerinde durulmaktadır. Üçüncü kısımda zeka modelleri ele alınmaktadır. Dördüncü kısımda duygusal zekanın açıklaması yapılmaktadır. Beşinci kısımda duygusal zekanın temellerine değinilmektedir. Altıncı kısımda ise duygusal zekanın modelleri incelenmektedir.

2.1. DUYGUNUN TANIMI

Duygu kavramını irdelerken TDK 'nın tanımına göre,

2. Duygularla algılama, his
3. Belirli nesne olay veya bireylerin insanı iç dünyasında uyarıldığı izlenimi
4. Önsezi
5. Nesneleri veya olayları ahlaki ve estetik yönden değerlendirme yeteneği
6. Kendine özgü bir ruhsal hareket ve hareketlilik şeklinde tanımlamaktadır.

Duygunun ne olduğu sorusuna basit bir yanıt vermek güçtür. Çünkü duygu karmaşık bir süreçtir. Platon duyguların alt düzeyde ve yönsüz olduklarını, mantık tarafından yönlendirilmelerinin gerekli olduğunu öne sürerek duyguları; at arabası sürücüsü olarak düşündüğü akıl tarafından, dizginlenmesi gereken vahşi atlara benzetmiştir. Ona göre tutku, arzu ve korkular düşünmemizi imkansız kılmaktadır.(Ledoux J (1998) çeviren Arıcan Uysal, 2006; Yurt,2006;7)

Aristo duyguların bilinç işlevleriyle beraber ortaya çıktığını ve bu işlevlere eşlik etmelerini ifade etmiştir. Aristo; "Herkes kızabilir, bu kolaydır. Ancak doğru insana, doğru şekilde, doğru zamanda, doğru nedenle ve doğru şekilde kızmak, işte bu kolay değildir." diyerek Platon'a benzer biçimde, duyguların zor olsa da kontrol altında tutulması gerektiğini, bunun bir erdem olduğunu anlatmaya çalışmıştır. (Çakar, 2004; Yurt,2006;7)

Descartes (1596- 1650) dönemine gelindiğinde, akılcılık yaklaşımının sistematik bir şekilde ifade edildiğini görmekteyiz. “Düşünüyorum öyleyse varım” temel varsayımı ile hareket eden Descartes’e göre duygular, kişilerin düşüncelerine bağlı olarak ortaya çıkmaktadır.

Örneğin, ancak öfkeli olmaya degeceğini düşünüyorsak öfkeleniriz. Bir başka ifade ile aklın kaynağını oluşturan zihinle, duyguların kaynağını oluşturan beden bir uçurumla ayrılmaktadır. Bir diğer deyişle, zihnin incelikli işlemlerini, biyolojik organizmanın işleyiş ve yapısından ayırır. Kısacası Descartes’in de bağlı olduğu akılcı akım, duyguları kontrol edilmesi gereken ilkel unsurlar olarak tanımlamıştır.(Damasio 1994 çeviren Atlamaz.).

Çeşitli bilim adamlarının “duygu” hakkındaki tanımlarına göre,

Brenner ve Salovey (1997:183) duyguyu “Bireyin davranışına rehberlik eden ve bireyin hedeflerine ulaşabilmesi için bilgi olarak yardım eden “tepkiler” olarak ifade etmektedir.

Psikoloji sözlüğü duyguyu; “Öznel olarak yaşanan bir duygusal durumun dışı vurumu olan gözlemlenebilir bir davranış yapısı” olarak ifade edilmektedir. (Budak,2000; Ulaş 2002:4)

Feldman (1995) duyguyu ‘Mutluluk, umutsuzluk ve hüznün gibi genelde hem fizyolojik hem de bilişsel tabanları olan ve davranışı etkileyen faktörler’ olarak tanımlamaktadır.

Ashfort ve Humphrey (1995) ise duygunun öznel bir durum olduğunu ifade ederek, duyguların temel duygular, sosyal duygular gibi gruplardan oluştuğunu vurgulamıştır. (Ulaş, 2002:4)

Duygular genel olarak fizyolojik ve bilişsel öğelere sahip ve davranışı etkilemeye dair dayanımlardır. Mayer ve Salovey’e göre duygular; fizyolojik, bilişsel, motivasyona dayalı ve deneysel psikolojik sistemleri içeren uyum sağlayıcı organize tepkilerdir ve kişinin fizyolojik tepkileri, bilişin şuurlu farkındalığı gibi pek çok psikolojik alt sistemleri koordine eden içsel olaylar olarak etki gösterirler.

Goleman’a göre tüm duygular harekete geçmemizi sağlayan dürtülerdir Duygu kavramının kökü moteredir Latince hareket etmek anlamına gelen fiile e- ön eki getirildiğinde anlamı uzaklaşmak olur ki bu her duygunun bir hareket oluşturduğu fikrini vermektedir Kendine has biyoloji izlerinden belli olduğu üzere bireylerin duygusal repertuarlarındaki her duygunun özgün bir rolü vardır. Goleman’a göre, duygu; “His ve bu hisse özgü belirli düşünceler, psikolojik ve biyolojik haller ve bir dizi hareket eğilimi” olarak tanımlanmaktadır. (Goleman, 2001;20)

Duygu olgusunu tanımlamaya yönelik çabalar, psikolojinin ve Darwin’in erken dönemlerine kadar götürülebilir. William James’in 1884 yılında yayınlanan makalesinde (James; 1884; 188) sorguladığı “duygu nedir?” sorusu halen gündemdeki yerini korumaktadır.

Bireyler genelde duygularının neler olduğunu söyleyebilseler de, genel anlamda duygu kavramının tanımı konusunda akademik çevreler zorlanmaktadırlar.

Gökkan'a (2000;12) göre de duygunun ne olduğu sorusuna basit bir yanıt vermek güçtür. Bütün duygular hakkındaki son sözü henüz söyleyebilmiş değildir. Patolojik bir duygu durumun önde olduğu klinik tablolar olarak depresyon ve mani hakkında, oldukça fazla literatüre sahip olan psikiyatri biliminin duygular için çok az şey söyleyebiliyor oluşu, bizim duygular konusunda ne kadar az yol aldığımızın bir göstergesi olduğunu vurgulamaktadır.

Duygular sinir sisteminin gelişmesiyle olgunlaşır. İnsanlar doğdukları andan itibaren yoğun duygulara sahiptir Buna yeni doğan bebeğin ağlamasını örnek verebiliriz. Ama yeni doğan bebeği beş yaşındaki çocuğa göre kıyasladığımızda duygularının daha ilkel olduğunu fark ederiz.

Kısaca duygular insanı anlamada, düşünce ve davranışlarını anlamlandırmada çok önemli bir role sahiptir.

2.2. ZEKANIN TANIMI

Zeka, problemleri çözme ve bir veya birden fazla kültürde değer bulan bir ürün ortaya koyma yeteneğidir.

GARDNER

Türk Dil Kurumu Sözlüğü (1998) zekayı şu şekilde tanımlamıştır; “İnsanın düşünme, akıl yürütme, objektif gerçekleri algılama, yargılama ve sonuç çıkarma yeteneklerinin tamamı, ahlak, dirayet, zeyreklik, feraset”. Psikoloji sözlüğü (Budak 2000; Ulaş; 2002:1) ise zekayı; “Soyut düşünme, kavrama, problem çözme, bildiklerini yeni durumlara uygulama, akıl yürütme, bellek, geçmiş deneyimlerden kazanılan bilgileri kullanma vb. de dahil olmak üzere zihinsel yetelerin toplamı olarak tanımlamaktadır. Zeka, günümüze kadar çok farklı şekillerde ele alınmış ve tanımlanmış bir kavramdır. Zeka ile ilgili ilk bulgular Eski Yunan ve Hindistan'da bulunmuştur. İnsan davranışını incelerken zeka üzerinde en fazla araştırma yapılan ve nasıl bir yetenek olduğu halen tartışılan bir konudur (Baymur, 1994:227.).

Zekanın en popüler tanımı “Öğrenme, anlama, alışılmamış durumlarla baş edebilme” yeteneği olarak ifade edilmiştir. (Paul Kline; 1991)

Robert Sternberg önceden zeka ile ilgili yapılan tanımlarda sürekli vurgulanan kişinin çevreye uyum sağlayabilme yeteneğine farklı bir yorum getirerek “insanın sadece çevresine uyum sağlayan değil aynı zamanda çevresini şekillendirebilen ve yeni çevreler seçebildiğini vurgulamıştır (Sternberg,1997:1030). Atatürk, Eistein, Picasso, Churchill gibi isimlerin

çevrelerine uyum sağlamak yerine çevrelerini nasıl şekillendirdikleri bilinmektedir. Sternberg bu konuda ek olarak zekanın en önemli noktalarından biri yüksek seviyedeki zihinsel yetenek olduğunu vurgulamakta buna örnek olarak da soyut düşünme ve karar verme yeteneğini göstermiştir (John D. Mayer, Peter Salovey, David Casuco:2000:397).

Brown, 1976'da zekayı insanların performansı ile ilişkilendirmiş ve verilen görevlerdeki performans derecesi olarak belirtmiştir. (Kline 2002:1)

Descartes'e göre zeka "Doğruyu yanlıştan ayırabilmek" olarak ifade etmiştir. (Salvey ve Mayer, 1990:186)

Wechsler zekayı "kişinin karşılaştığı olayları anlayabilme kapasitesi" olarak ifade etmiştir. (Kline, 2002:1). Wechsler'in yaptığı bir başka tanımda ise zekayı "Bir bireyin, amaca yönelik olarak faaliyet gösterme, akla dayalı düşünebilme ve çevresiyle etkili bir şekilde baş edebilme kapasitelerindeki toplam kapasitesi" olarak ifade etmiştir (Brian Allan Buford:2001). Mayer ve Salovey "Her durumda zekanın, sembollerin kullanabilme, anlayabilme ve algılama kapasitesiyle doğru orantılı" olduğunu belirtmişlerdir. (John D.Mayer,PeterSalovey,2001:235)

Tüm bu zeka ile ilgili, tanımlara bakıldığında çok farklı tanımlara rastlanılır. Psikologlar zekayı defalarca tanımlamaya çalışmalarına rağmen 1927 yılından önce yayınlanan psikoloji kitaplarında zekadan bahsedilmemiştir. (Reuven Bar-On:1997:3.) Her ne kadar bilim adamları, zeka konusunda farklı tanımlar yapmış olsalar da , ortak bir zeka tanımı var mı? Sonucu aklımıza gelmektedir. Uzmanların uzlaştıkları ortak bir tanım olarak zekayı: "Etkin problem çözme, eleştirel düşünme, öğrenme kabiliyeti, çevreye uyum sağlayabilme, etkin ve soyut düşünme vasıtasıyla amaca yönelik zihinsel faaliyetlerde bulunabilme" olarak ifade edilebilir. (Steven Preiffer 2001:38)

Dünden Bugüne Zeka İle İlgili Anlayışlar ise şöyledir:

Zekaya ilişkin eski anlayış:

- Zeka doğuştan kazanılır.
- Zeka niceliksel olarak ölçülebilir ve tek bir sayıya indirgenebilir. Zeka tekildir.
- Zeka gerçek hayattan soyutlanarak (zeka testleri) ölçülür.
- Zeka öğrencileri belli seviyelere göre sınıflandırmak ve onların gelecekteki başarılarını tahmin etmek için kullanılır.

Zekaya ilişkin yeni anlayış:

- Doğuştan kalıtımla gelen zeka kapasitesi geliştirilebilir.
- Zeka problem çözme sürecinde, herhangi bir ürün ya da performansta sergilenir.
- Zeka tek tip değildir, çoğuldur ve yollarla sergilenebilir.
- Zeka gerçek hayattan soyutlanamaz.
- Zeka bireylerin yetenek ve doğal potansiyellerini anlamak ve bunların gelişmesinde farklı yollar keşfetmek için kullanılır.

2.3. ZEKA MODELLERİ

20. yüzyıl boyunca psikologlar zeka modelleri geliştirmişlerdir. Bu modelleri oluştururken amaçları, bahsedilen temel sorunların etkileri azaltmak ve zekanın biliş boyutu dışındaki boyutlarını incelemektir.

2.3.1 Sosyal Zeka Modeli

Sosyal zeka kuramı, zekayı bilişsel boyutlar dışında değerlendiren bir kuramdır. İlk kez 1930'de Thorndike tarafından ortaya konan bu modelinin IQ 'nun bir bileşeni olduğu ifade edilmiştir. (Goleman, 2001; 60)

Thorndike sosyal zekayı; "...erkekleri, kadınları, çocukları anlayabilme ve yönetebilme becerisi, insan ilişkilerinde bilgece davranma." olarak tanımlamıştır. (Walker & Foley, 1973; Ulaş, 2002:6)

Winnicott'ın tanımı ise, (Walker & Foley, 1973, Rau, 2001; Ulaş, s.6, 2002) "İnsanlarla iyi geçinme, toplum içinde rahat olma, insanların hareket ve ruh hallerine hassasiyet, diğer insanların kişilik özelliklerini anlayabilme" şeklinde olmuştur.

Sternberg (Goleman, 2001) ise sosyal zekanın akademik başarılardan ayrı bir anlamı olduğuna ve hayatın pratik yanıyla insanın başa çıkabilme yeteneğini içerdiğini belirtmiştir.

Sosyal zeka akademik başarılardan bağımsızdır ve kişinin sosyal hayatında son derece önemlidir. Bu zekası gelişmiş bireyler; çevredeki bireylerle iletişim kurma, onları anlama, insanların duygusal durumlarını ve yeteneklerini tanıma gibi davranışlara işaret eder.

2.3.2 Çoklu Zeka Modeli

“İnsanlar ya zekidir ya değildir böyle doğmuşlardır.”

GARDNER

Gardner'ın 1983 yılında yayınlanan 'Zihin Çerçevesi' isimli kitabıyla IQ'ya geleneksel olarak verilen öneme karşı çıkmış ve zeka konusunda farklı bir teori ortaya koymuştur. Gardner'a göre zekayı IQ ölçümünde olduğu gibi çok dar bir kalıba sıkıştırmak büyük bir hatadır. İnsanda farklı zeka türleri vardır. Bu zeka türlerinin her biri insanın hayattaki başarısını belirlemede etkilidir. Gardner'a göre insanların sahip olduğu zekanın yedi farklı boyutu vardır. Bunlar şu şekilde açıklanabilir:

Sözel Zeka: Kişinin beden dili kullanmadaki akıcılığı ile kendisini göstermektedir. Şairlik, şarkıcılık ve güzel konuşma gibi yetenekleri içerir.

Matematiksel Zeka: Kişinin sayılarla işlem yapabilme ve sayılar arasındaki ilişkileri görebilme ve problem çözme kabiliyetini içerir.

Uzay Zekası: Zihinsel imajları çeşitli şekillerde sunabilme ve bunları çeşitli şekillere dönüştürme yeteneklerini içerir. Başarılı mimarların, kaptanların uzay zekalarının yüksek olması beklenir.

Müzik Zekası: Çeşitli müzik seslerini ve ritimlerini birbirinden ayırtabilme, birleştirebilme, beste yapabilme ve müzik aleti çalabilme gibi yetenekleri içerir.

Kinetik Vücut Zekası: Sporcular, dansçılar, heykeltıraşlar ve aktörler gibi vücutlarıyla ilgili çeşitli karmaşık hareketleri başarıyla icra eden kişilerin sahip olduğu zekadır.

Kişisel Zeka: Kişinin kendini bilmesi ve anlaması, güçlü ve zayıf yanlarının farkında olması ile ilgili zekadır.

Kişilerarası Zeka: Diğer insanları anlamamanın yanı sıra, onları neyin harekete geçirdiğinin ve onlarla nasıl işbirliği yapabileceğinin bilincinde olma yeteneğidir. Diğer bir deyişle insanların sahip olduğu farklı duyguları ve güdülerini görerek buna uygun tepkiler geliştirebilme ve insanlarla yerinde etkileşim kurabilme yeteneğidir. Kişiler arası ilişkide zeka, diğer insanları anlamaktır. Onları ne harekete geçirir, nasıl çalışırlar, onlarla nasıl işbirliği yapılabilir? Başarılı satıcılar, politikacılar, öğretmenler, klinik doktorlar ve dini liderler büyük olasılıkla yüksek düzeyde kişiler arası zekaya sahiptirler.

Goleman "Duygusal zeka neden IQ'dan daha önemlidir" adlı kitabında Gardner'ın kişiler arası zeka görüşlerine şu şekilde yer vermiştir:

Gardner duygusal yeteneklerin ve ilişki becerilerinin hayat mücadelesi içinde ne kadar önemli olduğunu farkındadır. Gardner “Günlük hayatta kişilerarası zekadan daha önemli bir zeka türü yok. eğer bu eksikse, kiminle evleneceğinize, nerede çalışacağınıza ve buna dair kimi kararlar verebilirsiniz.” der. (Goleman, 2002; 59).

Gardner’a göre bu zeka türlerinin her biri diğerinden bağımsızdır. Her insanda, bu zeka türlerinden biri veya birkaçı yüksek, diğerleri ise düşük olabilir. Gardner’ın inceleme altına aldığı kişiler arasında çok düşük sözel ve sayısal zekaya sahip olduğu halde bundan bağımsız olarak çok yüksek müzik zekasına sahip olan kişilere rastlanmıştır. Ve buna benzer bulgular, zekanın farklı boyutlarının bulunduğunu ve bunların birbirinden bağımsız olduğunu destekler niteliktedir.

Gardner’ın yaptığı bu çalışma, kullanılmakta olan zeka testlerinin yetersizliğini açık bir şekilde ortaya koymuştur. Çünkü insanlar çok boyutludur ve çok farklı türde yeteneklere sahiptir. Oysa bugün dünyada kullanılan IQ testleri Gardner’ın ortaya koyduğu zeka türlerinden bir kısmını ve çok sınırlı düzeyde ölçmektedir.

Gardner diğer bilim adamlarından farklı olarak, kişilerarası zeka ve kişisel zeka şeklinde ifade ettiği zeka sınıflandırmasıyla, Thordike’in ardından duygusal zeka kavramının temellerinin atılmasına ciddi katkı sağlayan ikinci bilim adamı olmuştur.

2.3.3. Pratik Zeka Modeli

Sternberg IQ’nun akademik zekayı tanımlamaya yönelik olduğunu ifade etmiş ve kişinin yaşamının diğer boyutlarını tanımlamakta yetersiz kaldığını belirtmiştir. Bu sorunu çözmek için pratik zeka modelini oluşturmuştur. (Feldman, 1996; Çakar Ulaş, 2002; 8)

Sternberg, akademik zekanın bilişse yöntemlerle öğrenilen bilgilere dayandığını belirtmiş ve pratik zekanın ise çoğunlukla tecrübe ve modelleme ile öğrenildiğini savunmuştur. Pratik zekanın yüksek kişiler çevrelerindeki şartları iyi inceleyip uyum sağlayabilmektedir. (Sternberg, 199; Çakar Ulaş, 2002; 8)

2.4. DUYGUSAL ZEKANIN TANIMI

Duygusal zeka terimi ilk kez 1990da Peter Salovey ve John Mayer tarafından kullanılmıştır. Peter Salovey ve John Mayer 1990'da duygusal zekayı , bir kişini kendisi ve başkalarının hislerini ve duygularını yansıtabilme, onları ayırt edebilme ve kişinin düşüncesinde, eyleminde bu bilginin kullanılması şeklinde tanımlamışlardır.

Mayer, Salovey ve Caruso (2000) duygusal zekayı; “Algılamak ve ifade etmek, duyguları düşünce içinde özümseyebilmek, kendinde ve başkalarındaki duyguları düzenleyebilme yeteneği” olarak tanımlanmaktadır.

Duygusal Zeka Enstitüleri (DZE) Platformu’nu duygusal zeka tanımı ise; “Bireyin iç ve dış dünyasını barışık ve uyumlu kılması, evrendeki yerini yaşamsal gerçeklikte keşfetmesidir”.

Duygusal zeka, temelinde duygusal yeterliliklere dayanan, sosyal ve kişisel becerilerin bütünüdür. Kavramın yaygınlaşmasını ve akademik çevrelerin dışına yayılmasını sağlayan ise Duygusal Zeka kavramın yayılmasını ve akademik çevrelerin dışına yayılmasını sağlayan ise, Daniel Goleman’ın 1995 yılında çıkardığı “Duygusal Zeka Neden IQ dan Daha Önemlidir?” adlı kitabı olmuştur. Bu kitapta duygusal zekayı, kişinin kendi duygularını anlaması, başkalarının duygularına empati beslemesi ve duygularını yaşamı zenginleştirecek biçimde düzenleyebilme yetisi olarak tanımlamıştır.

Goleman’a göre (2001) duygusal zeka; kendi duygularımızı ve başkalarının duygularını anlamak ve tanımak, kendimizi motive etmek, kendi içimizde ve ilişkilerimizde duygularımızı doğru yönetmekle ilgili yetenektir. Yine kitabında Goleman, beynin düşünen parçası beynin duygusal parçasında ürüyor. Beynin düşünen ve duygusal parçaları genelde yaptığımız her şeyde birlikte çalışıyor ve gerek iş yaşamında gerekse özel yaşamda başarılı ve mutlu olmak insanların duygusal becerilerine bağlı olduğunu vurguluyor. Duygular bize hakim olduğu sürece zeka – iyi ya da kötü- hiçbir yere varamaz. Goleman, 2001; 18.)

2.5. DUYGUSAL ZEKA KURAMLARI

Günlük hayatımızda duyguların gerçekleştirdiği bazı işlevler vardır. Bunlar; Bizi harekete hazırlar, gelecekteki davranışlarımızı biçimlendirir ve sosyal ilişkilerin düzenlenmesine yardımcı olur.

Yaşadığımız özel duygularımız tecrübelerle ilgili fiziksel semptomlara dayalıdır. Duygularla beraber fizyolojik reaksiyonlar ortaya çıkar. Örneğin kalp çarpıntısı, kan basıncı gibi. Duygularımıza eşlik eden fizyolojik tepkilerin çıkmasında sinir sistemimiz önemli bir rol oynar. Duygu oluşumu üzerinde çeşitli kuramlar öne sürülmüştür.

2.5.1. Biyopsikolojik Duygu Kuramları

James-Lange kuramı

Cannon-Bard duygu kuramı

Karşıt Süreç Teorisi

2.5.1.1. James-Lange Kuramı

1884 yılında William James'in "Duygu nedir?" diye bir makale yayınlamasıyla duygu kavramı nöropsikoloji alanına taşınmıştır. Makale o zamanlar hiç psikoloji dergisi olmadığı için "Zihin" isimli bir felsefe dergisinde yayınlanmıştır. Duyguları araştırmasının ana gayesi, uyaran ve duygu arasında zihinsel işlemleri anlamaktır.

Williams James ve Carl Lange birbirinden bağımsız bir şekilde bu kuramı ortaya koydukları için bu kurama "James-Lange Kuramı" adı verilmiştir. Bu kurama göre duygular kasların gerilmesi, titreme, kalp çarpıntısı, solunum hızının değişmesi gibi birtakım organik değişikliklerin duyulmasından meydana gelmektedir.

Bu kurama göre yaşadığımız duyguların, belli duyumlar üreten fizyolojik değişikliklerin sonucu olarak ortaya çıkmakta olduğu ileri sürülmektedir (www.aof.anadolu.edu.tr/kitap/ehsm/1024/unite/6). Kuramın ana fikri şudur: Bedenimiz, çevrenin belirli özelliklerine tepkide bulunur ve bedenimizin bu tepkisinin farkına vardığımız zaman heyecan duyarız (Cüceloğlu,

1991). James ve Lange'e göre duyguların ortaya çıkmasında fiziksel değişikliklerin birinci sırada, duyguların ise ikinci sırada yer aldığını vurgulamaktadır.



James- Lange kuramını destekleyen bazı deneysel çalışmaların yanında yetersizliğini ortaya koyan araştırmalar da yapılmıştır. Omurilik hasarı gelişen ve otonomik sinir sisteminden feedback alamayan hastalarda duyguların şiddetinde azalma gözlenmiş olması bu kuramı desteklemiştir (Kandel, Schwartz, Jessel, 2002, Yurt, 2006;14).

Ancak bu kuram, duygusal davranışın bazı yönlerini açıklamakta yetersiz kalmıştır. Örneğin bir kişide fizyolojik tepkilerin yatışmasına rağmen, duygusal canlılığın devam etmesi, yine bazı duygusal değişikliklerin vücutta fizyolojik değişiklik olmadan oluşması gibi durumlar James'in teorisi ile açıklanamaz (Yurt, 2006;14, Kandel, Schwartz, Jessel, 2002: Ledoux J 1998).

Başka bir örnek verecek olursak; James-Lange'ın kuramının zorluğu, fizyolojik uyarılmanın, heyecana yönelik, sabit bir tecrübe üretmediğidir. Örneğin, koşu yapan bir kişinin kalp atışları, solunumu hızlanır, (benzer duygulara bağlı olarak ortaya çıkan diğer değişiklikler gibi) fakat, bu kişiler genellikle heyecana bağlı bu değişikliklerin, heyecan yüzünden olduğunu düşünmezler. (www.aof.anadolu.edu.tr/kitap/ehsm/1024/unite/6).

James ve Lange'nin kuramına en güçlü karşılık 1920'lerde Walter B. Cannon'dan gelmiştir. Cannon'a göre yoğun duygusal değişiklikler bir acil durum reaksiyonu olan "savaş ya da kaç" yanıtını ortaya çıkarmaktadır. Cannon bu yanıtın otonom sinir sisteminin sempatik bölümü ile ortaya çıktığını söyleyerek, duygusal değişikliklerin düzenlenmesinde iki subkortikal yapının, hipotalamus ve talamusun sorumlu olduğunu belirtmiştir. (ledoux J 1998; Yurt, 2006;14).

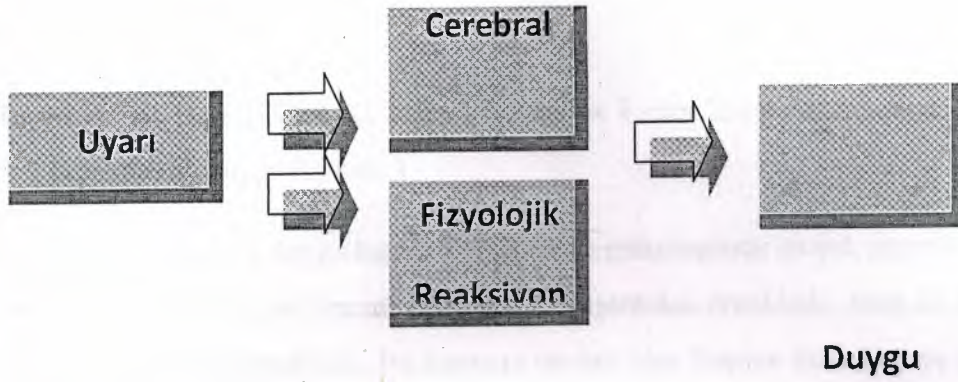
2.5.1.2. Cannon-Bard Duygu Kuramı (Talamik duygu teorisi)

Cannon-Bard kuramı, James-Lange kuramının eksiklerini gidermeye yönelik olarak yapılan çalışmadır. Canon-Bard kuramı da yine iki farklı psikolog olan Walter Cannon ve Philip Bard tarafından ayrı ayrı yayınlarda ileri sürüldüğü için her ikisinin ismiyle anılmaktadır.

Bu kuram James-Lange Kuramı'nın aksine, önemle ileri sürdüğü ana fikir, fizyolojik uyaranların tek başına duyguların algılanmasına öncülük ettiği görüşünü reddetmesidir. Bunun yerine, kuramda belirtilen, fizyolojik uyaranların ve duygusal tecrübelerin Cannon ve Bard'ın sunduğu gibi beyin talamusundan çıkan aynı sinirleri, aynı zamanda harekete geçirdiğidir.

Bu kurama göre duygu uyandırıcı uyaran algılandıktan sonra, sinir akımlarını beyin kabuğuna aktaran talamus denen ön beyin, duygusal tepkinin verildiği ilk yerdir. Ardından talamus dahili (iç organlara yönelik) tepki ürettiğinden otomatik sinir sistemine sinyal yollar. Aynı anda talamus, beyin korteksine gelen duygu durumunun yapısı ile ilgili olarak mesaj yollar. Bu sebepten farklı duyguların tek bir çeşit fizyolojik uyaranla eşleşmesi gibi bir durum söz konusu değildir. Beyin korteksine gönderilen mesaj belli özel duygulara göre de değişir. Kuramın merkezinde hipotalamusun fonksiyonları bulunur. Çevrede bulunan heyecan verici olay (uyarıcı) hipotalamusu etkileyince hipotalamus iki görevi aynı anda yapar. Bunlardan birisi fizyolojik değişiklikleri ortaya çıkararak sinir sistemini uyarması, diğeri ise beyin kabuğuna sinirsel akımlar göndererek heyecan yaşantımızın farkına varmamızı sağlamasıdır (Cüceloğlu,1991;267,www.aof.anadolu.edu.tr/kitap/ehsm/1024/unite/62.5.1.3).

62.5.1.3. Karşıt Süreç Teorisi (Opponent - Process)



Richard Solomon 1980 yılında, her duygusal tepkinin, özgün duygu ortadan kalktıktan sonra bile devam eden karşıt bir duygu tepkisi yarattığını belirtmektedir. Bir başka ifadeyle Beynin karşıt duygusal bir cevap vererek güçlü pozitif bir duygu uyandırma teorisidir. Karşıt duygu ilk duygudan bir süre sonra başlar ve daha uzun sürer. Eğer ilk duygu tekrarlanırsa karşıt duygu daha da güçlenir. Bu durumda edinilen duygu aslında her iki duygu durumunun arasında bir uzlaşma duygusu gibidir.

Bu teoriye göre “sağlıklı bir organizma, normal bir motivasyon düzeyini korumaya çalışır ve şu veya bu yöndeki bir artış, sistemi tekrar dengeye kavuşturacak karşıt bir süreci yaratır”. Bu da örneğin bir dublörün (tehlikeli sahneler için) işinden neden zevk aldığını açıklayabilir. Dublör, hareketinden önce yoğun bir kaygı duyar ve hareketin tamamlanmasından sonra büyük bir rahatlama hisseder. Aynı şekilde örneğin uyuşturucu kullanımında haz kaygıya yol açar; her alışkanlık tersini yaratır. Bu teori ayrıca uyarıcıya tekrar tekrar maruz kalmanın, ilk tepkinin giderek daha çok zayıflamasına ve daha güçlü bir karşıt tepkinin ortaya çıkmasına yol açtığını varsayar. Yine bu da uzun süre madde kullanımının, giderek daha az haz vermesini, buna karşılık maddenin kesilmesinin etkilerinin daha şiddetli ve nahoş olmasını açıklar www.termbank.net/psychology/3875.html, Emma E K Butchell 2008;3

2.5.2.Bilişsel Duygu Kuramcıları

STANLEY SCHACHTER KURAMI (The Two Factor Theory of Emotion)

BİLİŞSEL DEĞERLENDİRME KURAMI (Cognitive Appraisal Theory of Emotion)

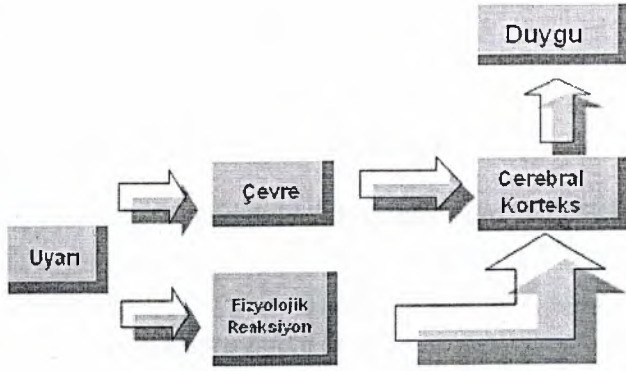
2.5.2.1 STANLEY SCHACHTER KURAMI (The Two Factor Theory of Emotion)

(İki Etmenli Duygu Kuramı)

20. yüzyılın ikinci yarısında duygu kuramları içerisinde psikologlarca en çok geçerli sayılan kuram bilişsel kuramdır. Bilişsel kuram hem günlük yaşantıdan örneklerle, hem de yapılan bilimsel deneylerle desteklenmektedir. Bu kuramın öncüsü olan Stanley Schachter ve Jerome Singer bu kuramı, “korteksin periferden gelen uyarıları özgül duygulara dönüştürmekte olduğunu, yani korteksin, kişinin beklentileri ve sosyal durumu ile uyumlu olarak, çevreden gelen uyarılara karşı koğnitif yanıtlar yaratmaktadır” şeklinde açıklamaktadır (Schachter ve Singer, Cüceloğlu, 1991:162, Yurt, 2006:15, Kandel, Schwartz, Jessel, 2002, Tugrul, 1999:12, www.aof.anadolu.edu.tr/kitap/ehsm/1024/unite/6 s.89)

Bir başka ifadeyle İki Etmenli Duygu Kuramı “Herhangi bir uyaran bizlerde genel bir uyarılmışlık hali yaratır ve bu uyarımı zihnimizde nasıl etiketlediğimize bağlı olarak ona karşı öznel bir duygu hissederiz” diye belirtilmektedir. (Ceyhan, 2000: 22’nin aktarımıyla, Parkinson, 1996; Carlson ve Buskist,1997).

Schacter, “duygusal yaşantıların gerisinde bilişsel etkinliklerin rol oynadığını ileri sürmüştür. Schacter’e göre, çevremizi algılamamız ve anlamlandırmamız sonucunda, içimizdeki fizyolojik değişikliklerle ilgili duygulara belirli adlar veririz. Yani bilişsel yaşantılarımız doğrultusunda duygusal yaşantılarımızı adlandırırız. Dolayısıyla farklı ortamlarda benzer uyarılara farklı tepkiler vermemizin ve birtakım çatışmalara girmemizin nedeni, duygularımızı farklı şekillerde yönlendiren, farklı koğnitif durumlar içinde olmamızdan kaynaklandığını” belirtmektedir (Kandel, Schwartz, Jessel, 2002, Tugrul, 1999:12).



Bir başka ifadeyle, duygu ve heyecanlarımızı içinde bulunduğumuz duruma göre yorumlarız. Bu görüşe göre duygu ve heyecanın türü, kişinin içinde bulunduğu ortama göre farklılık göstermektedir.

Örnek: Bir miktar alkol almış bir kişinin eğlenceli bir ortamda kendini aşırı sevinçli, kasvetli bir ortamda ise çökkün hissetmesi. (www.aof.anadolu.edu.tr/kitap/ehsm/1024/unite/6 s.89).

2.5.2.2. Bilişsel Değerlendirme Kuramı (Cognitive Appraisal Theory of Emotion)

Richard Lazarus'a göre de duyguların altında bilişsel değerlendirmeler yer almaktadır. Lazarus bilişsel değerlendirmelerin basitten karmaşığa doğru bir derece izlediğini vurgular. Bilişsel değerlendirmenin en ilkel biçimi dil öncesi bilinç ve bilinç dışıdır. Gelişmiş olan biçimi ise bilinçtir ve burada düşünce, imgeleme ve duyguların sözel, simgesel ifadesi yer alır (Lazarus RS 1991:39).

Bir başka ifadeyle belli bir zamanda birinin duygusunun o kişinin durumu nasıl algıladığına göre değiştiği teorisi. Lazarus, duyguyu o an yaşanan olayın bireyin kişisel durumuna etki etmesi olarak görmektedir. Birey çeşitli kaynaklardan gelen bilgiyi değerlendirir, yani çevreden ve bedenden gelen bilgilerin değerlendirilmesi ile duygunun oluştuğunu ileri sürer. Lazarus, duyguyu; bireyin çevre ile etkileşiminde yaptığı bilişsel değerlendirmelerin bir sonucu olarak görmektedir.

2.6. DUYGUSAL ZEKA MODELLERİ

2.6.1. Model 1: John D. Mayer , Peter Salovey

Kavramı ilk olarak 1990 yılındaki “Duygusal Zeka” adlı makaleleri ile ortaya çıkaran Mayer ve Salovey duygusal zekayı (Mayer & Salovey, 1993; Çakar Ulaş, 2002 ; 17) kişinin kendisinin ve başkalarının duygularını gözlemleme yeteneğini, onları ayırt edebilmeyi ve bu bilgiyi düşünce ve davranışlarına rehber olara kullanabilmeyi içeren bir sosyal zeka türü olarak tanımlamışlardır. Yani; “... duygusal zekanın faaliyet alanı duyguların sözlü ve sözsüz değerlendirilmesi ve ifadesi, kişinin kendisindeki ve diğerlerindeki duyguları düzenleyebilmesi ve duygusal içerikli problemlerin çözümünde duygulardan faydalanılmasını içerir.” (Mayer & Salovey, 1993; Çakar Ulaş, 2002 ; 17). Ve böylelikle kişinin yaşamı daha zenginleşir.

Mayer ve Salovey 1997’de daha da geliştirdikleri tanımda duygusal zekayı (Mayer VD. 2000 a; Çakar Ulaş, 2002; 17) “...duyguları algılama ve ifade etme, duyguları düşüncenin içinde asimile etme, duyguyu anlama ve onunla mantık yürütme, kişinin kendisinde ve diğerlerindeki duyguyu düzenleme yeteneği” olarak tanımlamışlardır.

Kişinin yalnızca kendi duyguları tanımlayabilmesi yeterli değildir, Kişi duygularından düşünce günü artırıcı bir araç olarak yararlanabilir. Bu her zaman olumlu duygular olmak zorunda da değildir. Kişi duruma göre tanımlayabildiği olumsuz duyguları (nefret, üzüntü ...) düşüncesinin üreticiliğini artırmak için kullanabilir. Duygular olmazsa değerlendirmelerimiz sonsuz olasılıklara sahip sonuçsuz kavramlar haline gelebilir. Beynin duygusal alanları hafızaya yardımcı olmaktadır. Hatırlama duyguların yeniden hatırlanmasıdır Örneğin; bir kişinin bir olay nedeniyle hafızası zarar görse bile o yere gittiğinde pek çok şey hatırlayabilmesi buna bağlıdır.(Çakar ulaş, 2002; 18)

Kişinin duyguları anlaması ve onlarla mantık yürütebilmesi için duyguları adlandırabilmeli ve duygu değişiklikleri ile olan ilişkileri tanımlayabilmelidir. Kişi duygularını tanımlayabilir; fakat o duygunun o anda oluşup oluşmadığı, daha önceki bir duygusunun kalıntısı olup olmadığı, ruh halinden kaynaklanıp kaynaklanmadığını anlaması daha zordur. Duygular çoğu zaman karmaşık halde gelir, örnek verirse; mutlulukla beraber suçluluk, öfkeyle beraber korku gibi. Bunun için bu karmaşıklığı ve aralarındaki değişikliği tanımlayabilmek gereklidir. Kişi ancak bu sayede sevginin kıskacığa, kaybetme korkusunun aşka dönüştüğü anları anlayabilir. (Çakar ulaş, 2002; 19)

Kişinin kendisindeki ve diğerlerindeki duyguları düzenleyebilmesi için kişinin duygulara açık kalabilmesi kendisinin ve diğerlerinin duygularını duygusal ve kişisel gelişimi artırmak için izleyebilmesi gerekmektedir.

Kişi duygulara açık olmalıdır. Duygulara açık olmazsa hissettikleri ve gözlemledikleri, algılarına göre şekillendirdiği bir duygusal gerçeklik olacaktır ve asıl olanı gözünden kaçıracaktır. Oysa kişinin kendisinin ve diğerlerinin duygularını düzenleyebilmesi için gerçek duygulara ulaşması gerekmektedir.

Kişi kendisinin ya da diğerlerinin duygularını düzenleyebilmek için gösterdiği çabayı tekrarlamalıdır. Çünkü beyinsel süreçler ancak bu şekilde düzenlenebilir. Bu yetenek alanlarından oluşan duygusal zeka modelinin dört boyutu vardır; (Mayer& Caruso, 1999; Çakar Ulaş, 2002; 19)

- Duyguları algılamak
- Düşünceleri canlandırmak için duyguları kullanmak
- Duyguları anlamak
- Duyguları kişisel gelişimi ve sosyal ilişkileri zenginleştirecek şekilde yönetmek

Mayer ve Salovey'in modeli bir yetenek modelidir, yeteneğe dayanmayan faktörlerden (mutluluk sıcaklık...) uzak durmak amaçlamıştır. Bu model yeteneğe dayanmayan faktörlerin önemli olduğunu kabul etmekle beraber duygusal zekadan bağımsız oldukları düşüncesine dayanmaktadır.

2.6.2.Model :2 Reuven Bar- On

Bar- On'un bu modeli oluşturmasındaki amacı, bazı insanların diğerlerinden neden daha iyi ya da daha başarılı olduğunu açıklamaktır.

Bar- On'a göre duygusal zekayı bireyin kendisini ve diğerlerini anlamasını, kişilerle ilişki kurmasını ve o anda içinde bulunduğu çevreye uyum sağlayıp o çevreyle başa çıkabilmesini sağlayan yetenekle olarak tanımlamıştır. Duygusal zeka kişinin çevresel taleplerle başa çıkabilmekte daha başarılı olmasını sağlar. (Carney, 1999; Çakar Ulaş, 2002; 21)

Bar-On'un modeli, duygusal ve sosyal zekayı kapsayan bir modeldir. Bar-On'un temel olarak yoğunlaştığı konu ise, bilişsel olmayan zeka faktörleridir Bu faktörler kişiyi gündelik hayatla başa çıkabilmesin içeren kişisel, duygusal, sosyal boyutları kapsar.

Bar-On'un bu modeli beş ana boyuttan oluşmaktadır. (Multi Health Systems inc., 2002; Çakar Ulaş, 2002; 21)

Kişisel boyut: Bireyin iç dünyasıyla ilgilidir. Kişinin kendine saygısı, kendin duygusal olarak tanımlayabilme, kendini ifade edebilme, bağımsız olabilme... gibi becerileri içermektedir.

Kişilerarası boyut: Kişinin bireylerarası ilişkisindeki kapasitesi ve faaliyetlerini içerir. Kişinin empati kurabilmesi, iyi ilişkiler kurabilmesi gibi becerileri içermektedir.

Şartlara ve çevreye uyum: Kişinin çevrenin talepleriyle başa çıkma becerilerini içermektedir. Kişinin problem çözebilme, esnek olabilme gibi becerileri içermektedir.

Stres yönetimi boyutu: Kişinin stresle başa çıkabilme becerilerini içerir.

Bar-On'un çalışması zihinsel yeteneklerle, zihinsel yeteneklerden ayrı kabul edilen bazı özellikleri birleştirmiştir. Bu sebeple Bar-On'un modeli karma bir modeldir.(Mayer vd. 2000b; Çakar ulaş,2002; 22).

2.6.3. Model: 3 Robet K. Cooper & Ayman Sawaf

Cooper ve Sawaf'ın modeli duygusal zekayı örgüt içindeki etkiler açısından incelemektedir. Özellikle duygusal zeka ve liderlik açısından incelemektedir.

Cooper ve Sawaf'a göre duygusal zeka; duyguların gücünü ve hızlı algılayışını, insan enerjisi, bilgisi ilişkileri ve etkisinin bir kaynağı olarak duyumsama, anlama ve etkin bir biçimde kullanma yeteneğidir.

Bu modelde zeka 4 boyuttan oluşmaktadır. Bunlar;

- duyguları öğrenmek
- duygusal zindelik
- duygusal derinlik
- duygusal simya

Duyguları öğrenmek: Kişinin duygusal potansiyelinin farkında olması ve bunu değerlendirebilmesi üzerine kuruludur. Bunun içinde kişi duygusal dürüstlüğe, duygusal enerjiye, duygusal geri bildirime ve pratik sezgiye sahip olmalıdır.

Duygusal zindelik: Kişi öz varlığa, güven çemberine, yapıcı hoşnutsuzluğa, esneklik ve yenilenmeye sahip olmalıdır. Bu modelin önemli yapılarından biri de yapıcı hoşnutsuzluk kavramıdır. Hoşnutsuzluk yapıcı bir şekilde kullanıldığı takdirde, farkında olmayı, problemleri ortaya çıkarmayı, empati kurmayı, güveni, katılımı, yaratıcı işbirliğini mücadele ve sorumluluğu sağlayabilir. (Coper ve Sawaf, 2000; Çakar Ulaş, 2002; 24).

Duygusal derinlik: Kişinin içsel amaçlarını tam olarak belirlemesi, bunlara kendisini adanması. Kişinin kendine özgü potansiyel ve amaçları belirlemesi, kendisini amaçlarına duygusal olarak adanması, dürüstlüğü yaşaması ve insanlarda yetkisi olmadan etki uyandırmasını içermektedir.

Duyusal simya: Duygusal zekanın kişinin potansiyelini ve özellikle yaratıcılığını artırma özelliğine yoğunlaşmıştır. Duygusal simya önem verilmeyen duyguların daha değerli bir hale gelmesi ve onların güçlerinden yararlanma sürecidir. Duygusal zaman değişimini, fırsatları sezinlemeyi geleceği yaratmayı ve sezgisel akışı içermektedir.

Cooper ve Sawaf'ın modeli de Bar-On'un modeli gibi zihinsel yeteneklerin yanında bunların dışındaki bazı kavramları içermekte olduğu için karma bir modeldir

2.6.4.Model: 4 Daniel Goleman

Goleman duygusal zekayı kendimizin ve başkaların duygularını tanıma, kendimizi motive etme, içimizdeki ve ilişkilerimizdeki duyguları iyi yönetme yetisi" olarak tanımlamaktadır.

Goleman'ın duygusal zeka modelinin 5 boyutu vardır: (Çakar Ulaş, 2002; 26)

- Kişinin kendi duygularının farkında olabilmesi
- Kişinin kendi duygularını yönetebilmesi
- Kişinin kendini motive edebilmesi
- Empati
- Sosyal beceriler.

Kişinin kendi duygularının farkında olabilmesi; kişinin kendi duygularını tanımlayabilmesi ve bu duyguların ne olduğunu ayırt edebilmesi.

Kişinin kendi duygularını yönetebilmesi; kişinin duygularını yönetebilmesidir.

Kişinin kendini motive edebilmesi; kişinin bütün zorluklara karşı yılmadan yoluna devam edebilmesidir. Kişinin gayretli olması ne çeşit zorlukla karşılaşırsa karşılaşsın yılmamasıdır.

Empati; kişinin kendisini karşısındakinin yerine koyup onun duygularını anlayabilmesidir.

Sosyal beceriler; kişinin diğer kişilerin duygularının farkında olması ve onu yönetebilmesidir.

Goleman beş boyuttan oluşan bu duygusal zeka modelinin temel bir yetenek ve bir kapasite olarak kişinin tüm diğer yetenekleri gerek canlandırma gerekse müdahale etme şeklinde

etkilediği üzerinde durmuş ve bu boyutlara sahip bireylerin kendilerine benzer IQ 'ya sahip bireylere göre daha başarılı olduğunu vurgulamıştır.

Goleman'ın modeli zihinsel yetenekleri ve diğer özellikleri içeren karma bir modeldir. Goleman "Duygusal zeka neden IQ dan daha önemlidir" adlı kitabında duygusal zekaya sahip olan insanların kendileri gibi IQ ya sahip olanlardan daha başarılı olduğunu vurgulamıştır. Ayrıca yine kitabında "İnsanlar ya zekidir, ya değildir; böyle doğmuşlardır." (Goleman, 2002; 55) sözü ile geliştirebileceğimizin IQ seviyemiz değil duygusal zeka becerilerimiz olduğunu vurgulamıştır.

2.7. BEYİN YAPISI

Sinir sisteminin temel birimi nöron denilen uzmanlaşmış bir hücredir. Nöronun hücre gövdesinden dendrit denilen birçok kısa kol ve akson denilen tüp benzeri ince uzun bir uzantı çıkar. Dendritlerin ve hücre gövdesinin uyarılması akson boyunca yol alan bir nöral itkiye neden olur duyusal nöronlar, duyu organlarından gelen sinyalleri beyne ve omiriliğe iletir ve motor nöronlar, beyin ve omirilikten gelen sinyalleri kaslara ve salgı bezine iletir. Bir sinir yüzlerce ya da binlerce nörona ait uzantı halindeki aksondan oluşan bir demettir. Uyaran, nöron boyunca dendritlerden aksonun sonuna doğru hareket eden elektrokimyasal bir itki olarak hareket eder. Hareket eden bu itki ya da hareket potansiyeline depolarizasyon denir. Depolarizasyon, hücre zarının hücrenin içinde ya da çevresinde yüzen farklı iyon tiplerine olan geçirgenliğini değiştirir.

Bir hareket potansiyeli bir kez başladığında, akson boyunca hareket ederek aksonun sonundaki sinaptik terminal denilen çok sayıda küçük şişkinliğe uzanır. Bu terminaller nörotransmitter denilen kimyasal maddeleri serbest bırakır. Bu maddeler sinyalin bir nörondan komşu nörona iletilmesinden sorumludur. Nörotransmitterler iki nöron arasındaki küçük aralıktan geçerek yayılır ve alıcı nöronun hücre zarındaki nöroresöptörlere bağlanır. Bazı nörotransmitter-reseptör bağları hücre zarının depolarize olmasına, diğerleri ise zarın polarize olmasına yol çar. Depolarizasyon bir eşik düzeye ulaşırsa, hareket potansiyeli alıcı nöron boyunca ateşlenir.

Hareket potansiyelinin gerçekleşmesi bir "ya hep ya hiç" olayıdır. Pek çok farklı türde nörotransmitter reseptör etkileşimi vardır ve bunlar geniş bir psikolojik olgular dizisinin açıklanmasına yardımcı olur. (Psikolojiye Giriş ,2002; 69-70)

Sinir sistemi merkezi sinir sistemi (beyin ve omurilik) ve perifer sinir sistemi (beyin ve omurilikten vücudun diğer bölümlerine uzanan sinirler) olarak ikiye ayrılır. Perifer sinir sisteminin alt bölümleri, somatik sistem (duyu reseptörleri, kaslar ve vücut yüzeyinden aldığı mesajları taşır) ve otonom sistemdir.(iç organlar ve salgı bezlerine bağlanır.)

İnsan beyni üç eşmerkezli katmandan oluşur. Bunlar; merkezi çekirdek, limbik sistem ve serebrum.

Merkezi çekirdek, duruş refleksleri ve solunumdan sorumlu olan medullayı, motor eşgüdümle ilgili olan beyinciğine, gelen duygusal mesajların röle istasyonu olan talamusu ve duygusal heyecanlarda ve homestasisin sağlanmasında önemli bir rol oynayan hipotalamusu içerir. Retüüler formasyon, yukarıda sayılan yapıların birkaçıyla birlikte organizmanın uyanıklık ve genel uyarılmışlık halini denetler

Limbik sistem, beynin duygusal bölümü olarak anılan bu sistem beyin yarıkürelerinin içinde bulunur. Hipotalamusun düzenlediği bazı içgüdüsel faaliyetleri (beslenme, saldırma, tehlikeden kaçınma, çiftleşme) denetler, ayrıca duygu duygulanım ve hafıza üzerinde de önemli bir rol oynar. Midemiz kazındığında, aşık olduğumuzda, ya da kederlendiğimizde limbik sistemin eline düşeriz.

Serebrum, iki beyin yarıküresine ayrılır. Bu yarıkürelerin bükümlü yüzeyine beyin korteksi denir. Beyin korteksi, ayırt etme yeteneğini, karar vermeyi, öğrenmeyi ve düşünmeyi – “yüksek zihinsel süreçleri”- denetler. Korteksin bazı alanları, özel duygusal girdilerin veya özel hareketlerin denetimini sağlayan merkezleri temsil eder. Korteksin kalan kısımları, bağ kurma alanlarından oluşmaktadır.

Korpus kallozum (iki beyin yarıküresini birbirine bağlayan sinir lifleri demeti) bölünerek ayrıldığında, iki yarıkürenin işlevleri arasındaki önemli farklılıklar gözlemlenebilir. Sol yarıküre dil ve matematik yeteneklerinde ustalaşmıştır. Sağ yarıküre dili biraz anlayabilir; ancak konuşma yoluyla iletişim kuramaz, uzamsal ve örüntü duyumlarında oldukça gelişmiştir.

Otonom sinir sistemi sempatik ve parasempatik olmak üzere iki bölümden oluşur. Otonom simsin lifleri düz kasların ve salgı bezlerinin hareketlerine aracılık eder. Dolayısıyla bu sistem duygu-heyecan tepkilerinde özel bir önem taşır sempatik bölü genellikle aşırı heyecan sırasında, parasempatik bölüm ise dinlenme durumlarında faaldir.

Salgı bezleri, duygusal ve güdüsel davranışlar için önemli olan hormonları salgılar. Davranışın bütünleştirilmesinde sinir sisteminin yanı sıra önemli bir yeri vardır. İç salgı bezlerinin faaliyeti hipotalamusun faaliyetiyle ve otonom sinir sistemiyle yakın ilişki içindedir. (Psikolojiye Giriş ,2002; 69-70)

2.7.1. Duygusal Zeka – Beyin İlişkisi

Yaşam düşünenler için komedi, hissedenler için ise trajedidir

Horace Walpole

Neokorteks, beynin düşünen ve en dışta kalan parçasıdır. Kendimizi tehdit altında veya düzensiz hissettiğimizde limbik sistem kontrolü 'neokorteks' ten alır. Yani amigdalanın verdiği soruya mantıklı cevaplar verir. Beynin düşünen kısmı, mantıksal beyin, ya da rasyonel beyin olarak bilinir. Soran sorgulayan, çözümleyen, kavrayan, konuşabilen, belirli duyguları yönetebilen; ancak tehlike anında limbik sisteme teslim eder kendisini, hatta insanlarda sanki düşünemedim, elim ayağıma dolaştı diye açıklarlar bu durumu; ama öyledir, başa çıkılmayan durumlarda kendini bırakır bu kısım. Beynin duygusal bölümü olan limbik sistem, beyin yarım kürelerinin içinde bulunur. İnsanların duygularını ve dürtülerini düzenlemesinin asıl sorumluluğu bu sisteme bağlıdır. Limbik sistem duygusal öğrenmenin yer aldığı ve duygusal anıların saklandığı yer alan olan hipokampusu beynin duygusal kontrol merkezi olarak düşünülen amigdalayı ve birkaç yapıyı içerir. Hipokampus kuru gerçekleri hatırlar Karşıdan gelenin kuzenimiz olup olmadığını hipokampus, ondan nefret edip hatırladığımızı limbik sistem hatırlar.(Goleman 2001; 36)

Amigdala duygusal belleğin ve başlı başına anlamın deposudur. Amigdalasız yaşam, kişisel anlamlandırmadan soyutlanmış bir yaşamdır. Amigdala duygusal durumların uzmanıdır. Arkadaşımız bize hediye verir, ona kızarız ve hediyeyi fırlatır oradan uzaklaşırız. İşte bu tür çevri duygularda akla üstün gelen amigdala etkilidir. Amigdala her şeyi sorgular ama bunu en etkili biçimde yapar. Duygusal zekanın merkezinde amigdalanın işleyişi ve neokorteksle olan ilişkisi yatmaktadır. (Goleman: 2002; 30)

Yolda önde giden arabayı geçerken kıl payı çarpışmadan kurtuluruz. Hipokampus; hangi yeritte ve yanımızda kimin olduğunu hatırlar. Amigdala ise ne zaman arabayla birini geçmek istesek tedirginliğe kapılmamıza neden olur.

Yukarıdaki örnekteki gibi amigdala kaygılı ve tedirgin bir tepkiyi başlatırken, beynin diğer kısmı daha uygun bir tepkiye olanak verir. Bu da alnın tam ortasındaki prefrontal loblarda bulunur. Prefontal korteks hisleri bastırır ya da kontrol eder. Beynin neokortekse ait bu yanı amigdala ve diğer limbik alanlara daha uygun tepki getirir. Amigdala gibi prefrontal loblar da olmasaydı duygusal hayatın büyük bir kısmı olmazdı.

Shapiro'ya göre Bilim adamları, çoğunlukla beynin düşünme bölümü olan neokortesten, beynin limbik sistem denilen duygusal bölümünden ayrılmış gibi söz ederler; fakat duygusal deneyi belirleyen şey bu iki bölge arasındaki ilişkidir. Korteks, beyin geniş yarım kürelerini kaplayan 3 mm kalınlığında kıvrımlı bir doku tabakasıdır. Beynin yarım küreleri, kas hareketleri ve algılama gibi vücudun temel işlevlerinin birçoğunu kontrol ederken yaptıklarımıza ve

gıladıklarımıza anlam veren şey kortektir. (Shapiro, Lawrence, 1997, Yüksek IQ'lu Bir Çocuk Yetiştirmek, 9. Basım, Çev. Ü., Kartal, Varlık Yayınları, İstanbul)

Goleman'ın (2002) amigdala yaklaşımlarını incelersek; amigdala Yunanca badem anlamına gelir, insanlarda limbik alanına yakın beyin sapının üzerinde bulunan ve birbiriyle bağlantılı yapılardan oluşan badem şeklinde bir kütledir. Her bir beyin bir tarafında olmak üzere başın iki kısmına yakın amigdala vardır. Amigdala duygusal durumların uzmanıdır. Amigdala beynin geri kalan kısmından ayrılrsa, olayların duygusal anlamını değerlendirmekte inanılmaz bir yetersizlik, hatta duygusal körlük denilen durum ortaya çıkar. Limbik yapılar en eski yapılardan bugüne beyin öğrenme ve hatırlama süreçlerinin büyük bir kısmını gerçekleştirilmektedir. Duyu organlarından gelen sinyaller, amigdalanın her türlü sıkıntılı durumu neyimi taramasını sağlar. Amigdala her durumu, her algıyı sorgular; ancak bunu en ilkel bir biçimiyle yapar. Amigdala yaygın sinir bağlantıları ağı sayesinde duygusal bir aciliyet durumunda akılcı zihin de dahil olmak üzere, beyin büyük bir bölümünü kontrol eder ve önler. Beyin amigdalanın ani hamlelerine karşı bir tampon vazifesi gören şalteri, neokortekse giden devrenin diğer ucunda alnın hemen arkasındaki prefrontal loblarda bulunur. Prefrontal korteks, korku ve öfke anlarında devreye girer, karşılaşılan durumun daha akılcı bir biçimde idare edebilmek için veya durum yeniden değerlendirilmesi, sonucu tamamen farklı bir tepki gerektiğinde hisleri bastırır veya kontrol eder. Beynin neokortekse bağlı bu alanı, amigdala ve diğer limbik alanları yumuşatarak diğer duygusal dürtülerimiz daha analitik ve uygun tepkiler getirir.

Prefrontal bölgeler duygusal tepkilerimizi yönetir. Duyusal bilgilerin büyük bir bölümü amigdala tarafından alınır, amigdala bu bilgileri alıp bir anlam çıkarması için neokorteks ve onun birçok bölgesine ulaştırır, bu bilgi ve bizim buna tepkimiz duygusal hareketlerimizi bir harekete dönüştürür. Prefrontal bölge olarak planlama ve örgütlenme yer olan prefrontal loblar tarafından koordine edilir. Amigdala, neokortekse kaydederek, analiz eder ve anlayarak prefrontal loblar, amigdala ve duygusal beyindeki diğer devrelerle el ele çalışarak bu tepkiyi oluşturur. Bir duygu uyarıldığında bir an içinde prefrontal loblar sayısız olası tepkinin yarar-zarar hesabını yaparak en iyi tepkiye karar verir.

Görüldüğü üzere duygusal zeka- beyin ilişkisi, prefrontal loblar ile amigdala arasındaki ilişkidir. Duyguların yönetimi beyin bu iki bölmesi arasındaki bağlantının gücüyle gerçekleşmektedir. (Shapiro Lawrence, 1997)

IQ ve EQ birbirine karşıt değil birbirinden ayrı yetilerdir. EQ'yu destekleyenler geleneksel zeka yöntemlerinin çok dar olduğunu ve başarının davranış ve şahsı göz ardı eden IQ'dan daha fazlasını gerektiğini savunurlar.

Bütün bireylerde akıl ve duygusal hassasiyet karışıktır. Aslında IQ ve duygusal zekanın bazı yönleri arasında az da olsa bir bağlantı vardır; ancak bu o kadar ufaktır ki, IQ ile duygusal zekanın birbirinden bağımsız olgular olduğunu açıkça ortaya koymaktadır. Bireylerin duygusal zeka düzeyleri kalıtsal olarak tayin edilmediği gibi gelişimi de ilk çocukluk

dönemlerinde gerçekleşmemektedir. Genetik olarak sabit olan IQ'nun aksine, duygusal zekanın öğrenilme olasılığı daha fazladır ve duygusal öğrenme yaşam boyu sürer. Sıkıntılarla baş edebilme, duyguları kontrol edebilme, insanlarla anlaşabilme gibi duygusal zekanın bir parçası olan durumlar insan hayatında IQ'dan daha etkilidir. Gardner: "İnsanlar ya zekidir ya değildir böyle doğmuşlardır." diyerek geliştirebileceğimiz yanımızın IQ değil duygusal becerilerimiz olduğunu ifade eder.

Berkeley'de bulunan California Üniversitesi'nden psikolog Jack Block, yüksek IQ'lu bireylerle, gelişmiş duygusal yetenekleri olan bireyleri karşılaştırmıştır. Ortaya çıkarmış olduğu bulgulara göre: IQ, zihin dünyasında bir uzman gibi görünse de, bireysel dünyada yetersiz bir entelektüel görünüm sergilemektedir. Ayrıca elde edilen bulgular kadın – erkek üzerinde de birtakım farklılıklar olduğunu ortaya çıkarmıştır. Buna göre;

Yüksek IQ'ya sahip erkekler, geniş bir entelektüel ilgi ve yetenekler dizisine sahiptir. Hırslı, üretken, istikrarlı, kendi sorunlarını dert etmeyen, eleştirici, titiz, duygularına gem vuran, kendini açmayan, mesafeli, duygusallık açısından ise kayıtsız, soğuk bir görünüm çizmektedir. Buna karşılık duygusal zekası yüksek erkekler sosyal açıdan dengeli, dışa dönük, neşeli, korkaklığa ve derin düşünmeye yatkınlığı olmayan bireylerdir. Başkalarına bağlanma, sorumluluk alma, etik bir görüşe sahip olma özellikleri dikkati çekmektedir. İlişkilerinde başkalarına karşı sevecen ve ilgilidirler. Zengin ama kontrolü bir duygusal yaşamları vardır. Kendileriyle ve yaşadıkları sosyal dünyayla barışıktırlar.

Yüksek IQ'ya sahip kadınlar, kendilerinden beklenen entelektüel güvene ve estetik ilgi alanına sahiptirler. Düşüncelerini akıcı bir biçimde ifade edebilirler. Bu tip kadınlar aynı zamanda kendi kendilerini tahlil edebilen, kaygıya, derin düşünmeye, suçluluk duymaya yatkın, ayrıca öfkelerini açıkça belli etmekten kaçınan bireylerdir. Duygusal zekası yüksek erkekler gibi duygusal zekası yüksek bayanlarda da dışa dönük, neşeli ve duygularını açıkça ifade eden bireylerdir. Sosyal yapıları yeni bireylere kolayca ulaşmalarını sağlamaktadır.

Daniel Goleman "Duygusal Zeka Neden IQ'dan Daha Önemlidir?" adlı kitabında iki türlü zihnimiz sahip olduğumuzda birini düşünen diğerin hisseden olduğundan, her ikisinin de beyindeki farklı ama birbiriyle bağlantılı devrelerin ilişkisini yansıttığından bahsetmiştir.

Bunlardan biri akılcı zihin diğeri ise duygusal zihindir. Birbirinden farklı bu iki kavrama tarzı, zihinsel yaşantımızı oluşturmak için etkileşim halindedir. Akılcı zihin çoğunlukla farkında olduğumuz bir kavrama tarzıdır. Duygusal zeka ise IQ'nun aksine yeni bir kavramdır sadece akılcı değil duygusal zeka da önemlidir. Duyusal beyin akılcı zihinden çok daha önce var olmuştur. Aslında akıl duygusal zeka olmadan tam verimli çalışamaz. (Goleman, 2001; 62) Akılcı zihin nedenlerle sonuçlar arasındaki mantıksal bağlantılar kurarken, duygusal zihin ayırım yapmadan sadece benzer çarpıcı özellikleri olan şeyleri birbirine bağlar. Duygusal bir durumda ilk dürtü akılda değil kalpten gelir. Çünkü duygusal zihin daha hızlı tepki verir. (Goleman, 2001; 363)

Düşünen beyin kadar duygusal beyin de neyin doğru neyin yanlış olduğuna karar vermemize yardımcıdır. Yani duygusal beyin de düşünen beyin kadar karar verme aşamasında işe karışır. Örneğin kiminle evlenmeliyim bu sorunun cevabına yaşanan daha önceki duygusal deneyimler -ayrılık gibi- işe katılır.

2.7.2. Duygusal Zekâ, Cinsiyet

Goleman'ın "Duygusal Zeka IQ'dan Daha Önemidir" alı kitabından kızlar ve erkeklerin duygusal farklılıklarına şöyle bir örnek vermiştir:

Örnek: Kızlar, birlikte oynarken, husumetin en az, işbirliğinin en üst noktada olduğu küçük ve yakın gruplarda, erkekler ise rekabetin vurgulandığı daha büyük gruplarda bulunurlar. Oynarken birinin canının yanmasıyla oyun durakladığında, kızlarla erkekler arasındaki ana farklılıklardan biri ortaya çıkar. Canı yanan bir erkek çocuğun morali bozulursa, oyunun devam edebilmesi için ortalıktan çekilip ağlamayı kesmesi beklenir. Bu olayın aynısı oyun oynayan bir grup kız arasında olursa, oyun durur ve herkes ağlayan kıza yardım etmek için etrafında toplanır. Oyun oynayan kızlarla erkekler arasındaki bu fark, cinsiyetler arasındaki temel ayrılık denen şeye işaret etmektedir.

Duygusal zekâ ile cinsiyet ve başarı puanı gibi kişisel özellikler arasındaki ilişkileri inceleyen araştırmalar yapılmıştır. Duygusal zekâ ve cinsiyet üzerine yapılan bir çalışma da üniversite çağındaki, katılımcılardan bir duygusal zekâ testi yapmadan önce duygusal zekâlarını kendi kendilerine tahmin etmeleri istenmiştir. Katılımcıların çoğunluğu duygusal zekâ düzeylerini belli ölçüde doğru olarak tahmin etmiş olsalar da cinsiyetleri kendilerine ilişkin değerlendirmeleri üzerinde etkili olmuştur. Kadınlar, kendi kendilerine yaptıkları değerlendirmelerle gerçek duygusal zekâ ölçümleri karşılaştırıldığında, genelde kendileriyle ilgili düşük tahminlerde bulunmuş olmalarına karşın, erkeklerden daha yüksek skorlar getirmişlerdir. (Mumcuoğlu, 2002)

Saf yüksek IQ tipi (yani, duygusal zekâdan ayrı tutulmuş olan), adeta, zihin dünyasında uzman, ancak kişisel dünyada yetersiz bir entelektüelin karikatürüdür. Profiller kadın ve erkeklerde hafif farklılık göstermektedir. Yüksek IQ'lu erkek, bekleneceği gibi, geniş bir entelektüel ilgi ve yetenekler dizisine sahiptir. Hırslı, üretken, istikrarlı, sebatkâr ve kendi sorunlarını dert etmeyen birisidir. Ayrıca eleştirici, tepeden bakan, titiz, duygularına gem vuran, cinsellik ve duygusal deneyimler konusunda tutuk, kendini açmayan, mesafeli, duygusallık açısından ise kayıtsız ve soğuktur.

Buna karşılık, duygusal zekâsı yüksek erkekler, sosyal açıdan dengeli, dışa dönük ve neşeli, korkaklığa veya derin düşünmeye yatkınlığı olmayan kimselerdir. Sorumluluk alma, etik bir görüşe sahip olma özellikleri dikkat çeker.

İlişkilerinde başkalarına karşı sevecen ve ilgilidirler. Zengin, ama yerli yerinde bir duygusal yaşamları vardır. Kendileriyle, başkalarıyla ve yasadıkları sosyal dünyayla barışıktırlar.

Salt yüksek IQ'lu kadınlar kendilerinden beklenen entelektüel güvene sahiptir. Düşüncelerini akıcı bir şekilde ifade edebilir, entelektüel konulara değer verir ve geniş bir entelektüel ve estetik ilgi alanına sahiptirler. Bu tip kadınlar aynı zamanda kendi kendilerini tahlil edebilen, kaygıya, derin düşünmeye, suçluluk duymaya yatkın, ayrıca öfkelerini açıkça belli etmekten kaçınan (dolaylı yoldan bunu yapan) kişilerdir. Duygusal zekâsı yüksek kadınlar ise, aksine kendini ortaya koyabilen, duygularını doğrudan dile getiren, kendi kendilerine olumlu bakan, hayatta bir anlam bulan insanlardır. Ayrıca, erkekler gibi onlar da dışa dönük, neseli, duygularını uygun bir biçimde ifade edebilen (örneğin, sonradan pısmalık duyulan patlamalar halinde değil) strese kolay uyarlanabilen kimselerdir. Sosyal tavırları, yeni insanlara kolayca ulaşmalarını sağlar. Kendileriyle barışık olmaları, oynak, içtenlikli ve duygusal deneyime açık olmalarına yol açar. Saf IQ kadınlarının aksine, ender olarak kaygı ya da suçluluk hisseder veya derin düşüncelere dalarlar.

Bu portreler tabii ki uç örneklerdir; hepimizde, IQ ve duygusal zekânın farklı bir karışımı vardır. Ancak, her bir boyutun kişiye ayrı ayrı ne gibi özellikler kattığını görmemizi sağlayan bir bakış açısı sunmaktadırlar. Bir kaside hem bilissel hem duygusal zekâ olduğu ölçüde, bu portreler örtüsür. Yine de, insanı insan yapan niteliklerin çoğu, duygusal zekadan gelmektedir.

2.8. DUYGUSAL ZİHİN ÖZELLİKLERİ

- Duygusal bir durumda, duygusal zihin akılcı zihinden çok daha hızlı harekete geçer ve ne yaptığını gözden geçirmeden eyleme atılır. Duygusal zeka bizim tehlikeye karşı radarımızdır. Acil durumlar karşısında ne yapacağımızı ya da nasıl karşılık vereceğimizi düşünmeye zaman harcamadan tepki vererek bizi harekete geçirir. Örneğin balkondan düşmek üzere olan annenin çocuğunu kurtarması gibi
- Duyguyu başlatan şeyle, duygunun patlak vermesi arasında geçen süre çok kısadır. Bu nedenle algıyı tartarak değerlendirmeye zaman kalmaz. Bu hızlı algılama tarzı sürat uğruna isabetliliği feda eder. Çünkü genel görüntüye ya da onun en çarpıcı yanlarına karşılık verir. Her şeyi bir bütün olarak ve bir arada görerek, dikkatli bir analize zaman ayırmadan tepki gösterir. Örneğin geç kaldığı için eve pencereden girmeye çalışan kızını hırsız zanneden babanın, kızına ateş ederek öldürmesi gibi.
- Duygusal zihin mantığı çağrışımsaldır, bir gerçeği simgeleyen ya da onun bir anısını çağrıştıran öğeleri, o gerçekliğin aynısı olarak kabul eder. Duygusal zihne göre önemli olan, bir şeyin nasıl algılandığı ve nasıl görüldüğüdür. Bir şeyin bize ne hatırlattığı, ne olduğundan daha önemli olabilir. Akılcı zihin nedenlerle sonuçlar arasında mantıksal bağlantılar kurarken, duygusal zihin ayım yapmadan sadece benzer çarpıcı özellikleri dikkate alır. Örneğin, mavi çorabını giyerek gittiği bir sınavın iyi geçmesi üzerine, her sınava aynı mavi çorapla giden bir öğrencinin davranışı gibi.

- Bir olayın herhangi bir özelliği geçmişin duygu yüklü bir anısına benzer görünürse, duygusal zihin hatırlanan olayla ilgili duyguları başlatarak buna tepki verir. Başka bir deyişle, duygusal zihin şimdiki zamana sanki geçmiş zamanmış gibi tepki verir. Örneğin küçükken anne babası arasındaki kavgalar sık sık tanık olan çocuğun daha sonra herhangi bir kavga ortamında da aynı korkuyu yaşaması.

- Duygusal zihin birçok açıdan çocuksudur ve bu özelliği duygu güçlendikçe artar. Duygusal zihnin çocuksu özelliklerinden biri her şeyin siyah ve beyaz olduğu grilerin olmadığı kategorik düşüncedir. Örneğin bir sınavdan başarısız olan kişinin, “ben başarısız biriyim” şeklinde düşünmesi gibi. Bu çocuksu tarzın bir diğer işareti de kişiselleştirmedir. Örneğin “ne zaman pikniğe gitmeye kalksam yağmur yağar.” diyen bir kişi, olayları ben merkezli bir sapma eğilimiyle algılanmaktadır. Çocuksu tarz kendi kendini doğrular, inançlarını zayıflatacak anıları ya da gerçekleri bastırarak ya da göz ardı ederek, sadece destekleyenlere tutunur. Akılcı zihnin inançları seçicidir, yeni kanıtlar geldiğinde değiştirilebilir. Duygusal zihin ise inançlarını mutlak doğrular olarak kabul eder ve bunlara ters düşen kanıtları kabul etmez. (Klinik Psikiyatri 1999; 1; 12-20 Tuğrul Ceylan.)

- Duygusal zihnin işleyişi duruma bağlıdır ve belirli bir anda yükselen hangi duygu ise onun doğrultusundadır. duygunun mekaniğinde her hissin kendine özgü düşünce, tepki ve hatta anılar repartuarı vardır. Durma bağlı bu repartuarlar. Yoğun duygu anlarında en baskın hale gelirler. Bu tür bir repartuarın etkin olduğunun bir işareti de seçici bellektir. Düşünüş ve ifade tarzımız kendinizi mutlu hissettiğimizde farklı, kızgın ya da canımız sıkın iken farklıdır. Örneğin öfkeli bir şekilde evden çıkan birinin, trafik kurallarına uymayan sürücülere diğer günlere göre daha fazla tepki göstermesi gibi. (Ekman 1992, Epstein 1993, Brodsky 1993)

2.8.1. Duygusal Zihin - Akılcı Zihin

Salt zekaya, yani IQ'nun ölçtüğü şeye verdiğimiz değer ve önemde çok aşırıya gitmişiz. Duygular bize hakim olduğu sürece zeka - iyi ya da kötü – hiçbir işe yarmaz.

Goleman

IQ sizi işe aldırır; ancak sizi terfi ettiren EQ'dur.

Nancy Gibbs

Örnek: Öğrenci sınav notu düşük olduğu için hocasını bıçaklar. Çocuk başka okula geçer üstelik okulunu da en yüksek notla bitirir. Fakat hiçbir zaman hocasından özür dilemez.

Soru: Bu kadar zeki biri nasıl böyle bir şey yapar?

Cevap: IQ'nun duygusal zeka ile ilgisi yoktur. (Goleman, 2001;51)

Yıllardır bireyin işlevselliğinin ve başarısının IQ ile doğru orantılı olduğu bilinmekteydi. Ancak son zamanlarda artık duygusal zeka yani EQ'nun da başarıda önemli rolü olduğu düşünölmeye başlanmıştır. IQ daha çok bireyin zeka fonksiyonlarını değeriendirmekte buna karşılık EQ bireyin duygusal sentez, tespit ve fonksiyonların ortaya koymaktadır. Neredeyse yüzyıldır, yüzlerce birey üzerinde yapılmış araştırmalara dayanan IQ 'nun aksine duygusal zeka yeni bir kavramdır.

IQ'nun kişinin hayatındaki başarısın katkısı yüzde yirmidir. Geri kalan yüzde seksenini belirleyen ise duygusal zekadır.(Howard Gardner, "Cracking open the boks"; Goleman , 2002) . Öğrenilebilir bir takım becerilerden oluşan EQ bireyin yası ilerledikçe gelişebilmektedir. İlerleyen yaşlarıyla birlikte bireylerin toplumsal ilişkileri ve çevrelerindeki olayları daha dengeli değeriendirmeye başladıkları, daha uyumlu, daha kontrollü ve genel olarak etkin iletişim kurabildikleri belirtilmektedir. (<http://www.huseyinkomurcuoglu.com.tr>.)

2.8.2. DUYGUSAL ZEKA YETENEKLERİ

a. Özbilinç – kendini tanıma:- Bir duyguyu oluştururken fark edebilme duygusal zekanın temelidir. Duyguların her an farkında olma yeteneğı psikolojik sezgi ve kendini anlama bakımından şarttır. Gerçek duygularımızı fark edememek bizi onların insafına bırakır. Duygularını tanıyan kişiler, hayatlarını daha iyi idare ederler, örneğın kiminle evleneceğinden hangi işe gireceğine kadar kişisel karar gerektiren konularda ne düşündüklerinden çok daha emindirler.

b. Duyguları idare edebilmek: Duyguların uygun biçimde idare edebime yeteneğı özbilinç temeli üstünde gelişir. Bu yeteneğı zayıf olan kişiler sürekli huzursuzlukla mücadele ederken, kuvvetli olanlar ise hayatın tatsız süprizleri ve terslikleriyle karşılaştıktan sonra kendilerini daha kolay toparlayabilmektedir.

c. Kendini harekete geçirmek: Duyuları bir amaç doğrultusunda toparlayabilmek, dikkat edebilme, kendini harekete geçirebilme, kendine hakim olabilme ve yaratıcılık için gereklidir. Duygusal özdenetim doyumunu erteleyebilme ve fevri davranışları zapt edebilmek her başarısının altında yatan özelliktir. Tıkanıp kalmama, her tür yüksek performansı mümkün kılar. Bu beceriye sahip kişiler, yaptıkları her işte daha üretken ve etkili olabilmektedirler.

d. Başkalarının duygularını anlayabilme: Duygusal özbilinç temeli üzerinde gelişen diğeri bir yetenek olan empati, insanlarla ilişkide temel beceridir. Empatik kişiler başkalarının neye ihtiyacı olduğunu, ne istediğini gösteren belli belirsiz sosyal sinyallere karşı daha duyarlıdır. Bu da onları insan bakımıyla ilgili mesleklerde öğretmenlik, satıcılık ve idarecilikte başarılı kılar.

e. İlişkileri yürütebilmek: İlişki sanatı, büyük ölçüde başkaların duygularını idare etme becerisidir. Beceriler, popüler olmanın, liderliğin, kişiler arası ekililiğin altında yatan unsurlardır. Bu becerilerini çok geliştirmiş kişiler, insanlarla sürtüşmemiz bir iletişim kurar ve her alanda başarılı olur, parlak bir sosyal yaşam sürdürürler. (Goleman 2001; 61)

2.8.3. YAŞAMIN HER ALANINDA DUYGSAL ZEKA

Duygusal zeka kavramı hayatımızın her alanındadır. Çünkü nerede olursak olalım duygularımızda yanımızdadır. Duygularımız çocuklarımızı nasıl iyi yetiştireceğimizi, nasıl başarılı olacağımızı ve diğer insanlarla ilişkilerimizi belirler.

Kendimizi zaman zaman mutsuz hissederiz. Bu tür durumlarda, mutsuzluğumuzu gidermek için güçlü olanı yani duygularımızı bastırarak inkar etmeyi seçmekteyiz. Başka bir deyişle; düşünen beynimizi, hisseden beynimizin üstünde tutmaya çalışmaktayız. Bu iki beynin duygularımızda ve hayatımızda oynadığı roller, duygusal zeka araştırmasının en önemli odak noktalarından biridir. Her beynin değişik bir işlevi vardır ve en iyi sonucu bu iki beyin beraber, uyum içinde çalıştıklarında almaktayız.

Duygusal zeka araştırması sonuçları daha iyi ihtiyaçlarımız oluşmadan, doğanın duyguları milyonlarca yıl boyunca geliştirdiği gerçeğini desteklemektedir. Hepimiz insanız ve evrensel ihtiyaçlarımızın biri karşılanmadığında bazı olumsuz duygular hissederiz. Birtakım sebepler bizi iyi hissettirir ya da kötü hissettir. Buna göre duygusal zekayı nelerin iyi nelerin kötü hissettirdiğini bilmek diye tanımlayabiliriz.

Çocukluğumuzun ilk yıllarında neyi söyleyip neyi söylemememiz, neyi yapıp neyi yapmamamız, neyin kabul edilebilir neyin kabul edilemez olduğu hep bize söylenmiştir. Ayrıca nasıl hissetmememiz bile bize söylenmiştir.

Toplumsal çevrenin de bireyin duyguları üzerinde etkisi vardır. İçimizden geldiği gibi davranmamız bazen çevrece hoş karşılanmaz. Toplumsal çevre duyguları baskılar çünkü insan toplumda onaylanmak ister. Ama aslında duygularımız bireyseldir ve bizi diğer insanlardan ayıran yanımızdır. Bir toplumdaki herkes aynı şeye inanabilir, aynı sloganı atabilir, aynı şeyleri giyebilir; ama aynı duyguları hissedemez muhakkak kişiler arasında duygusal farklılıklar vardır.

Duygusal yaşantıyı oluşturan etmenleri:

- Bireyin istek ve beklentilerine uymayan durumlar
- Bireyin kişiliği ile bilişsel yetileriyle çatışan durumlar
- Bireyin aile, ekonomik, siyasal, sosyal vb. sorunlarla karşılaşması
- Bireyin hastalıkları
- Doğal ortam

Duygusal yaşamın kaynağı nesnel ortamın ve koşulların bireyi etkileme biçimidir Duygusal yaşantı bireyin günlük yaşamındaki konumuna göre değişir Örneğin freni patlamış bir araba düşünürsek, arabanın şoförü panik, evine doğru geldiğini gören kişi korku içindedir. (Hamdullah Aktaş, İnsanda Duygusal Yaşantı;39)

2.9. EĞİTİMDE DUYGUSAL ZEKA

Duygusal zekanın öğrenilmiş alışkanlıklar temeline dayandığı görüşü, uzmanları bu alandaki kapasitenin geliştirilmesinde eğitimin rolüne ve önemine yöneltmiştir. Eğitimin işlevi bireyin kendine özgü zeka profilini, toplum içinde gelişmesini sağlayacak görev ve alanlarda ustalaşmak için kullanılmasına yardım etmektir. Bu nedenle eğitimde zekanın belli bir yönünü değil farklı alanlarını birlikte geliştirmek amaçlanmıştır.(Goleman, 2001)

Duygusal zekanın gelişmesi ilköğretimden üniversiteye kadar tüm öğretim programlarında önem kazanmaktadır. Bir toplumun çağdaş uygarlık düzeyine yükselmesi ve bir bilim toplumu haline gelebilmesi kuşkusuz ki bunu meydana getiren bireylerin aldığı eğitimle doğru orantılıdır. İlk eğitim doğumla birlikte ailede başlamaktadır. Doğal olarak her anne ve baba ya da bu görevi üstlenen kişi kendisi için en doğru olanı uygulayarak dünyaya yeni gelmiş olan bu yeni bireyi topluma kazandırmaya çalışır; ancak insanlar farklı farklıdır ve herkesin yaşadığı hayat da farklı olmaktadır. Yetişkinlerin yaşadığı sorunlar çocuklara yansır ve bu durum onların yeni oluşmakta olan kişiliklerini değişik boyutlarda etkileyebilmektedir. Bu nedenle ailede çocuğa verilen eğitim büyük önem taşımaktadır.

Aileler artık çocuklarını hayata sağlam bir şekilde hazırlanmasında tam da yeterli kalmamaktadır. Bu sebeple de ailelerin çocukların duygusal ve sosyal yeterlilik eksiğinin telafisi için toplumların başvurabilecekleri tek yer okuldur. Hemen hemen her çocuk okula gittiğinden okul temel hayat derslerinin sunan bir yerdir.(Goleman, 2002; 348) Eğitimde aileden sonra okul gelmektedir. Okulda insan zekasının gelişim evrelerine uygun olarak öğrencilerin düzeylerine uygun bilgilerle donatılması beklenmektedir. Her çocuk okuldan aynı başarı ile mezun olamamaktadır. Yapılan araştırmalar üniversiteyi başarıyla bitiren her

öğrencinin hayatta aynı başarı gösteremediğini ve mutlu olamadığını ispatlamıştır. Bu bakımdan okulda verilen bilginin sadece bilgi yüklemeye dayalı olması hayat koşullarına bakıldığında hiç de yeterli olmadığı görülmektedir.

Duygusal zeka eğitimde başarının artırılmasında bir araçtır. Okulda başarısız olan çocukların hemen hemen tümü duygusal zeka öğelerinden biri ya da birkaçından yoksundur. Okullarımızda çocuklara hedef belirlemek, çeşitli sorunlara değişik çözümler getirmek, doğru zamanda doğru kararlar verebilmek, yaratıcı düşünmek gibi önemli beceriler de kazandırılması gerekir. Özellikle de ailesinden yeterli eğitim almayan çocukları düşünürsek müfredatımıza sevmek, sevilmek, değer vermek, değer görmek, paylaşmak gibi ihtiyaçların da dahil edilmesi gerekmektedir. Bu nedenle sınıfa giren her öğretmeni alan bilginin aktarırken buna sevgi, paylaşma gibi insani değerleri de katması gerekmektedir.

2.9.1. Duygusal Zekanın Eğitim Açısından Doğurguları

Çocuk bir öğretmenin sadece akademik değil, duygusal sorunlarını da dinlediğini bilirse, konuşmanın da yolu açılmış olur. (Goleman, 2001; 335)

Öğretmen ve öğrenciler arasındaki eş zamanlılık önemlidir. Sınıfta yapılan incelemeler öğretmen ve öğrencilerin hareketleri birbiriyle ne kadar eşgüdümlü ise etkileşim sırasında kendilerini o kadar yakın, mutlu, ilgili hissettiklerini gösteriyor. (Goleman, 2001, s.151) Duygusal zeka ile ilgili çalışmalar, akademik yönden parlak zekalı insanların gerek iş, gerekse özel yaşamlarında her zaman en başarılı kişiler arasında olmadıklarını ortaya koymuştur. Hepimiz okulda başarılı ama yaşama mutsuz ve/ veya başarısız ya da akademik testlerde başarısız ama sağduyu ve yaratıcılığa sahip, sosyal ilişkileri mükemmel insanlar tanırız. Uzmanlara göre akademik zekanın yaşamdaki başarıyı etkileyen faktörler içindeki payı en kötümser tahminle %4, en iyimser tahminle %20'dir. (Cooper & Sawaf 1997, Goleman, 2001)

Oysa son yıllarda yapılan araştırmalar, çocuklarda IQ testleri ile ölçülen zeka puanlarında bir artış ortaya koyarken, duygusal zeka açısından istikrarlı bir kötüleşme saptamaktadır. (Goleman, 2001) Toplumsal gelişme açısından olumsuz sinyaller veren bu durum uzmanları duygusal zekanın önemine dikkat çekerek, nasıl geliştirilebileceği konusunda çalışmalar yapmaya yönelmiştir.

Goleman'ın (2001) ulaştığı sonuçların tümü, duygusal zekanın hemen hemen her iş alanında, mükemmelliği yakalamakta üstün bir rol oynadığına işaret etmektedir. Yani duygusal zeka aklın sahip olduğu yetilerin kullanabilmesinde yaşamsal bir öneme sahip olduğudur. Diğer bir ifade ile duygular tanınıp yapıcı bir biçimde yönlendirildikleri takdirde zihinsel performansı artırırlar. Artık bilinmelidir ki, duygularını yönetemeyen insan, aklını da yönetememektedir.

Uzmanlara göre duygusal zeka düzeyi kalıtsal olarak tayin edilmediği gibi, gelişimi de sadece ilk çocukluk dönemlerinde gerçekleşmez. Genel bir kanı olarak 13-19 arasındaki

yaşlardan sonra pek fazla gelişim göstermeyen IQ'nun tersine, duygusal zekanın öğrenilme olasılığı oldukça fazladır ve yaşam boyu gelişmeye devam ederek daha yeterli düzeye ulaşabilir.

Duygusal zekanın öğrenilmiş alışkanlıklar temeline dayandığı görüşü, uzmanları bu alandaki kapasitenin geliştirilmesinde eğitimin rolüne ve önemine yöneltmiştir. Eğitimin işlevi; bireyin kendine özgü zeka profilini, toplum içinde gelişmesini sağlayacak görev ve alanlarda ustalaşmak için kullanılmasına yardım etmektir. Günlük pek çok performansta farklı zeka alanları uyum içinde çalışır ve birbirini etkiler. Bu nedenle eğitimde zekanın belli bir yönünü değil farklı alanlarını birlikte geliştirmek amaçlanmaktadır. Goleman'ın (2001) da "Duygusal Zeka Neden IQ'dan Daha Önemlidir" adlı kitabında vurguladığı gibi: "Günümüzde çocukların duygusal eğitimini şansa bırakıyoruz ve bunun sonuçları çok yıkıcı oluyor. Çözümlerden biri, okulların öğrenciyi sınıfta bir bütün olarak aklı ve kalbi birleştirerek asıl eğitilebileceğine dair bir vizyon geliştirmektir. Yakın gelecekte okullardaki eğitimin düzenli olarak öz bilinç, özdenetim, empatiyle dinleme, anlaşmazlıkları çözme ve işbirliği gibi temel insan becerilerini kapsayacağına inanıyorum." ifadesi önemli bir gerçeği dile getirmektedir.

Duygusal zekanın gelişimi, özellikle bir yandan bilişsel, diğer yanda da biyolojik olgunlaşma gibi gelişim süreçleriyle içi içedir. Bu gelişime okulun işlevi çok önemlidir. Özellikle ilkokula başlangıç ve ortaokula geçiş yılları çocuğun uyum sağlaması açısından iki kritik dönem olarak ele alınmalıdır.

Altı yaşından on bir yaşına kadar okul, çocukların ergenlik yaşamını ve sonrasını kuvvetle etkileyecek bir kaynaşma potası ve tanımlayıcı bir eğitsel deneyimdir. Bir çocuğun özdeğer hissi önemli ölçüde okul başarısına bağlıdır. Okulda başarısız olan bir çocuk kendi kendisinin yenilgisini hazırlayan tutumları harekete geçirerek tüm geleceğini karartabilir.

Okuldaki başarı da büyük ölçüde akademik zeka kadar duygusal zekaya bağlıdır. Çocukların okuldaki başarısızlıklarının ardında da duygusal zekadan yoksunluk yer almaktadır. Bir çocuğun okula hazır olması, nasıl öğreneceğine bağlıdır. Bunun da yedi ögesi vardır: güven, merak etme, amaç gütmeye, özdenetim, ilişki kurabilme, iletişim yeteneği, işbirliği yapabilme. Okuldan yararlanmak için gerekli temel özellikler olarak kabul edilen doyumu erteleyebilme, duygularını kontrol altında tutabilme, iyimser başkaları ile ilişki kurabilme, bir bakış açısına sahip olabilme, içsel güdülenme, işbirliği yapabilme... gibi beceri alanları duygusal zeka düzeyine bağlıdır. Bu özellikleri geliştirebilmek okullarda duygusal hedeflere yer verilmelidir.

Salovey ve Sluyter'e göre (1997) çocukların EQ düzeyi ile yetiştikleri çevre koşulları ve model aldıkları kişiler arasında yüksek bir korelasyon bulunmaktadır. Bu ilişki öğretmenleri, eğitim ortamını çok daha dikkatli ve bilinçli bir şekilde düzenlemeleri yanı sıra bu ortamda model alınan en önemli birey olmaları açısından önemli sorumluluklar yükler.

Okulda sınıf içi ve sınıf dışı etkinlikler sırasında duygusal zekanın geliştirilmesinde, son yıllarda eğitimde popüler olan çoklu zeka modeline yönelik uygulamalar yardımcı olabilir.

Çünkü bu yaklaşımın da temeline çocukların farklı zeka alanların geliştirmeyi hedefleyen zenginleştirilmiş öğrenme yaşantıları düzenlemesi gereklidir diyebiliriz.

Okul ortamının da öğrencilerin duygusal zekalarını geliştirmesinde öğrencinin tüm olarak gelişimini ve uyumunda önemli etkiye sahip olan öğretmenin katkısı vardır. Öğrenme duygulardan bağımsız gerçekleşmez. Bu sebeple de öğretmenlerin kendilerini bu alanda geliştirmeleri ve duygusal zeka alanındaki yeteneklerini kendi branşlarındaki ders etkinliklerinde nasıl işe koşulabileceğini kavramaları hedeflenmektedir. (Binnur Yeşilyaprak, sınıf öğretmenlerin rehberlik açısından rol ve işlevleri, milli eğitim sayı: 144, s: 27-30, 1999)

Duygusal zekanın eğitim açısından doğurgularını özetlersek;

- Duygusal zeka yetenekleri eğitimle geliştirilebilir ve güçlendirilebilir.
- Duygusal zekanın gelişimi anaokuldan yüksek öğrenime dek her eğitim kademesinde önemlidir.
- Hangi alanda olursa olsun öğrenme, öğrencinin duygularından bağımsız olarak gerçekleşmez.
- Duygusal zekanın ihmal edilmesi, akademik zeka kapasitesinin daha çok ve daha etkili kullanılmasını engeller. Dolayısıyla duygusal zekanın gelişimi akademik başarıyı artırır.
- Duygusal zeka kapasitesi her öğrencide vardır. Ancak çocuklar farklı zeka profilleri ile eğitim sürecine katılır.
- Öğretmenler, farklı zeka alanlarına eşit derecede önem vermelidirler.
- Öğretmenler, öğretme etkinliklerini planlamada, yürütmede ve değerlendirmede duygusal zeka alanını geliştirmeye yönelik etkinliklere de yer vermelidirler.
- Öğretmen öğrencileri anlaşılması gereken duyguları, düşünceleri, sorunları ve gereksinimleri olan bireyler olarak görebilmelidir.
- Ders etkinliklerinde duygusal zekanın işe koşulması önemlidir.
- Öğrenmeyi daha zevkli ve kalıcı hale getirir. Duygusal zekanın gelişimi ile ilgili çalışmalar okuldaki disiplin sorunları, sosyal ve psikolojik problemleri azaltmada yardımcı olur.
- Duygusal zekayı geliştirmeye yönelik çalışmalarda cinsiyet farkı dikkate alınmalıdır. (Binnur Yeşilyaprak, Duygusal Zeka Ve Eğitim Açısından Doğurguları, www.dzp.com.tr, 2008 makale)

Öğretmenler derslerini planlarken duygusal zeka kapsanma giren özbilinç, özdenetim, duyguları yönetme, motivasyon, empati ve sosyal ilişkileri geliştirmeleri açısından neler yapılabileceğini, duygusal zekayı öğretime nasıl katabileceğini düşünmeli, bu konuya önem vermeleri gerekmektedir.

Beynin gelişimini kalıtım ve deneyim etkiler. Bu ikisinin karışımı beyin gelişimini biçimlendirir. Gelişimin çoğu doğumdan sonra olduğu için gelişimi desteklemek, anne, baba ve ilerleyen yaşlarda öğretmenlerin çocuklara gösterdiği sıcak, duyarlı ve güvenli bakım ve ilgiyle sağlanır. Böylece duyguların idare edilmesi ve stresin azalmasına yardımcı olan biyolojik sistemlerin güçlendirilmesi sağlanmış olur.

2.9.2. Duygusal Okuryazarlık

Son yıllarda araştırmacılar tarafından stres, depresyon, travma sonrası stres bozukluğu ve çatışma gibi olumsuz durumlarda bireyin duygusal zekasını kullanarak uygulaması gereken tepki programıdır. Bu kavram yurtdışında okuldaki şiddeti engellemek amacıyla uygulanan bir kurs programıdır. Öğrencilere çatışmaları halletmek için saldırganlık dışında çeşitli seçeneklere sahip olduklarını gösteriyor. Şiddetin faydasız olduğunu gösterip yerine somut beceriler konulmaktadır. Böylece öğrenciler haklarını şiddete başvurmadan korumayı öğrenmektedirler. Uygulanması gereken öneriler bireyin tüm yaşamında kullanabileceği türdendir.

Araştırmalarda öğrenciler yaşadıkları çatışmayı halletmelerine yardımcı olabilecek adımları düşünüyorlar. Karşılaştıkları olumsuz olayları zihinlerinde canlandırmaktadırlar. Ve yaptıkları davranışın sonuçlarını stresli hallerini düşünüyorlar. Bu ortamı yatıştırmak için neler yapılabileceği konusunda çeşitli varsayımlar oluşturuluyor.

Anlaşmazlıkların ve çatışmaların çözülmesinde daha ılımlı bir bakış açısı oluşturulmasına yardımcı olmaktadır. Bu bakış açısı bireyin özel hayatında, iş hayatında ve okul hayatında karşılaşılabileceği durumlarda sorun çözücü olmasını sağlamaktadır. Anlaşmazlık üzerinde durmaktansa anlaşmazlığı çözücü yollar aranması. İletişimi etkinleştirme, olumsuz düşünmeyi engelleme, empati yapabilme, farklı düşünebilme davranışları örnek verilebilir. En açık tanımıyla bilgi sahibi olmadan fikir sahibi olmama ve objektif değerlendirme yapabilme.(Gönül Dangaç,, <http://mobbingturkiye.googlepages.com>; <http://www.kisiselbasari.com/Makale.asp?ID=85> 12 11 09)

Duygusal okuryazarlık okullara, çocukların sosyalleşmesinde etkisiz olan ailelerin bıraktığı boşluğu doldurmak için ek bir görev yüklüyor. Bu görevlerden bir tanesi öğretmenin gelenekçilikten kurtulması diğeri ise öğretmenin niteliğidir. Çünkü öğretmenin sınıfı idare ediş tarzı duygusal yeterlilik ya da yetersizlik bakımından başlı başına bir modeldir.

Çocuklar duygusal okuryazarlık dersleri ile örneğin bir kavga anının canlandırmasını yaparak soruna çözüm bulmaya çalışırlar. Böylelikle sınıflarda çatışmaya neden olan şeyler iletişime girmek, varsayımlarda bulunmak, insanların ne söylediğini anlamakta güçlük

çekmek gibi bunlar yaratıcı drama tekniği ile canlandırılarak bu gibi sorunların nasıl çözülebileceğine ilişkin beyin fırtınası yöntemi uygulanabilir. Öfke gibi sorunların çözümünü ileriki yaşlara bırakmama gerekir çünkü bir çocuk eğer saldırgansa yetişkinlikte de aynı eğilimi gösterir ya da gösterme oranı en çok bulunandır.. Şimdiye kadar hep çocukların akademik olarak başarısız olmasından rahatsızlık duyan eğitimciler son yıllarda artış gösteren okuldaki yaşanan gerilimler sebebiyle öğrencilerin duygusal durumlarına da önem verilmesi gerektiğini fark etmişlerdir. Çünkü başarının da önünü kapayan aslında duygusal becerilerden yoksunluktur.(Goleman, 2001)

2.9.3. OKULLARDA DUYGUSAL ZEKA

Günümüzde yapılan araştırmaların sonuçlarından bazılarına göre, çeşitli nedenlerden dolayı insanlar arası ilişkide kopukluk olduğu, en zengin ülke insanların bile mutsuz olduğu, hayatta başarı için sadece IQ'nun yeterli olmadığı görülmektedir. Bu ve buna benzer önemli eksikliklerin giderilmesi, duyguların eğitilmesi yani duygusal zeka eğitimi ile mümkündür. İnsan beyninin nasıl çalıştığına dair yapılan araştırmalar göstermiştir ki duygusal becerilerin gelişimi, doğumdan gençliğin sonuna kadar devam eden gelişim çağında daha kolay olmaktadır. Bu nedenle bu okullarda verilecek olan duygusal eğitim öne çıkmaktadır. Bu eğitim ise her çocuk için mutlaka gerekli beceri ve anlayışların bir bütünüdür. Amaç eğitmek için duyguyu kullanmak yerine bizzat duygunun kendisini kullanmaktır.

Sosyal ilişkilerde zorluk çeken çocukların sosyal becerileri öğrenebilmeleri için değişik yollar vardır. Maalesef okullarda işbirliği, empati anlaşmazlıklara çözüm bulma, duyguları kontrol etme ve iletişim becerileri gibi konular ders olara işlenmiyor. Bugün okullarda sosyal ilişkilerde zorlanan ve başarılı olamayan pek çok çocuk vardır. bu tür durumlarda zorlanan çocuklar kendilerini yalnız, şaşkın ve dünyayla uyum içinde olmadıklarını hissederler bu tür çocuklar sosyal becerileri zayıf olduğu için arkadaşları tarafından da reddedilirler. Bu tip çocuklar okulda, sınıf içi faaliyetlerde ve teneffüslerde oyun sırasında çevreleri çocuklarla dolu olmasına rağmen, sosyal beceri ve duygusal beceri eksikliği yüzünden kendilerini dışlanmış hissederler.

Cohen bu tür çocuklar için okula gitmenin dehşet verici bir şey olduğunu ve arkadaşlığın acı verdiğini söylerler.(Cathi Cohen, Raise Your Childs Sosial IQ; Nuray Kansu, Eray Beceren) Bu çocuklar için karmaşık bir matematik problemi çözmek bir arkadaşla sohbet etmekten daha kolaydır. Onlar için ileri düzeyde bir bilgisayar oyunu öğrenmek son derece eğlenceliyken, bir arkadaşın problemini dinleyip ona yardım etmek çok büyük işkencedir.

Bu tür çocuklar duygusal zekadan yoksun ve sosyal öğrenme zorluğu olan çocuklardır. Çoğu kez çocuğun sosyal sorunları öğrenme zorluğundan daha önemli hale gelir. Bu tür sorunlarda ileride duygusal sorunlara ve ergenlik çağında suç işleme, depresyon gibi ciddi sorunlarla karşılaşmasına neden olur. Bu tür durumlarda öğretmenlere düşen görevlerden birkaçı da uygun sosyal ortamı sağlanması, faaliyetlerin uygulanması ve ona örnek olması ile öğretilir.

Duygular okulda nadir olarak yer almaktadır. Anaokulları ve ilkokul gibi küçük yaş sınırları dışında kalan okullarda bütün çabalar bilgiye dayalı beceriler üzerine yoğunlaşmıştır. Bu sebeple de öğretmenlerin aynı zamanda duygusal becerilerini geliştirme yönüne eğitim vermeleri gerekmektedir.

Bir toplumun gelişmesindeki en önemli öge insandır. Kendine güvenen, yetenek ve ilgilerinin farkında olan, doğru kararlar alabilen, kendisi ve çevresiyle barışık, empatik, üretken, uyum içinde olan, sorumluluk sahibi bireyler başarılı ve mutlu bir hayat sürmektedir ve aynı zamanda içinde bulundukları toplumun da mutlu ve başarılı olmasında etkili bir birey olmaktadır. Bir bireyin böyle özelliklere sahip olmasında en etken faktör önce ailesi sonra öğretmenleridir. Bunun için öğretmenler öğrencileri iyi tanımalı ve ihtiyaçları nedir bilmelidir.

Çocukların kendilerini tanımaya, yeteneklerinin farkına varmaya öğrenmeye, başarılı olmaya, hayatta karşılaştıkları zorluklarla baş edebilmeye, iyi ilişkiler içinde olmaya, oldukları gibi kabul edilmeye sevilme-sayılma, özgüven kazanmaya, düzenli bir yaşantıya, gülmeye, eğlenmeye, hoş vakit geçirmeye ihtiyaçları vardır.

Çocukların bu ihtiyaçlarını karşılarken anne-baba ve öğretmenlerin göz önünde bulundurması gereken şeyler vardır bunlar ise:

- Çocukların hepsi birbirinden farklıdır.
- Her birinin yetenekleri, farklı ilgi alanları ve farklı öğrenme düzeyler vardır.
- Her biri farklı yollarla öğrenir ve bunun için farklı öğrenme ortamlarına ihtiyaç duyarlar.
- Uygun öğrenme ortamı sağlandığında başarısız öğrenciler de mutlaka yetenekleri çerçevesinde başarıya ulaşacaklardır.
- Duyguların öğrenme üzerine etkisi çok önemlidir.
- Öğrenme, duygusal açıda pozitif ve stressiz ortamda gerçekleşir.

2.9.4. Okullarda Geliştirilmesi Gereken Duygusal Özellikler

Özbilinç: En temel duygusal becerilerden biri duyguları tanımak ve bunlara bir isim verebilmektir. Düşünceler, duygular ve hareket arasındaki ilişkinin bilincinde olmak da çok önemlidir.

Duyguları yönetme: Duyguların arkasında ne olduğunu kavramak çok önemlidir. Kızgınlık, korku, endişe ve üzüntü ile başa çıkmak için yollar bulmak gerekmektedir. Örneğin biri üzgün olduğunda onu nasıl yatıştıracağını bilmek gibi. Bir olayın en hareketli anında, söylemek ya da yapılmak üzere olan şeyin ne olduğu hakkında karar vermek için nasıl zaman kazanılacağını anlamak ve duygular baskın geldiğinde neler yapacağını bilme gerekmektedir.

Empati: Bir durumu değerlendirip başkalarının hislerini anlamayı gerektiren uygun davranışlarda bulunabilme ve onların perspektifine sahip olabilmektir. Kişisel duygularımıza kapılmadan başkalarını dinleyebilme önemlidir. Başkalarının ne yaptığı ya da söylediği ile kişisel tepki ve yargıları ayırt edebilmeye ihtiyaç vardır.

İletişim: Nitelikli ilişkiler geliştirmek, herkesin üzerinde pozitif bir etki yaratmaktır.

İşbirliği: Etkin bir işbirliği için liderin nasıl, ne zaman hareket edeceğinin bilinmesi zorunludur. Etkin liderlik insanların birlikte çalışsın yardım etme becerisidir

Uyuşmazlıkların çözümü: Çatışma içindeki insanlar genellikle kendi kendilerine sürdürdükleri bir duygusal duruma girerler. Çoğu uyuşmazlıkların çözümü, diğer duygusal becerilerin kullanılmasıyla mümkün olmaktadır.

2.9.5. Duygusal Zeka ve Edebiyat Eğitimi

Edebiyat duygu, düşünce ve hayallerin dil aracılığıyla sözlü veya yazılı olarak biçimlendirilmesi sanatıdır. (TDK Sözlüğü, 2005)

Duygusal zekanın edebiyat eğitimde faydaları şu şekilde özetlenebilir:

- Endişe depresyonu önleme
- Akademik başarıyı artırma
- Gelecek hayatlar için kalıplar kurma
- Tüm deneyimleri herkes için daha tatmin edici ve eğlenceli hale getirme
- İşverenler tarafından rağbet gören becerileri geliştirme (Steve Darn, www.developingteachers.com)

Öğretmenin görevi, duyguların ifade edilmesini mümkün kılan dile dikkati çekmektir. Bu dil temel olarak birkaç ana fiil, çok çeşitli sıfatlar ve kipliklerin kullanımından oluşur.; fakat en iyisi, işlevlerinin vurgulanmasıdır bu işlevler;

- İnsanları adlandırmaktansa, sen duyarsızsın, duyguları adlandırmak örneğin sabırsız, incinmiş, buruk hissediyorum gibi.
- Düşünceler , ... gibi hissediyorum, hissediyorum, ve duygular arasında ayırım yapma.
- Duygular için sorumluluk alma örneğin sen beni kıskanıyorsuna karşı kıskanıyorum.
- Duygulara saygı duyma ... yapsam nasıl hissederdim, yapmasam nasıl hissederdim
- Empati gösterme anlıyorum, kabul ediyorum, fark ediyor gibi.
- Olumlu olma örneğin ne daha iyi hissetmeme yardım eder.
- Tavsiye etme yapmalıyım,yapmalısın yerine önerme yapabilirim yapabilirsin.
- Zorunluluklar yapmak zorundayım yerine istek ve ihtiyaçları yapmalıyım, yapabilirim, yapmam gerek, yapmak istiyorum şeklinde dile getirme.

2.9.6. Sınıf Yönetimi ve Öğretme Teknikleri

- Derse başlama teknikleri öğrencilerin birbirlerini tanımalarına ve eğer konu alanı ile ilgililerse derslere ilgilerinin artmasına yardımcı olur.
- İlginin devamını sağlamak ve öğrenmenin farklı yaklaşımları ve bireysel öğrenme tarzlarına izin vermek için çeşitli etkinlikler.
- Rol yapma ve taklitler dikkatlice oluşturulmalı ve gerçek dünyayla ilgili olmalı. Öğrencilere rehberlik edilmeli ve rollerine uyum sağlamaları için zaman tanınmalı, yönlendirilmiş fantazi ve drama teknikleri bu süreçte kullanışlı araçlardır.
- Grup çalışması işbirliğini teşvik eder grup düzeni sıklıkla değiştirilmelidir çünkü duygusal zekaları yüksek öğrencilerin birlikte çalışma eğilimi vardır; fakat duygusal zeka aynı zamanda örneklerle de öğrenilebilir. Etkinlikler bütün
- katılımcıların katkıda bulunacağı ve aynı sonucun alınacağı şeklinde düzenlenmelidir.

- Proje çalışması. Öğrenciler çoğu zaman rekabetçidir. Grubun değerlendirilen ve değerlendirilmeyen projelerin tamamlanması da işbirliğini teşvik eder.
- Performans hakkında geri bildirim sağlama ve beklenileni açıkça belirtme. Geri bildirim belirli, nesnel ve performansın öğrencinin değiştirebileceği bir yönün yoğunlaşmış olması gerekir.
- Ödevler hakkında ve öğrencilerin ödev yaparken ne hissettikleri ile ilgili geri bildirim alma
- Beyin fırtınası ve tartışma bir konu üzerinde bilgi ve düşünceleri paylaşmayı teşvik eder.(Steve Darn, [www. Developingsteachers.com](http://www.Developingsteachers.com))

BÖLÜM III

YÖNTEM

3.1. ÇALIŞMANIN ÖLÇÜM BİRİMİ

Duygusal zeka üzerine yapılan çalışmalarda kullanılan ölçüm teknikleri psikolojik beceri testleri ya da kişinin değerlendirilmesine dayanan karma testler olarak çeşitlilik göstermekle beraber bütün bu çalışmalarda kullanılan ölçüm birimi bireyin kendisidir.

3.2. ÇALIŞMANIN SINIRLILIKLARI

Araştırmanın örneklemini 2009 – 2010 yıllarında Yakın Doğu Kolejinde öğretmenlik yapan öğretmenler oluşturmaktadır. Örnekleme ise rastlantısal örnekleme yöntemi ile seçilen 90 öğretmen oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplamak amacıyla 43 sorudan oluşmuştur ve uygulanmıştır. Araştırma öğretmenlerin sorulara verdiği cevaplar ile sınırdır.

3.3. ARAŞTIRMANIN MODELİ

3.3.1. Rastlantısal Örnekleme Yöntemi

Üzerinde araştırma yapılacak evrenin özelliklerini yansıtacağı düşünülen bir grup birimin (örneklemin) evrenden seçilmesi ve gözlemlerin bu birimler üzerinde yapılması kaçınılmaz olduğundan kullanılan örnekleme yöntemi “Basit Rastlantısal Örnekleme” İstatistiksel temsillikte kabul gören % 5 değerinin altında olmamasına özen gösterilmiştir. Örneklem genişliği 90 olarak belirlenmiştir. Araştırma için tasarlanan anket Yakın Doğu Okullarında çalışan 90 ortaöğretim öğretmenini kapsamaktadır.

3.4. ÇALIŞMADA KULLANILAN ENVANTERLER

3.4.1. Çalışmanın Analiz Yöntemi

Bu çalışma Lefkoşa ili, Yakın Doğu Koleji Okulu öğretmenlerinin duygusal zekâ düzeylerini belirlemek amacıyla yapılmıştır. Çalışma, Yakın Doğu Koleji Öğretmenleri’ni kapsamaktadır. Öğretmenlik mesleğinde sezgi, yaratıcılık, başkalarının duygularının farkında olma, kişiler arası ilişkilerde başarı, ön plândadır. Tüm bu sıralananlar duygusal zekâ yeterlilikleri kapsamına girmektedir. Bu araştırmada kullanılan anket Hakan Atamtürk tarafından geliştirilmiş ve kendisi ile yapılan görüşmede anketin kullanımı için izin alınmıştır. Bu çalışmada ölçeğin güvenirlik katsayısı Cronbach alfa 0,95 olarak bulunmuştur. Deneklere uygulanan anketlerden elde edilen veriler SPSS 17 (Statistical For Social Sciences for Windows) paket programından yararlanılarak çözümlenmiştir.

Ortaamaların yorumlanmasında ölçeğin seçenekleri, verilen puan ve puan aralıkları tablo 1 de verilmiştir.

Derecelendirme ölçeği

Verilen puan	Seçenek	Puan aralığı
1	Hiçbir zaman	1.00-1.79
2	Arada sırada	1.80-2.59
3	Bazen	2.60-3.39
4	Oldukça sık	3.40-4.19
5	Her zaman olmasa da sık	4.20-5.00

BÖLÜM IV: BULGULAR

4.1. BULGULAR

4.2. Öğretmenlerin cinsiyete göre dağılımı

Tablo 1'de öğretmenlerin cinsiyetlerinin frekans (f) ve yüzdelik (%) değerleri görülmektedir.

Çalışma Grubu		
Cinsiyet	f	%
Bayan	63	70
Erkek	27	30
Toplam	90	100.0

Tablo 1'de görüldüğü üzere, öğretmenlerini %70'i (n63 kişi) bayan, %30'u (n27 kişi) ise erkek öğretmenlerden oluşmaktadır. Çalışma grubu öğretmenlerin cinsiyetleri normal bir dağılım göstermediği için cinsiyet ile görüşleri arasındaki anlamlılık farkına bakılmamıştır.

4.3. Öğretmenlerin medeni haline göre dağılımı

Tablo 2'de öğretmenlerin medeni hallerinin frekans (f) ve yüzdelik (%) değerleri görülmektedir.

Çalışma Grubu		
Medeni Hal	f	%
Evli	63	70
Bekar	25	27,8
Boşanmış\Divorlu	2	2,2
Toplam	90	100.0

Tablo 2'ye bakıldığında öğretmenlerin %70'i (n63 kişi) evli, %27,8'i (n25 kişi) bekar ve %2,2'si de (n2 kişi) boşanmış veya dul öğretmenlerden oluşmaktadır. Çalışma grubu öğretmenlerin medeni halleri normal bir dağılım göstermediği için medeni hal ile görüşleri arasındaki anlamlılık farkına bakılmamıştır.

4.4. Öğretmenlerin eğitim düzeyine göre dağılımı

Tablo 3'de öğretmenlerin eğitim düzeyi frekans (f) ve yüzdelik (%) değerleri görülmektedir.

Çalışma Grubu		
Eğitim	f	%
Lisans	56	62,2
Master	34	37,8
Toplam	90	100.0

Tablo 3'e bakıldığı zaman çalışma grubunun %62.2'si (n56 kişi) lisans mezunu iken geriye kalan %37,8'i de (n34 kişi) master programını bitirmiş olduğu görülmektedir.

4. 5. Öğretmenlerin yaş düzeyine göre dağılımı

Tablo 4'de öğretmenlerin yaş frekans (f) ve yüzdelik (%) değerleri görülmektedir.

Çalışma Grubu		
Yaş	f	%
24,00	5	5,6
25,00	7	7,8
26,00	9	10,0
27,00	10	11,1
28,00	7	7,8
29,00	8	8,9
30,00	9	10,0
31,00	5	5,6
32,00	5	5,6
33,00	4	4,4
34,00	4	4,4
35,00	1	1,1
36,00	2	2,2
38,00	3	3,3
39,00	2	2,2
40,00	2	2,2
41,00	1	1,1
42,00	1	1,1
43,00	1	1,1
45,00	1	1,1
50,00	1	1,1
53,00	1	1,1
60,00	1	1,1
Toplam	90	100.0

Tablo 4'de bakıldığı zaman çalışma gurubunun %5,6'sı (n5 kişi) 24 yaşında %7,8'i (n7 kişi) 25 yaşında %10'u (n9 kişi) 26 yaşında %11,1'i (n10 kişi) 27 yaşında %7,8'i (n7 kişi) 28 yaşında % 8,9'u (n8 kişi) 29 yaşında %10'u (n9 kişi) 30 yaşında %5,6'sı (n5 kişi) 31 yaşında %5,6'sı (n5 kişi) 32 yaşında %4,4'ü (n4 kişi) 33 yaşında yine % 4,4'ü (n4 kişi) 34 yaşında %1,1'i (n1 kişi) 35 yaşında %2,2'si (n2 kişi) 36 yaşında %3,3'ü (n3 kişi) 38 yaşında %2,2'si (n2 kişi) 39 yaşında %2,2'si (n2 kişi) 40 yaşında %1,1'i (n1 kişi) 41 yaşında %1,1'i (n1 kişi) 42 yaşında %1,1'i (n1 kişi) 43 yaşında %1,1'i (n1 kişi) 45 yaşında %1,1'i (n1 kişi) 50 yaşında %1,1'i (n1 kişi) 53 yaşında %1,1'i (n1 kişi) 60 yaşında ki öğretmenlerin oluşturduğunu görmekteyiz.

4. 6. Öğretmenlerin mesleki branş düzeyine göre dağılımı

Tablo 5'de öğretmenlerin mesleki branşlarının frekans (f) ve yüzdelik (%) değerleri görülmektedir.

Çalışma Grubu		
Branş	f	%
Edebiyat Türkçe	17	18,9
Sosyal Bilimler (Tarih Coğrafya)	13	14,4
Fen Bil. (Fizik Kimya Biyoloji)	17	18,9
Matematik	9	10,0
Yabancı Dil (İng Alm Fr)	16	17,8
Diğer	18	20,0
Toplam	90	100,0

Tablo 5'e bakıldığı zaman çalışma gurubunun %18,9'unu (n17 kişi) Edebiyat ve Türkçe öğretmenlerinin %14,4'ünü (n13 kişi) Sosyal Bilimlere bağlı Tarih ve Coğrafya öğretmenlerinin %18,9'unun (n17 kişi) Fen Bilimlerine bağlı Fizik Kimya ve Biyoloji öğretmenlerinin %10'nunu (9 kişi) Matematik öğretmenlerinin %17,8'inin (n16 kişi) Yabancı Dil öğretmenlerinin %20'sinin de (n18 kişi) diğer öğretmenlerin oluşturduğunu görmekteyiz.

4. 7. Öğretmenlerin mesleki kıdemlerine göre dağılımı

Tablo 6'da öğretmenlerin mesleki kıdemlerinin frekans (f) ve yüzdelik (%) değerleri görülmektedir.

Çalışma Grubu		
Kıdem	f	%
1-5	50	55,6
6-10	27	30,0
11-15	8	8,9
16 +	5	5,6
Toplam	90	100

Tablo 6'ya bakıldığı zaman çalışma gurubunun %55,6'sı (n50 kişi) 1 ile 5 yıl %30'u (n27 kişi) 6 ile 10 yıl %8,9'u (n8 kişi) 11 ile 15 yıl ve son olarak % 5,6'sı (n5 kişi) 16 yıl üzeri mesleki tecrübeye sahip oldukları görülmektedir.

4. 8. Öğretmenlerin şuan bulundukları okuldaki kıdemlerine göre dağılımı

Tablo 7'de öğretmenlerin şu an bulundukları okuldaki mesleki kıdemlerinin frekans (f) ve yüzdelik (%) değerleri görülmektedir.

Çalışma Grubu		
Kıdem	f	%
1-5	58	64,4
6-10	27	30,0
11-15	3	3,3
16 +	2	2,2
Toplam	90	100

Tablo 7'ye bakıldığı zaman çalışma gurubunun %64,4'ünün (n58 kişi) 1 ile 5 yıl % 30'u (n27 kişi) 6 ile 10 yıl %3,3'ünün (nn3 kişi) 11 ile 15 yıl ve son olarak % 2,2'sinin (2 kişi) 16 yıl üzeri şu an bulundukları okuldaki mesleki tecrübeye sahip oldukları görülmektedir.

4.9. Alt Problem 1 Ortaöğretim öğretmenlerinin duygusal zeka düzeyleri nedir?

	Hiçbir zaman		Ara sıra		Bazen		Oldukça sık		Her zaman olmasa da sık sık		Toplam		X	SS
	f	%	F	%	f	%	f	%	f	%	f	%		
Duygularımı ifade ediyorum.	1	1	1	1	8	9	43	48	37	41	90	100	4,27	0,76
Kendime öğrenme becerisine güveniyorum.	0	0	6	7	15	17	42	47	27	30	90	100	4,00	0,86
Patlayan olaylara sakince cevap veririm.	2	2	8	9	34	38	29	32	17	19	90	100	3,56	0,97
Karar verirken duyguları göz önünde bulundururum.	3	3	10	11	23	26	33	37	21	23	90	100	3,66	1,06
Duygularımı ifade etmiyorum.	0	0	5	6	13	14	44	49	28	31	90	100	4,06	0,83
Birisi konuşurken onu dinlemek istediğini söyleyebilirim.	0	0	2	2	8	9	48	53	32	36	90	100	4,22	0,70
Başkalarının duygularını okuyabiliyorum.	0	0	2	2	13	14	46	51	29	32	90	100	4,13	0,74

1. Kendimi baskı altında hissettiğimde yapacağımı yapabiliyorum.	0	0	2	2	21	23	41	46	26	29	90	100	4,01	0,79
2. Her şeyin sürekli düşünmeye dayanan kuralları kurabilirim.	0	0	1	1	9	10	50	56	30	33	90	100	4,71	0,66
3. Eşitlikleri benimsiyebilirim.	0	0	2	2	13	14	47	52	28	31	90	100	4,12	0,73
4. Hayal kırıklığı sonrası çabuk toparlanabiliyorum.	3	3	7	8	25	28	27	30	28	31	90	100	3,78	1,08
5. İnsanlar üzerinde olumsuz etkileşimli bir etki vardır.	0	0	4	4	22	24	33	37	31	34	90	100	4,01	0,88
6. Zorluklar karşısında olumlu davranıyorum.	2	2	3	3	22	24	37	41	26	29	90	100	3,91	0,93
7. İnsanın içindeki duygusal dalgalanmaları kontrol edebilirim.	0	0	2	2	21	23	40	44	27	30	90	100	4,02	0,79
8. Diğerlerini etkileyebilirim.	4	4	0	0	12	13	42	47	32	36	90	100	4,09	0,94
9. Kendime değer veriyorum.	0	0	2	2	7	8	40	44	41	46	90	100	4,33	0,72
10. Özeleştiri yaparım.	1	1	1	1	13	14	45	50	30	33	90	100	4,13	0,78
11. Duygularım kontrol edilebilir.	1	1	1	1	15	17	45	50	28	31	90	100	4,09	0,79
12. Başkalarının yüz ifadelerinden düşüncelerini okuyabiliyorum.	0	0	3	3	15	17	42	47	30	33	90	100	4,10	0,79
13. Başkalarının duygularına kolayca ulaşabilirim.	1	1	4	4	17	19	42	47	26	29	90	100	3,98	0,87
14. Samimi olarak davranırım.	0	0	1	1	16	18	48	53	25	28	90	100	4,08	0,71
15. Saçma sorularla beni rahatsız edenlere sabırlı davranırım.	2	2	6	7	25	28	39	43	18	20	90	100	3,72	0,94
16. İnsanların ne düşündüğünü dikkatle izlerim.	0	0	3	3	15	17	50	56	22	24	90	100	4,01	0,74
17. Sorunlar karşısında sorun değil, çözüm bulmakla düşünürüm.	0	0	3	3	15	17	47	52	25	28	90	100	4,04	0,76
18. Kendime güveniyorum.	0	0	1	1	6	7	47	52	36	40	90	100	4,31	0,65
19. Aksine bir davranış görmedikçe insanları dost kabul ediyorum.	0	0	2	2	13	14	49	54	26	29	90	100	4,10	0,72
20. Kendi hatalarımla başa çıkabiliyim.	0	0	0	0	4	4	52	58	34	38	90	100	4,33	0,56
21. Öfkemi çoğu zaman kontrol edebilirim.	1	1	3	3	17	19	45	50	24	27	90	100	3,98	0,83

1. Stresli durumları bir biçimde ifade edebiliyorum.	0	0	4	4	28	31	38	42	20	22	90	100	3,82	0,83
2. Başkalarını anlamaya öncülük edebiliyorum.	0	0	4	4	14	16	46	51	26	29	90	100	4,04	0,79
3. Kendimi kolayca başkalarının yerine koyabiliyorum.	0	0	0	0	17	19	49	54	24	27	90	100	4,08	0,67
4. Eleştiriden ders alıyorum.	0	0	1	1	16	18	53	59	20	22	90	100	4,02	0,67
5. Başkalarını düzeltmek yerine kendimi düzeltmeye çalışıyorum.	2	2	3	3	27	30	36	40	22	24	90	100	3,81	0,92
6. Çalışma ortamında uyum sağlıyorum.	0	0	1	1	8	9	47	52	34	38	90	100	4,27	0,67
7. Üzüldüğüm zaman kendiliğimin farkındayım.	0	0	5	6	13	14	37	41	35	39	90	100	4,13	0,86
8. Kişilere sakince veririm.	1	1	3	3	18	20	44	49	24	27	90	100	3,97	0,84
9. Üzüntümü güçlü birer dille ifade edebiliyorum.	1	1	6	7	24	27	37	41	22	24	90	100	3,81	0,92
10. Korkunca sızgınlığımı ifade edebiliyorum.	14	16	16	18	21	23	24	27	15	17	90	100	3,11	1,32
11. Kendimin olumlu özelliklerini ifade edebiliyorum.	0	0	0	0	13	14	50	56	27	30	90	100	4,16	0,65
12. Aynaya bakıldığında kendimle barışık oluyorum.	0	0	2	2	11	12	46	51	31	34	90	100	4,18	0,73
13. Kusurlarımı ifade edebiliyorum.	0	0	2	2	16	18	43	48	29	32	90	100	4,10	0,77
14. Kusurlarımı düzeltmek için plan yapıyorum.	2	2	2	2	16	18	41	46	29	32	90	100	4,03	0,89
15. Sorumluluklarımı ifade edebiliyorum.	0	0	0	0	4	4	49	54	37	41	90	100	4,37	0,57
Toplam													4,04	

Tablo 8 incelendiğinde “Duygularımı tanıyorum” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 43(%48) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu37(%41) her zaman olmasa da sık sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Kendime gülebilme becerisine sahibim” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 42(%47) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 27(%30) her zaman olmasa da sık sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Patlayan olaylara sakince cevap veririm.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 34(%38) ile bazen seçeneğinde olduğu, bunu 29(%32) oldukça sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde Karar verirken duyguları gözönünde bulundururum” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 33(%37) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 23(%26) bazen ve 21(%23) her zaman olmasa da sık sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Duygularımı ifade ediyorum” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 44(%49) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 28(% 31) ile her zaman olmasa da sık sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Birisi konuşurken ima etmek istediğini anlıyorum” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 48 (%53) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 32 (%36) ile her zaman olmasa da sık sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Başkalarının hakkımda hissettiklerini anlayabiliyorum.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 46 (%51) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 29(%32) ile her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Kendimi baskı altında hissettiğimde ne yapacağımı biliyorum.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 41(%46) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 26 (% 29) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Uzun süreli güven dayanan ilişkiler kurabilirim. ” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 50 (% 56) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 30 (%33) ile her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Eleştirileri dinlerim” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 47 (%52) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 28 (%31) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Hayal kırıklığı sonrası çabuk toparlanıyorum. ” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 28(%31) ile hiçbir zaman seçeneğinde olduğu, bunu 27(%30) oldukça sık ve 25 (%28) bazen seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “İnsanlar üzerinde sakinleştirici etkim vardır.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 31(%34) ile her zaman olmasa da sık seçeneğinde olduğu, bunu 33 (% 37) oldukça sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “İnsanın içindeki duygusal dalgalanmaları anlarım.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 40 (%44) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 27 (%30) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Diğerlerini umursarım.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 42 (% 7) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 32 (%36) ile her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Kendime değer veriyorum.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 41 (%46) ile her zaman olmasa da sık seçeneğinde olduğu, bunu 40 (%44) oldukça sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Özeleştiri yaparım ” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 45(%50) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 30 (%33) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Duyularım istikrarlıdır..” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 45 (%50) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 28 (% 31) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Başkalarının duygularına kolayca ortak olabilirim.”maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 42 (%47) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 26 (%29) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “ Samimi olarak tanınırım ” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 48(%53) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 25 (%28) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Saçma sorularla beni rahatsız edenlere samimi davranırım.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 39 (%43) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 25 (% 28) ile bazen seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “İnsanların ne söylediğini dikkatle dinlerim..”maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 50 (%56) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 22 (%24) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Sorunlar karşısında sorun odaklı değil çözüm odaklı düşünebilirim.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 47 (%52) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 25 (% 28) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Aksine bir davranış görmedikçe insanları dost kabul ediyorum.”maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 49 (% 54) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 26 (% 29) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “ Kendime güveniyorum ” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 47(% 52) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 386 (% 40) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Kendi fikirlerimin sorumluluğunu alabilirim.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 52 (%43) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 25 (% 28) ile bazen seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Öfkemi çoğu zaman kontrol edebiliyorum.”maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 45 (% 50) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 24 (% 27) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Stesli durumları sakın bir biçimde idare edebilirim.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 38 (%42) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 28 (% 31) bazen seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “İlişkileri onarmaya öncülük ederim.”maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 46 (% 51) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 26 (% 29) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “ Kendimi kolayca başkalarının yerine koyabilirim ” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 49(% 54) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 24 (% 27) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Eleştriden ders çıkarırım.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 53 (% 59) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 20 (% 22) ile her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Başkalarını düzeltmek yerine kendimi düzeltirim.”maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 36 (% 40) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 27 (% 30) bazen seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Çalışma hayatında uyum içerisindeyim.”maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 47 (% 52) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 34 (% 38) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Üzüldüğüm zaman sinirlendiğim farkındayım.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 37 (%41) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 35 (% 39) er zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Kişilere sakince cevap veririm.”maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 44 (% 49) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 24 (% 27) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “ Üzüntümü güçlü görünerek dile getirebiliyorum. ” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 37(% 41) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 24 (% 27) bazen ve 22 (%24) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Korkunca saldırganlaştığımı farkındayım..” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 24 (% 27) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 21 (% 23) ile bazen seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Kendimin olumlu yönlerini görebiliyorum.”maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 50 (% 56) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 27 (% 30) ile her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Aynaya baktığımda kendimle barışık olduğumu düşünüyorum.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 46 (%51) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 31 (% 34) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Kusurlarımı görebiliyorum.”maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 43 (% 48) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 29 (% 32) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “ Kusurlarımı düzeltmek için plan yapıyorum ” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 41(% 46) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 29 (% 32) her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8 incelendiğinde “Sorumluluklarımı biliyorum.” maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 49 (% 54) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 37 (% 41) ile her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

. Tablo 8 incelendiğinde “Kendimin olumlu yönlerini görebiliyorum.”maddesine ilişkin görüşlerinde yığılmanın 50 (% 56) ile oldukça sık seçeneğinde olduğu, bunu 27 (% 30) ile her zaman olmasa da sık seçeneğinin izlediği görülmektedir.

Tablo 8’den de görülebileceği üzere katılımcılar ‘Kendime gülebilme becerisine sahibim’ maddesinde hiçbir zaman seçeneğini, ‘Duygularımı ifade edebiliyorum.’ Seçeneğinde hiçbir zaman seçeneğini, birisi konuştuğunda im etmek istediğini anlayabiliyorum, başkalarının hakkıda hissettiklerini anlayabiliyorum, kendmi baskı altında hissettiğimde ne yapacağımı biliyorum, uzun süreli güvene dayanan ilişkiler krabilrim, eleştirileri dinlerim, insanlar üzerinde sakinleştirici etkim vardır, insanın içindeki duygusal algınlmaları anlarım, kendime değe veriyorum,başkalarının yüz ifadelerinden düşüncelerin okuyabiliyorum, samimi olarak tanınırım, insanların ne söylediğini dikkatle dinlerim, kendime güveniyorum, aksine bir davranış görmedikçe insanları dost olarak kabul edebiliyorum, kendi fikirlerimin sorumluluğunu alabilirim, stresli durumları sakin bir biçimde idare edebilirim, ilişkileri onarmaya öncülük edebilirim, kendimi kolayca başkalarının yerine koyabilirim, eleştirilerden ders çıkarırım, çalışma hayatında uyum içerisindeyim, üzüldüğü zaman sinirlendiğimin farkındayım, kendimin olumlu yönlerini görebiliyorum, aynaya baktığıma kendimle barışık olduğumu düşünüyorum, kusurlarımı görebiliyorum, sorumluluklarımı biliyorum seçeneklerinde hiçbir zaman seçeneğini işaretlemişlerdir.

‘ Uzun süreli güvene dayanan ilişkiler kurabilirim ’ ifadesi gerçekleşme düzeyi en yüksek ($X = 4,71$) özellik olarak belirlenmiştir. Bunu ($X = 4,37$) ortalama ile” Sorumluluklarımı biliyorum” ve ($X = 4,33$)” Kendime değe veriyorum.”, ve ($X = 4,33$) “Kendi fikirlerimin sorumluluğunu alabilirim” maddesi izlemektedir.

“Korkunca saldırganlaştığımın farkındayım.”ifadesi gerçekleşme düzeyi en düşük($X = 3,11$) özellik olarak belirlenmiştir. Bunu ($X = 3,56$) ortalama ile “Patlayan olaylara sakince cevap verim.” Maddesi izlemektedir.

Bu çalışmada Tablo 8'den de görülebileceği üzere ortaöğretim öğretmenleri kendilerini duygusal zeka açısından üst düzeyde ($x = 4,04$) görmektedirler.

4.10 . Alt problem 2 ortaöğretim bayan ve erkek öğretmenlerinin duygusal zekaları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?

ortaöğretim bayan ve erkek öğretmenlerinin duygusal zekaları arasında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını ortaya çıkarmak üzere t-testi yapılmıştır.

Cinsiyet	N	X	S	Sd	T	P
Bayan	63	171,8	20,09	88	-1013	0,314
Erkek	27	176,4	19,31			

Tablo 9'dan da görülebileceği üzere araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık yoktur.

4.11. Alt problem 3 öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin yaş değişkenine göre anlamlı farklılık var mıdır?

öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin yaş değişkenine göre anlamlı farklılık olup olmadığını bulmak üzere Anova yapılmıştır..

YAŞ	Kareler Toplamı	Sd	Kareler Ortalaması	F	P
Gruplar arası	430	3	143	0,355	0,785
Grup içi	34684	86	403		
Toplam	35114	89			

Tablo 10'dan da görülebileceği üzere araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin yaş değişkenine göre anlamlı farklılık yoktur.

4.12. Alt problem 4 öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin medeni hal değişkenine göre anlamlı farklılık var mıdır?

Medeni Hal	Kareler Toplamı	Sd	Karele Ortalaması	F	p
Gruplar arası	640	2	320,5	0,809	0,449
Grup içi	34473	87	396,3		
Toplam	35114	89			

Tablo 11'den de görülebileceği üzere araştırmaya katıla öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin medeni hal değişkenine göre anlamlı farklılık yoktur.

4.13. Altproblem 5 öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin eğitim değişkenine göre anlamlı farklılık var mıdır?

Eğitim Düzeyi	N	X	S	SD	F	P
Lisans	56	175	18	88	1,37	0,174
Yüksek Lisans	34	169	21			

Tablo 12'den de görülebileceği üzere araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık yoktur.

4.14. Altproblem 6 öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin branş değişkenine göre anlamlı farklılık var mıdır?

Branş	Kareler Toplamı	Sd	Karele Ortalaması	F	P
Gruplar arası	701,7	5	140,3	0,343	0,886
Grup içi	34412	84	409,7		
Toplam	35114	89			

Tablo 13'den de görülebileceği üzere araştırmaya katıla öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin branş değişkenine göre anlamlı farklılık yoktur.

4.15. Altproblem 7 öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin mesleki kıdem değişkenine göre anlamlı farklılık var mıdır?

Mesleki Kıdem	Kareler Toplamı	Sd	Karele Ortalaması	F	P
Gruplar arası	1464	3	488	1,248	0,298
Grup içi	33649	86	391		
Toplam	35114	89			

Tablo 14'den de görülebileceği üzere araştırmaya katıla öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin mesleki kıdem değişkenine göre anlamlı farklılık yoktur.

4.16. Altproblem 8 öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin okuldaki kıdem değişkenine göre anlamlı farklılık var mıdır?

Okuldaki Kıdem	Kareler Toplamı	Sd	Karele Ortalaması	F	P
Gruplar arası	1009	3	336,4	0,848	0,471
Grup içi	34105	86	396,6		
Toplam	35114	89			

Tablo 5'den de görülebileceği üzere araştırmaya katıla öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin okuldaki kıdem değişkenine göre anlamlı farklılık yoktur.

BÖLÜM V: SONUÇ VE ÖNERİLER

5.1. SONUÇ

Bu çalışmada ortaöğretim öğretmenlerinin kendilerini duygusal zeka açısından üst düzeyde ($x= 4,04$) gördükleri ortaya çıkmıştır.

Bu çalışmada görülebileceği üzere araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır.

Bu çalışmada görülebileceği üzere araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin yaş değişkenine göre anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır.

Bu çalışmada görülebileceği üzere araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin medeni hal değişkenine göre anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır.

Bu çalışmada görülebileceği üzere araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır.

Bu çalışmada görülebileceği üzere araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin branş değişkenine göre anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır.

Bu çalışmada görülebileceği üzere araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin mesleki kıdem değişkenine göre anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır.

Bu çalışmada görülebileceği üzere araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin okuldaki kıdem değişkenine göre anlamlı farklılık olmadığı ortaya çıkmıştır.

Bu bulgular literatür taraması ışığı altında aşağıdaki öneriler verilebilir.

5.2. ÖNERİLER

Bu sonuçlara göre ortaöğretim öğretmenleri kendilerini duygusal zeka açısından üst düzeyde görüyor olmalarına rağmen öğretmen yetiştiren kurumların duygusal zekanın önemini vurgulayan öğretim programları geliştirip uygulanmasına ön ayak olması önerilir.

Bayan ve erkek öğretmenlerin duygusal zekaları arasında anlamlı bir farklılığın bulunmaması toplumda yaygın bir inanış olan bayanların duygusal zeka açısından erkeklere nazaran daha yüksek zekaya sahip oldukları düşüncesini çürüten bir bulgu olarak düşünülebilir. Bu konuda böylesi bir önyargının gelişmeyi engelleyici niteliği olduğu düşünürse bu çalışma ile bu önyargının ortadan kaldırılarak cinsiyet ayrımı gözetmeksizin her insana duygusal zeka açısından olumlu yaklaşılması önerilir.

Araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin mesleki kıdem, okuldaki kıdem ve yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılığın bulunmaması 24-60 yaş aralığındaki grubun tüm bireylerinin zaman içerisinde duygusal zeka düzeylerin değişmeyeceğine ilişkin fikir vermesi bu denli geniş bir yaş aralığı için bir kayıp olarak nitelendirilebilir. Dolayısıyla MEB.' in hem öğretmenlerin kendi duygusal zekalarını ve hem de buna bağlı olarak öğrencilerinin duygusal zekalarını geliştirmelerine olanak tanıyacak bilgi ve becerilerinin kazanılmasına olanak sağlayacak hizmet içi eğitim verilmesi önerilir.

Araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin eğitim düzeyi ve branş değişkenlerine göre anlamlı bir farklılığın bulunmaması ya program değişkeninin bir farklılık yaratmadığı veya farklı programlarda duygusal zekaya ilişkin birbirine yakın nitelikte sonuçlar elde edildiği düşünülebilir her iki durumda da özellikle öğretmen yetiştirme programları duygusal zekaya önem verip eğitim öğretim programında duygusal zekayı geliştirici hedeflere yer verilmesi önerilir.

Araştırmaya katılan öğretmenlerin duygusal zeka düzeylerine ilişkin medeni hal değişkenine göre anlamlı bir farklılığın bulunmaması medeni hal değişkenini duygusal zeka düzeyine etkisinin olmayışı öğretmenlerin kendilerini duygusal zeka açısından yüksek düzeyde görüyor olmalarından dolayı olumlu bir sonuç olarak düşünülebilir.

Okul yöneticilerinin öğretmen ve öğrencilerinin duygusal zekalarını geliştirici ortamlar oluşturmaları önerilir.

Aileler artık çocuklarını hayata sağlam bir şekilde hazırlanmasında tam da yeterli kalmamaktadır. Bu sebeple de ailelerin çocukların duygusal ve sosyal yeterlilik eksikliğinin telafisi için toplumların başvurabilecekleri tek yer okuldur. Hemen hemen her çocuk okula gittiğinden okul temel hayat derslerinin sunan bir yerdir. (Goleman, 2002; 348) Eğitimde aileden sonra okul gelmektedir. Okulda insan zekasının gelişim evrelerine uygun olarak öğrencilerin düzeylerine uygun bilgilerle donatılması beklenmektedir. Her çocuk okuldan aynı başarı ile mezun olamamaktadır. Yapılan araştırmalar üniversiteyi başarıyla bitiren her

öğrencinin hayatta aynı başarı gösteremediğini ve mutlu olamadığını ispatlamıştır. Bu bakımdan okulda verilen bilginin sadece bilgi yüklemeye dayalı olması hayat koşullarına bakıldığında hiç de yeterli olmadığı görülmektedir. Bu sebeple de aileler ve okulun duygusal zekaya önem vermesi gerekmektedir.

Duygusal zeka eğitiminde başarının artırılmasında bir araçtır. Okulda başarısız olan çocukların hemen hemen tümü duygusal zeka öğelerinden biri ya da birkaçından yoksundur. Okullarımızda çocuklara hedef belirlemek, çeşitli sorunlara değişik çözümler getirmek, doğru zamanda doğru kararlar verebilmek, yaratıcı düşünmek gibi önemli beceriler de kazandırılması gerekir. Özellikle de ailesinden yeterli eğitim almayan çocukları düşünürsek müfredatımıza sevmek, sevilmek, değer vermek, değer görmek, paylaşmak gibi ihtiyaçların da dahil edilmesi gerekmektedir. Bu nedenle sınıfa giren her öğretmeni alan bilgisinin aktarırken buna sevgi, paylaşma gibi insani değerleri de katması önerilmektedir..

KAYNAKLAR

Binnur Yeşilyaprak, Duygusal Zeka Ve Eğitim Açısından Doğurguları, www.dzp.com.tr, 2008 (makale)

Binnur Yeşilyaprak, sınıf öğretmenlerin rehberlik açısından rol ve işlevleri, milli eğitim sayı: 144, 1999

Cathi Cohen, Raise Your Childs Sosial IQ; Nuray Kansu, Eray Beceren, www.duygusalzeka.net, 10. 11.09

Ceyhan, 2000: 22'nin aktarımıyla, Parkinson, 1996; Carlson ve Buskist, 1997, Hakan Atamtürk, Yayınlanmamış Doktora Tezi

Çakar, 2004; Yurt, 2006:7 www.duygusalzekaplatformu.com, 2008

Damasio 1994 çeviren Atlamaz, 1999, www.duygusalzekaplatformu.com, 2008.

Daniel Goleman, Duygusal Zeka Neden IQ'dan Daha Önemlidir?, Varlık Yayınları, 18. Basım, 2001

Gönül Dangaç, <http://mobbingturkiye.googlepages.com>; <http://www.kisiselbasari.com/Makale.asp?ID=85121109>

Hamdullah Aktaş, İnsanda Duygusal Yaşantı, 1999

<http://www.huseyinkomurcuoglu.com.tr> 2010

Kandel, Schwartz, Jessel, 2002, Tugrul, 1999:12, Hakan Atamtürk, Yayınlanmamış Doktora Tezi

Kandel, Schwartz, Jessel, 2002, Yurt, 2006:14, Hakan Atamtürk, Yayınlanmamış Doktora Tezi

Lazarus RS 1991:39, Hakan Atamtürk, Yayınlanmamış Doktora Tezi,

Ledoux J (1998) çeviren Arıcan Uysal, 2006; Yurt, 2006:7 www.duygusalzekaplatformu.com, 2008.

Mumcuoglu, Ö., 2002, "Bar-on duygusal zekâ testi (Baron emotional Quantitentinventory-Baron EQ-i)' nin Türkçe dilsel esdegerlik, güvenilirlik ve geçerlik çalışması", Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü

Psikolojiye Giriş, 9. Basım, Ankara, 2002

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık bilim dalı. www.duygusalzeka.net. 10. 11.09

Schachter ve Singer, 1991:162, Yurt, 2006:15, Kandel, Schwartz, Jessel, 2002, Tugrul, 1999:12, www.aof.anadolu.edu.tr/kitap/ehsm/1024/unite/6 s.89, Hakan Atamtürk, Yayınlanmamış Doktora

Tezi

Seve Hein, The Ten Habits Of Ell 1999; Çölaşan Derya, www.duygusalzeka.8m.com. Com 11. 11.09

Shapiro, Lawrence, 1997, Yüksek IQ'lu Bir Çocuk Yetiştirmek, 9. Basım, Çev. Ü., Kartal, Varlık Yayınları, İstanbul

Steve Darn, www.developingteachers.com; www.dzp.com.tr, 2008

Ulaş Çakar, 2002, "Duygusal Zekanın Dönüşümcü Liderlik Davranışı Üzerindeki Etkisi" Yüksek Lisans Tezi

www.aof.anadolu.edu.tr/kitap/ehsm/1024/unite/6 s.89), Hakan Atamtürk, Yayınlanmamış Doktora Tezi

www.aof.anadolu.edu.tr/kitap/ehsm/1024/unite/6, Hakan Atamtürk, Yayınlanmamış Doktora Tezi,

www.aof.anadolu.edu.tr/kitap/ehsm/1024/unite/6; Hakan Atamtürk, Yayınlanmamış Doktora Tezi

www.termbank.net/psychology/3875.html, Emma E K Butchell 2008;3 Hakan Atamtürk, Yayınlanmamış Doktora Tezi,

EKLER

EK:1 Uygulanan Anket Örneği

ANKET FORMU

Değerli arkadaşlar;

Yakın Doğu Üniversitesi Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı'nda master öğrencisiyim. Bu anket duygusal zekanızı ölçme amacıyla hazırlanmıştır. Bu çalışma sadece tez çalışmam için kullanılacaktır. Çalışma sonucunda elde edilecek bilgiler, bilimsel amaçla kullanılacak olup cevaplarınız tamamen gizli kalacaktır.

Ankete isim yazmanıza gerek yoktur. Lütfen soruları dikkatle okuyup size en uygun olanı işaretleyiniz. Hiçbir soruyu atlamadan cevaplamaya çalışınız.

Katılımınız için teşekkür ederim.

SAYGILARIMLA

TUĞÇE ARKUN

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı Master Öğrencisi

1. BÖLÜM

1) Cinsiyetiniz

- a) Kadın b) Erkek

2) Yaşınız: _____

3) Medeni haliniz :

- a)Evli b)Bekar c)Boşanmış/dul

4) Eğitim düzeyiniz:

- a) Lisans b)Yüksek Lisans

5) Öğretmenlik Branşınız: _____ a) edebiyat-Türkçe b) Sosyal Bilgiler c) Fen Bilimleri

d)Matematik e) İngilizce f) Diğer

6) Öğretmenlik mesleğinizde kaçınıcı yılınız?

- a) 1-5 b) 6-10 c)11- 15 d)16 yıl ve daha fazla

7) Şu anda çalışmakta bulunduğunuz okulda kaç yıldır çalışıyorsunuz? _____

- a) 1-5 b) 6-10 c)11- 15 d)16 yıl ve daha fazla

	Hiçbir zaman	Arada sırada	Bazen	Oldukça sık	Her zaman olmasada sık sık
	1	2	3	4	5
Duygularımı tanıyorum.					
Kendime gülebilme becerisine sahibim.					
Patlayan olaylara karşı sakince cevap veririm.					
Karar verirken duyguları göz önünde bulundururum.					
Duygularımı ifade ediyorum.					
Birisi konuşurken ima etmek istediğini anlayabiliyorum.					
Başkalarının hakkımda hissettiklerini anlayabiliyorum.					
Kendimi baskı altında hissettiğimde ne yapacağımı biliyorum.					
Uzun süreli güvene dayanan ilişkiler kurabilirim.					
Eleştirileri dinlerim.					
Hayal kırıklığı sonrası çabuk toparlanabiliyorum.					
İnsanlar üzerinde sakinleştirici bir etkim vardır.					
Zorluklar karşısında olumlu davranıyorum.					
İnsanın içindeki duygusal dalgalanmaları anlarım.					
Diğerlerini umursarım.					
Kendime değer veriyorum.					
Özeleştiri yapabiliyorum.					
Duygularım istikrarlıdır.					
Başkalarının yüz ifadelerinden düşüncelerini okuyabiliyorum.					
Başkalarının duygularına kolayca ortak olabilirim.					
Samimi olarak tanınırım.					
Saçma sorularla beni rahatsız edenlere sabırlı davranırım.					
İnsanların ne söylediğini dikkatle dinlerim.					

Sorunlar karşısında sorun odaklı değil, çözüm odaklı düşünebilirim						
Kendime güveniyorum.						
Aksine bir davranış görmedikçe insanları dost kabul ediyorum.						
Kendi fikirlerimin sorumluluğunu alabilirim.						
Öfkemi çoğu zaman kontrol edebiliyorum.						
Stresli durumları sakın bir biçimde idare edebilirim.						
İlişkileri onarmaya öncülük edebilirim.						
Kendimi kolayca başkalarının yerine koyabilirim.						
Eleştiriden ders çıkarırım.						
Başkalarını düzeltmek yerine kendimi düzeltmeye çalışırım.						
Çalışma hayatımda uyum içerisindeyim.						
Üzüldüğüm zaman sinirlendiğimin farkındayım.						
Kişilere sakince cevap veririm.						
Üzüntümü güçlü görünerek dile getirebiliyorum.						
Korkunca saldırganlaştığımın farkındayım.						
Kendimin olumlu yönlerini görebiliyorum.						
Aynaya baktığımda kendimle barışık olduğumu düşünüyorum.						
Kusurlarımı görebiliyorum.						
Kusurlarımı düzeltmek için plan yapıyorum.						
Sorumluluklarımı biliyorum.						

Teşekkür ederim.