T.C.
ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

SAĞLIKLI GENÇ ERİŞKİNLERDE DUYGUSAL ZEKÂ DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mariam JAW

TIBBİ FİZYOLOJİ PROGRAMI

Ankara, 2021

T.C.
ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

SAĞLIKLI GENÇ ERİŞKİNLERDE DUYGUSAL ZEKÂ DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Mariam JAW

TIBBİ FİZYOLOJİ PROGRAMI

Ankara, 2021

T.C.
ANKARA YILDIRIM BEYAZIT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

Sağlıklı Genç Erişkinlerde Duygusal Zekâ Düzeylerinin Değerlendirilmesi

Mariam JAW

Yüksek Lisans Tezi

26.08.2021

Tez Danışmanı
Doç. Dr. Leyla AYDIN

Jüri Üyeleri
Prof. Dr. Fahri BAYIROĞLU
Doç. Dr. Leyla AYDIN
Doç. Dr. Okan ARIHAN

Okuduğumuz ve Savunmasını dinlediğimiz bu tezin bir Yüksek Lisans derecesi için gereken tüm kapsam ve kalite şartlarını sağladığını beyan ederiz.

Prof. Dr. Seyfullah Oktay ARSLAN
Enstitü Müdürü

Bu tezin Yüksek Lisans derecesi için gereken tüm şartları sağladığını tasdik ederim.

BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün aşamalarda patent ve telif haklarını ihlal edici etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tezde kullanılmış olan tüm bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi beyan ederim. 26.08.2021

Mariam JAW

Bu çalışmayı oğlum İbrahim Abdoulie'ye, babasına ve anneme ithaf ediyorum.

TEŞEKKÜR

Öncelikle, araştırma çalışmalarıma önemli katkılarda bulunan aşağıdaki kişilere en içten teşekkürlerimi sunuyorum.

Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıbbi Fizyoloji Anabilim Dalı ekibi, özellikle konuyla ilgili bilgi ve birikimleri ile bu araştırmaya yön veren danışmanım Doç. Dr. Leyla AYDIN'a için teşekkür etmek istiyorum. Sürekli olarak bu araştırma projesi boyunca elinden gelen her şekilde yardım etmeye her zaman istekli ve hevesliydi.

Bölüm Başkanı Prof. Dr. Fahri BAYIROĞLU ve Doç. Dr. Mehmet Salih KAYA'ya destekleri ve rehberlikleri için teşekkür ederim.

Bu araştırma boyunca bana gösterdiği tüm destek için başta eşim Abdoulie Mbowe olmak üzere aileme teşekkürlerimi sunuyorum.

Çalışma süresince bana yardımcı olan arkadaşım Büşra Uysal'a teşekkürlerimi sunuyorum. Ayrıca departmandaki diğer ekibe veri toplama sürecinde gösterdikleri işbirliği için teşekkür ederim.

Son olarak, çalışmaya katılmak için değerli zamanlarını ayıran ve bu araştırmanın gerçekleşmesini sağlayan tüm katılımcılara çok teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

ÖZET ..... **iii**

ABSTRACT ..... **iv**

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ ..... **v**

ŞEKİLLER DİZİNİ ..... **vi**

TABLOLAR DİZİNİ ..... **vii**

1. GİRİŞ **1**

1.1. Problem ve Alt Problemler 3

1.2. Hipotezler 4

2. GENEL BİLGİLER **5**

2.1. Duygusal Zekâ ve İlgili Termınolojiler 5

2.1.1. Duygu Kavramı Duygu ve Fizyolojisi 5

2.1.2. Zekâ Kavramı 6

2.1.3. Duygusal Zekâ Kavramı 9

2.1.4. Duygusal Zekânın Tarihçesi 11

2.1.5. Duygusal Zekâ Modelleri 13

2.1.6. Duygusal Zekâ Konusunda Yapılmış Çalışmalar 19

3. MATERYAL VE YÖNTEM **24**

3.1. Araştırmanın Tipi ve Amacı 24

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklem 24

3.3. Yöntem 24

3.4. İstatistiksel Analiz 25

4. BULGULAR.....27

4.1. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular 27

4.2. Duygusal Zekâ Özelliklerine İlişkin Bulgular 29

5. TARTIŞMA.....32

6. SONUÇ VE ÖNERİLER 35

7. KAYNAKLAR 36

8. EKLER.....43

EK-1. KLİNİK ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU KARAR FORMU 43

EK-2. KİŞİSEL BİLGİ FORMU 44

EK-3. DUYGUSAL ZEKA ÖZELLİĞİ ÖLÇEĞİ–KISA FORMU 46

EK-4. ÖZGEÇMİŞ.....48

ÖZET

Sağlıklı Genç Erişkinlerde Duygusal Zekâ Düzeylerinin Değerlendirilmesi

Duygusal zekâ (DZ), kişisel ve mesleki yaşamdaki başarının belirleyicisi olarak kabul edilen bir grup yeteneği kapsamaktadır. Cinsiyet, yaş, aile ortamı ve çevre DZ'nın gelişimini etkileyen başlıca faktörler arasında sayılmaktadır. Son zamanlarda, tıp, hemşirelik, eczacılık, veteriner hekimlik öğrencileri ve mühendisler gibi gruplarda DZ ile ilgili çalışmalar yapılmıştır. Ancak, farklı öğrenci gruplarının tek bir araştırmada incelendiği bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu çalışmada sağlıklı genç erişkinlerin DZ puanlarının eğitim aldıkları alanlarla ilişkisini araştırmak amaçlanmıştır.

Çalışmamıza Türkiye'deki üniversite öğrencileri dahil edilmiştir (n=256). Gönüllülerin DZ puanlarını belirlemek için Duygusal Zekâ Özellik Ölçeği-Kısa Formu kullanılmıştır. Ölçek online olarak uygulanmıştır.

Katılımcıların toplam DZ puanları, doğal ve uygulamaları bilimler, sağlık bilimleri ve sosyal bilimler alanında sırasıyla 4.50±1.42, 4.45±1.19, 4.43±1.22 puan olarak bulunmuştur (p=.932). Benzer şekilde, DZ alt gruplarından iyi oluş, öz-kontrol, duygusallık ve sosyallik alt gruplarında en yüksek puanlar doğal ve uygulamalı bilimler alanında, en düşük puanlar ise sağlık alanında eğitim alan öğrencilerde bulunmuştur (sırasıyla p=.365, p=.678, p=.794, p=.441).

Çalışmamızın kısıtlılığı olarak, pandemi şartlarından dolayı hedeflenen sayıya ulaşılamamasına rağmen, eğitim alanları ile DZ puanları arasında kısmen farklılıklar dikkat çekmiştir. Bu sonucun ileriki araştırmalar için kaynak oluşturacağı kanısındayız.

Anahtar Kelimeler: Duygusal zekâ; eğitim alanı, üniversite eğitimi

ABSTRACT

Evaluation of Emotional Intelligence Levels in Healthy Young Adults

Emotional intelligence (EI) encompasses a group of abilities that are considered to be determinants of success both in personal and professional life. Gender, age, family and the environment are amongst the main factors that affect the development of EI. Recently, studies on EI have been conducted with different groups of individuals from the schools of medicine, nursing, pharmacy, veterinary medicine and engineers. However, we did not come across any studies that brought together all the different student groups from different study areas in a single study.

The current study was aimed at investigating the relationship between EI scores of healthy young adults and their educational field. University students in Turkey were included in our study (n=256). The Turkish version of the Trait Emotional Intelligence Questionnaire was used to determine the EI scores of the volunteers. The study was administered online.

Total EI scores of the participants in the natural and applied sciences, health sciences and social sciences were found to be 4.50±1.42, 4.45±1.19, 4.43±1.22 points respectively (p=.932). Similarly, the highest scores in Well-being, Self-control, Emotionality, and Sociability subgroups were found in natural and applied sciences, and the lowest scores in health education students (p=.365, p=.678, p=.794, p=.441 respectively).

As a limitation to our study, although the targeted number of participants could not be reached due to the pandemic, moderate differences between field of education and EI scores were observed. We believe that the results of the current study will be valuable for future research.

Keywords: Emotional intelligence, education field, university education

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

APA : Amerikan Psikoloji Derneği

DZ : Duygusal zekâ

DZÖÖ-KF : Duygusal Zekâ Özelliği Ölçeği-Kısa Formu

ECI : Duygusal Yeterlilik Envanteri

EI : Duygusal zekâ

EQ : Duygusal zekâ

EQ-i : Duygusal Bölüm Envanteri

IQ : Zekâ katsayısı

MSCEIT : Mayer, Salovey ve Caruso Duygusal Zekâ Testi

SPSS : İstatistiksel Ürün ve Hizmet Çözümleri

TEIQue : Duygusal Zekâ Özellik Ölçeği

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 2.1. İlkel, duygusal ve düşünen beyin merkezleri 6
Şekil 2.2. Duygusal zekâ modelleri. 14
Şekil 2.3. Bar-On karma duygusal zekâ modeli alt boyutları. 17
Şekil 2.4. Petrides ve Furnham algılanan duygusal zekâ/duygusal zekâ özellik modeli ve bileşenleri.....18

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 2.1. Goleman karma duygusal zekâ modeli alt boyutları. 16
Tablo 4.1. Katılımcıların demografik özellikleri. 27
Tablo 4.2. Katılımcıların eğitim aldıkları alanlara göre duygusal zekâ iyi oluş alt grup puanları 29
Tablo 4.3. Katılımcıların eğitim aldıkları alanlara göre duygusal zekâ öz-kontrol alt grup puanları 29
Tablo 4.4. Katılımcıların eğitim aldıkları alanlara göre duygusal zekâ duygusallık alt grup puanları 30
Tablo 4.5. Katılımcıların eğitim aldıkları alanlara göre duygusal zekâ sosyallik alt grup puanları 30
Tablo 4.6. Katılımcıların eğitim aldıkları alanlara göre toplam duygusal zekâ puanları 30
Tablo 4.7. Katılımcıların cinsiyete göre toplam duygusal zekâ puanları ve anlamlılık düzeyleri.....30
Tablo 4.8. Katılımcıların yaşlara göre toplam duygusal zekâ puanları ve anlamlılık düzeyleri.....31

1. GİRİŞ

Son yıllarda bilimsel literatürde popülerlik kazanan duygusal zekâ (DZ), bireylerin kişisel ve mesleki yaşamdaki başarısının belirleyicisi olarak kabul edilmektedir. Eğitimden spora, sağlığa insanların hayatlarını şekillendirmede önemi anlatılmıştır. DZ, son zamanlarda sinirbilim ve psikoloji literatüründe büyük önem kazanmıştır. Bu, bir bireyin profesyonel gelişiminde çok hayati bir rol oynayan ve aynı zamanda insanlarda belirli beyin bozukluklarının bir belirteci olarak hizmet edebilen beyin gelişimi üzerindeki etkilerine atfedilir. Araştırmalara göre depresyonlu hastaların (1) ve tükenmişlik yaşayan öğretmenlerin DZ puanları daha düşüktür (2).

Türkçe'de Duygusal Zekâ'ya çevrilen İngilizce'deki "Emotional Intelligence (EI)" veya "Emotional Quotient (EQ)" terimi hem duygusal hem de zekâ bileşenlerine sahiptir ve zekâ katsayısından (Intelligence Quotient, IQ, Entelektüel zekâ) farklıdır, ancak her ikisi de başarılı bir yaşam için önemlidir. Goleman'a göre DZ başarılı bir yaşama yaklaşık %80 katkıda bulunurken, IQ kalan %20'ye katkıda bulunur (3). Entelektüel zekâmız problem çözme, hesaplamalar yapma ve bilgileri işleme gibi günlük beceriler için çok hayati olsa da duygusal zekâ, günlük yaşam zorluklarımızla (4) başa çıkmada duygularımızı yaratıcı olmak için kullanmamıza izin vermektedir.

Davies, Stankov ve Roberts tarafından 1998'de yapılan bir araştırmada, duygusal zekanın genel zekâ ile bağlantılı akışkan ve kristalize zekadan bağımsız olduğuna dair kanıtlar bulunmuştur (5). Buradan duygusal zekanın genel zekadan farklı olduğu öne sürülebilir. Ayrıca Goleman gibi, diğer bazı yazarlar, duygusal zekanın genel zekadan daha iyi bir performans yordayıcısı olduğunu öne sürmüşlerdir (5, 6, 7)

Duygular; insanoğlunun anlama, düşünme ve davranışlarını içeren bazı zihinsel süreçleri etkileyebilir. Duygularla ilgili çeşitli çalışmalar yapılmıştır ve farklı sonuçlara ulaşılmıştır (8, 9, 10, 11).

Duygusal zekâ kavramı ilk kez 1990 yılında Mayer ve Salovey tarafından kullanılmıştır (12), ancak 1995 yılında Goleman'ın "Duygusal Zekâ: Neden IQ'dan

Daha Önemli Olabilir?" (3,13, 14) adlı kitabı DZ kavramını popüler hale getirmiştir. Ayrıca Goleman iki tür akıl tanımlamıştır: Birincisi rasyonel akıl, ikincisi duygusal akıl (14).

Cinsiyet, yaş ve aile ortamı duygusal zekanın gelişimini etkileyen başlıca faktörlerden bazılarıdır (15) ve sonuç olarak Duygusal zekanın kişinin kişiliğini, davranışını, yaşam tarzını ve hatta yeteneklerini şekillendirmede hayati bir rol oynadığı ileri sürülebilir. Mayer ve arkadaşlarına göre, duygusal zekâsı yüksek olan bireyler daha hassas bir aile düzeninde büyümüştür, eleştiriye açıktır ve duygularını daha etkili bir şekilde ifade edebilirler. Ayrıca, daha iyi sosyal anlayışa, problem çözmede ve manevi konularda yüksek düzeyde bilgiye sahiplerdir. Bu da onları etik ve ahlaki açıdan dürüst liderler yapmaktadır (12).

Bireylerin sosyal dinamiklerindeki değişiklikler nedeniyle herkes, ev ve dış ortamdaki büyük değişikliklerden kaynaklanabilecek bazı zorluklarla karşı karşıyadır. Daha fazla sorumluluktan geleneksel aile ortamlarından daha az desteğe kadar, giderek daha fazla insan sosyal çevreyi düzenlemede zorluk çekme riski altındadır. Bu değişiklikler, duygusal ve zihinsel bozukluklara yol açabilir. Yönetim eğitimi alan bazı öğrencilerle yapılan bir çalışmada, öğrencilerin DZ düzeylerinin farklı çevresel faktörlerden dolayı önemli ölçüde farklılaştığı bulunmuştur. Araştırmaya göre, olumlu çevresel faktörlerin öğrencilerde yüksek düzeyde duygusal olgunluğa, olumsuz ortamların ise düşük duygusal olgunluğa yol açabileceği bulunmuştur (16).

Tıp alanında yapılan araştırmalarda DZ düzeyinin yüksek olması, tıp eğitimi ve klinik uygulamada daha yüksek akademik performans, olumlu sosyal davranış, hastalara karşı gelişmiş empati ve iyileştirilmiş doktor-hasta ilişkileri ile ilişkilendirilmiştir (17).

Bir meta-analizde ise DZ ile daha iyi bir sağlık arasında pozitif bir ilişki ortaya çıkmıştır. Yüksek DZ, psikolojik hastalık riski ve tükenmişlik yaşama eğiliminde azalma ve daha fazla refah ile ilişkilidir. Düzenli egzersiz yapmak ve dengeli bir beslenme düzeni gibi sağlıkla ilgili olumlu davranışların artması ise daha yüksek bir DZ puanı ile bağlantılıdır. Öte yandan sigara, alkol tüketimi ve genel olarak bağımlılıklar gibi sağlıkla ilgili olumsuz davranışların DZ düzeyinde azalmayla ilişkili olduğu bulunmuştur. Aynı çalışmadan yüksek puan alan katılımcıların, kortizol, kalp

hızı değişkenliği ve elektro-dermal aktivite yoluyla hormonal ve fizyolojik düzeyde olduğu kadar sübjektif düşük stres düzeylerine sahip oldukları görülmüştür. Bu nedenle, DZ eğitiminin toplumda büyük bir rolü olduğu kanıtlanmıştır (18).

Bazı araştırmacılara göre duygusal zekâ öğrenme yoluyla geliştirilebilir (4, 19). Hem Bar-On (19) hem de Goleman, DZ ile ilgili beceri ve yeterliliklerin gruplar ve topluluklarla (20) eğitim yoluyla geliştirilebileceğini belirtmişlerdir. DZ eğitimi için kullanılan en iyi modellerin arasında üçlü model (tripartite model) bulunmaktadır. Modeli kullanan çalışmalara göre, e-posta aracılığı ile 15-18 saatlik bir eğitim süresiyle DZ'nın geliştirilmesinin mümkün olduğu kanıtlanmıştır. Dahası, duygusal zekanın artması yalnızca kullanılan DZ testi ile değil, aynı zamanda bireyler ve akranlar tarafından değerlendirilen çeşitli psikolojik değişkenlerde de bireylerin yaşamlarındaki değişimin başkaları tarafından da fark edilebilmeleri açısından önemlidir (21).

Çalışmalar, duygusal zekanın yaşamın farklı alanlarında performansı belirlemede çok faydalı olduğunu gösterdiğinden tıp literatüründe ve diğer alanlarda büyük bir önem kazanmıştır. Son zamanlarda tıp öğrencileri (22, 23), hemşireler, eczacılar, veterinerlik öğrencileri (23) ve mühendisler (24) gibi gruplarda DZ üzerine çalışmalar yapılmaktadır. Ancak tüm bu farklı öğrenci gruplarını karşılaştıran DZ puanlarını inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu araştırma ile literatürdeki bu eksikliğin giderilmesi amaçlanmaktadır.

Bu çalışmada; sağlıklı genç erişkin kadın ve erkek gönüllülerin DZ düzeyleri ve eğitim aldıkları alanlarla ilişkisi değerlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarının konuyla ilgili daha sonraki çalışmalara temel oluşturabileceğini ve gelecekte, üniversitelere öğrenci alınırken akademik performansın yanı sıra DZ tarama testinin de dahil edilmesi bakımından da önemli olabileceğini düşünmekteyiz.

1.1. Problem ve Alt Problemler

Sağlıklı gönüllülerde, alınan eğitim ve mesleğe göre en yüksek duygusal zekâ puanına sahip grup net değildir.

Araştırmanın alt problemleri şu şekilde sıralanmıştır:

1. Sağlıklı gönüllülerin duygusal zekâları ile yaş grupları arasında bir ilişki var mıdır?
2. Sağlıklı gönüllülerin duygusal zekâları ile cinsiyet arasında bir ilişki var mıdır?

1.2. Hipotezler

Çalışmanın hipotezleri şunlardır;

1. Sağlıklı gönüllülerin duygusal zekâ düzeyleri ile eğitim alanları arasında ilişki vardır.
2. Sağlıklı gönüllülerin yaşı arttıkça duygusal zekâ seviyeleri de artmaktadır.
3. Sağlıklı gönüllülerin duygusal zekâ düzeyleri cinsiyetlerine göre farklılık göstermektedir

2. GENEL BİLGİLER

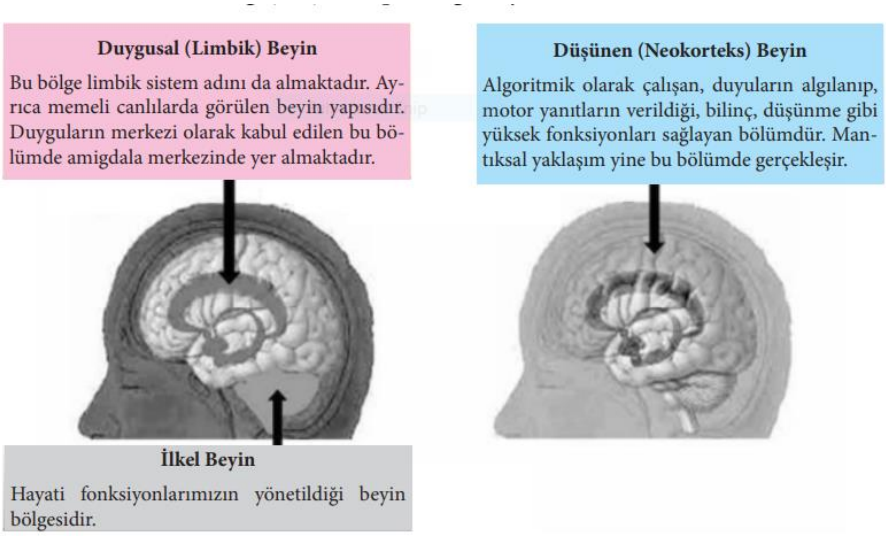
2.1. Duygusal Zekâ ve İlgili Termınolojiler

Bu bölümde, DZ terimi ve ilişkili terminolojiler olan 'duygular' ve 'zekâ' tartışılmaktadır. Kavramlar, araştırma konusu ile ilgili teorik çerçevede açıklanmış ve literatürdeki konu ile ilgili çalışmalara ve araştırmalara yer verilmiştir.

2.1.1. Duygu Kavramı Duygu ve Fizyolojisi

Bu alanda araştırma yapan birçok bilim insanı; duygunun düşüncemizi, karar vermemizi, eylemlerimizi, sosyal ilişkilerimizi, refahımızı, fiziksel ve zihinsel sağlığımızı etkilediği konusunda aynı düşüncededir. Ancak duygular tanımına gelince bir fikir birliği yoktur (8,25). Kesin bir anlamın olmaması nedeniyle bilim adamları, farklı şeyleri belirtmek için duygu terimini kullanmaktadır. Günlük yaşam aktivitelerimizde, karmaşık ve çeşitli duygular yaşarız. Schere'ye göre duygular, "nedensel olarak bağlantılı zihinsel (değerlendirme, eylem eğilimi, öznel deneyim) ve davranışsal (fizyolojik tepkiler, yüz ve ses ifadesi) öğelerin süreçleridir" (25). Bir başka tanımı da "Duygular, fizyolojik tepkiler, bilişler ve bilinçli farkındalık dahil olmak üzere birçok psikolojik alt sistemi koordine eden içsel olaylardır. Ayrıca duygular, kişinin değişen ilişkilerine tepki olarak ortaya çıkar ve kişinin hafızasıyla, ailesiyle ve insanlıkla ilişkisi değiştiğinde duyguları değişir" şeklindedir (12).

LeDoux'ya göre duygular, sinirsel ve kimyasal reaksiyonlarla ilişkili nörobiyolojik yapıya sahip karmaşık bir olgudur. Ayrıca duyguların evrimsel sürecin ürünleri olduğunu ve zekadan daha geriye gittiklerini savunmuştur. Bu evrimsel sürecin bir parçası olan beyin; ilkel beyin, duygusal beyin (limbik sistem) ve düşünen beyinden (neokorteks) oluşmaktadır. Limbik sistem, öğrenme ve hatırlamayı sağlayan, duygusal verilerin bulunduğu, hayat boyunca karşılaşılan her türlü bilginin kaydedildiği depodur. Buradaki bilgiler sayesinde limbik sistemde iki şey hatırlanır; hipokampus bölgesinde saklanan ve bir olaya ilişkin ayrıntılar ile amigdala bölgesinde olay sonrası depolanan hisler. Goleman 'a göre IQ, beynin en üst tabakası olan neokorteks ile ilgiliyken, DZ, alt beynin daha ilkel yapısı olan alt korteks ile ilişkilidir (Şekil 2.1) (14).



Şekil 2.1. İlkel, duygusal ve düşünen beyin merkezleri (14).

2.1.2. Zekâ Kavramı

Amerikan Psikoloji Derneği'nin (APA) zekâ hakkındaki raporu, "bireylerin karmaşık fikirleri anlama, çevreye etkili bir şekilde uyum sağlama, deneyimlerden öğrenme, çeşitli akıl yürütme biçimlerine girme, engelleri aşma becerilerinde birbirlerinden farklı olduklarını kabul etmektedir." (26). Zekâ da tanımlanması zor olan ve araştırmacıların farklı tanımlarla gelmesine neden olan bir diğer terimdir. Colom ve arkadaşları "İnsan zekâsı ve beyin ağları" adlı çalışmasında zekâyı muhakeme, problem çözme ve öğrenme için genel bir zihinsel yetenek olarak tanımlamışlardır. Zekâ; algı, dikkat, hafıza, dil veya planlama gibi bilişsel işlevleri bütünleştirir (26). Psikolog Sternberg'e göre zekâ, kişinin deneyimlerinden öğrenme ve çevreye uyum sağlama, şekillendirme ve çevreyi seçme yeteneğidir (27).

Zekâ üzerine çalışan bilim insanlarının, zekâ hakkında birçok teoriye yol açan farklı inançları vardır. Bazıları zekanın genel bir yetenek olduğuna inanırken, bazıları zekanın hem belirli becerilere hem de yeteneklere sahip olduğu fikrini desteklemektedir. Bazı psikologlar zekanın genetik veya kalıtsal olduğunu savunurken, bazıları ise zekanın büyük ölçüde çevreden etkilendiğini iddia etmişlerdir (27, 28, 29).

Bir yüzyıldan fazla bir süredir bilim adamları, zekayı ölçmek için çeşitli güvenilirlik ve geçerlilik seviyelerine sahip birçok standartlaştırılmış test geliştirmişlerdir (26). Zekâ çalışmalarında Stanford-Binet Ölçekleri, Wechsler Zekâ

Ölçekleri gibi ölçekler kullanılmaktadır. Bu ölçekler, IQ'yu ölçmek için yaygın olarak kullanılır. Tanımlanan zekâ teorilerine bakıldığında, bu teorilerin bazıları psikometrik test, sistem teorisi ve biyolojik teorilere dayanmaktadır (27).

Cattell, Horn, Carroll (CHC) Teorisi

Bu, psikometrik test teorisine dayanan bir teoridir ve birbiriyle ilişkili üç zekâ katmanıdır. Katman I, dar yetenekler, Katman II, geniş yetenekler ve Katman III, genel yetenekler içerir. En önemli yetenekler genel yetenek (Katman III) ve akışkan ve kristalize yetenektir (Katman II)**.** Genel yetenek, çok çeşitli bilişsel görevlerle ilgili ve bunlarla ilgili olduğu kuramsallaştırılan kapsayıcı bir yetenektir. Gelir, iş performansı ve hatta sağlık gibi çok geniş bir bilişsel işlevler ve yaşam sonuçları yelpazesindeki performansla ilişkili olduğu bulunmuştur. Bir kişinin yenilikle başa çıkma, hızlı ve esnek düşünme yeteneğidir (27).

Gardner 'in Çoklu Zekâ Kuramı

Gardner, çoklu zekâ teorisini ortaya atmıştır. Bu çoklu zekalar şunları içerir:

1. Dilbilimsel zekâ—kitap okumada, makale yazmada, roman veya şiir yazmada ve konuşulan kelimeleri anlamada kullanılır;
2. Matematiksel zekâ — matematik problemlerini çözmede, çek defterini dengelemede, matematiksel bir ispatı çözmede ve mantıksal akıl yürütmede kullanılır;
3. Uzamsal zekâ—bir yerden bir yere gitmekte, harita okumakta ve bavulları bir arabanın bagajına yerleştirirken, hepsi kompakt bir alana sığacak şekilde kullanılır;
4. Müzik zekâsı—şarkı söylerken, sonat bestelerken, trompet çalarken ve hatta bir müzik parçasının yapısını takdir ederken kullanılır;
5. Bedensel-kinestetik zekâ—dans ederken, basketbol oynarken, bir mil koşarken veya cirit atarken kullanılır;
6. Natüralist zekâ—doğadaki kalıpları anlamada kullanılır;
7. Kişilerarası zekâ—başka bir kişinin davranışını, güdülerini veya duygularını anlamaya çalışırken olduğu gibi, diğer insanlarla ilişki kurmak için kullanılır;

8. İçsel veya kişisel zekâ—kendimizi anlamak için kullanılır; yeteneklerimiz ve ilgilerimiz üzerindeki mevcut kısıtlamalarımız göz önüne alındığında, kim olduğumuzu, bizi neyin harekete geçirdiğini ve kendimizi nasıl değiştirebileceğimizi anlamanın temelidir. Gardner'in teorisi, aralarında nöropsikolojik ve psikometrik kanıtlar bulunan çeşitli kanıt kaynaklarına dayanmaktadır (27,30).

Sternberg'in Triarşik Teorisi

Sternberg, insan zekasının "triarşik teorisi" olarak adlandırdığı şeyi önermiştir. Teorinin orijinal versiyonu; zekanın yaratıcı, analitik ve pratik olmak üzere üç beceri grubunu içerdiğini öne sürmüştür. Onun teorisine göre, insanlar, yaşamlarında aradıkları şeye ulaşmalarına yardımcı olacak hedefler formüle edebildikleri ve başarabildikleri ölçüde yaşamlarında zekidirler. Bunu, temel becerilerin bir kombinasyonu yoluyla ortamlara uyum sağlamak, şekillendirmek ve seçmek için güçlü yönlerinden yararlanarak ve zayıf yönlerini telafi ederek veya düzelterek yaparlar.

Temel beceriler şunlardır:

1. Yeni fikirler üretmek için yaratıcı beceriler
2. Fikirlerin iyi olduğundan emin olmak için analitik beceriler
3. Fikirlerini uygulamak ve diğerlerini ikna etmek için pratik beceriler
4. Fikirlerin olumlu etik değerlerin aşılanması yoluyla kısa vadede olduğu kadar uzun vadede de ortak bir iyiye ulaşılmasına yardımcı olmasını sağlamak için bilgeliğe dayalı beceriler.

Bu teori ile zekanın; analitik, yaratıcı, pratik, bilgelik gibi çeşitli yönleri ölçülebilmektedir. Sternberg'e göre, teorinin çeşitli yönleri ölçüldüğünde, üniversite ortamlarında hem akademik hem de akademik olmayan performansın tahminini iyileştirdiği ve etnik grup farklılıklarını azalttığı görülmektedir. Zekanın çeşitli yönlerini içeren öğretim, geleneksel öğretime göre akademik performansı artırır. Ayrıca Sternberg zekanın, yaşam boyu en azından bir şekilde biçimlendirilebilir olduğunu savunmuştur (27).

Zekanın Biyolojik Temelleri

Zekaya biyolojik yaklaşımlar, beyni ve beynin işleyişini doğrudan inceler. IQ testleri ile ölçülen zekâ, kısmen prefrontal kortekste ve neokorteks boyunca lokalize görünmektedir. IQ'su daha yüksek olan insanlar, üstün parietal, temporal ve oksipital kortekslerin yanı sıra beynin subkortikal bölgelerinde, özellikle de striatumda daha yüksek düzeyde işlevsellik gösterirler. Parietal ve frontal loblardaki işleyişin entegrasyonu özellikle önemli görünmektedir. Çoğu biyolojik temelli ölçümleri IQ ile karşılaştıran birkaç farklı biyolojik yaklaşım kullanılmıştır (27).

2.1.3. Duygusal Zekâ Kavramı

Bazı araştırmacılara göre DZ, duyguların sosyal ilişkilerimizi, içsel duygularımızı ve ayrıca kişisel gelişimimizi nasıl etkilediği de dahil olmak üzere hayatımızın geniş yönlerini kapsayan sosyal zekanın bir alt kümesidir (5,19).

Salovey ve Grewal'a göre DZ, uyarlanabilir işlevselliğe yol açan duygular ve biliş arasındaki etkileşimle de ilgilenir (31). Mayer ve Salovey, DZ ve sosyal zekâ yapılarının örtüştüğünü öne sürmüşlerdir (12). Salovey ve arkadaşları, duygusal olarak zeki insanların duyguları tanımlayabildiğini, kullanabildiğini, anlayabildiğini ve düzenleyebildiğini ortaya koymuşlardır. 1995 yılında Mayer ve Salovey, duygusal zekayı, duygusal bilgiyi verimli bir şekilde işleme yeteneği olarak tartışmışlardır. Duygusal zekaya sahip bireyler, kendilerindeki ve diğerlerindeki duyguları tanır ve uygun şekilde tepki verebilirler. Mayer ve Salovey, duygusal zekanın bilişsel ve duygusal sistemler arasındaki boşluğa köprü oluşturduğunu ve bu nedenle duygusal zekanın genel zekadan ayrı olması gerektiğini iddia etmişlerdir (5). Bar-On da duygusal zekanın odak noktasının zekanın bilişsel boyutlarında değil, kişisel, duygusal ve sosyal yetkinlikler üzerinde olduğunu öne sürerek DZ ile genel zekayı birbirinden ayırmıştır. Ayrıca bilişsel zekadan farklı olarak, duygusal zekanın bireyin başarısını tahmin ettiğini, çünkü bir kişinin bilgiyi acil durumlara nasıl uyguladığını yansıttığını öne sürmüştür (5,19).

Tıpkı duygu ve zekâ terimlerinde olduğu gibi DZ için de birçok farklı tanım mevcuttur. Salovey ve Mayer 1990'da DZ terimini, duyguları ve duygusal anlamları anlamak ve yardımcı olmak için duyguları algılama, duygulara erişme ve duygular

oluşturma yeteneği olarak tanımlamışlardır (12). Mayer ve Salovey'e (1993) göre, "kişinin kendisinin ve başkalarının duygularını izleme, bunlar arasında ayrım yapma ve bilgiyi düşünce ve eylemlerini yönlendirmek için kullanma yeteneğini içeren bir sosyal zekâ türüdür" (32).

Bar-On (1996), duygusal zekayı, kişinin çevreyle başa çıkmada başarılı olma yeteneğini etkileyen bir dizi kişisel, duygusal ve sosyal yetenek ve beceriler olarak tanımlamaktadır. Günlük işlevsellik için zekanın geleneksel yönlerinden daha önemli olan duygusal, kişisel, sosyal ve hayatta kalma boyutları ele alınmıştır. Bu, kendini ve başkalarını anlama ve değişen taleplere uyum sağlama vurgusunu kapsamaktadır (19).

Salovey ve Mayer 1997'de duygusal zekayı doğru algılama, duyguları ifade etme, duygulara erişme, duyguları anlama ve duygusal ve entelektüel büyümeyi teşvik etme yeteneği olarak tanımlamaktadır. Mayer ve arkadaşları, DZ'yı 'sıcak zekalar' olarak bilinen sosyal, pratik ve kişisel zekâları içeren bir zekâ sınıfının bir üyesi olarak görmüşlerdir (12).

Weisinger, 1998 yılında Duygusal zekayı "duyguların akıllıca kullanımı" olarak tanımlamıştır: Ona göre, kişinin davranışlarını yönlendirmeye yardımcı olmak ve sonuçları iyileştirecek şekilde düşünmesine yardımcı olmak için duyguları kasıtlı olarak kullanmayı içerir (32).

Goleman (1998) duygusal zekayı, kendimizin ve başkalarının duygularını tanıma, kendimizi motive etme ve kendi içimizdeki ve ilişkilerimizdeki duyguları iyi yönetme kapasitesi olarak tanımlamıştır (3,5).

Feldman 1999'da duygusal olarak zeki liderliği, başkalarını olumlu yönde etkilemek için duygusal ve sosyal becerilerin geliştirilmesi ve uygulanması olarak ele almıştır. Duygusal zekada temel beceriler ve üst düzey beceriler olmak üzere iki grup beceri bulunduğunu belirtmiştir.

Temel beceri seti birkaç özel bireyselleştirilmiş beceriden oluşur:

a) kendini tanıma
b) kontrolü sürdürme
c) başkalarını okuma
d) doğru algılama

e) esnek iletişim kurma

Üst düzey beceri seti ayrıca birkaç özel beceri içerir:

a. sorumluluk alma
b. seçimler oluşturma
c. bir vizyonu benimseme
d. cesaret sahibi olma
e. kararlılığı gösterme

Feldman, temel ve üst düzey becerilerin birleşiminin etkili liderliğe yol açtığını, çünkü duygusal olarak zeki bireylerin başkalarının ihtiyaçlarının farkında olduklarını ve herhangi bir duruma etkin bir şekilde yanıt verebildiklerini öne sürmüştür (5).

Duygusal zekâ tanımlarının ortak özelliği, bireyin önce kendi duygularını sonra başkalarının duygularını anlamasını, mantıklı, tutarlı, anlayışlı ve faydalı davranışlar sergilemesini sağlayacak yetenek ve beceriler olarak özetlenebilir.

2.1.4. Duygusal Zekânın Tarihçesi

Petrides 2011 yılında duygusal zekanın uzak köklerini Thorndike (3) tarafından ortaya atılan "sosyal zekâ" kavramından aldığını belirtmiştir. Sosyal zekâ ilk olarak 1920'de Thorndike tarafından önerilmiştir ve onu "erkekleri ve kadınları, erkek çocukları ve kızları anlama ve yönetme- insan ilişkilerinde akıllıca hareket etme yeteneği" olarak tanımlamıştır. O zamandan beri, sosyal zekâ terimi farklı anlamlara gelmiştir, bazen Thorndike'in orijinal tanımlarından çok farklı olmasına rağmen, araştırmacılar artık sosyal zekanın iki bileşen içerdiğini kabul etmişlerdir:

a. Başkalarının ihtiyaçlarının ve sorunlarının farkında olmak veya bunları fark etmek
b. Farklı sosyal durumlara yanıt vermek veya bunlara uyum sağlamak (5).

Ayrıca, bazı araştırmacılar başlangıçta zekanın yalnızca bilişsel yönlerini takdir ederken, Wechsler gibi bazıları bilişsel olmayan yönlerin önemine vurgu yapmıştır. Robert Thorndike ayrıca başarı için zekanın bilişsel olmayan yönlerinin

önemine de dikkat çekmiştir. Thorndike ve Wechsler'in çalışmalarına, Howard Gardner'in "çoklu zekâ" hakkında yazmaya başladığı 1983 yılına kadar yeterince önem verilmemiştir. Onun bakış açısı, önceki araştırmacıların başlattığı konu hakkında daha fazla fikir vermiştir. Ona göre 'kişisel' ve 'kişilerarası' zekalar, IQ ölçüleri kadar önemliydi (13).

Gardner'in yeni boyutu, çoklu zekâ teorisine yol açan şeydir. Çoklu zekâ kuramına göre zekâ, bireyin problem çözme yeteneği ve kültürel (sosyal) çevreyi şekillendirme kapasitesidir (30).

Gardner, çoklu zekanın yedi bileşeninin bir parçası olarak içsel ve kişilerarası zekayı açıklamıştır. Kişilerarası zekâ, diğer insanların ruh hallerini, mizaçlarını, motivasyonlarını ve arzularını ayırt etme ve bunlara uygun şekilde yanıt verme kapasiteleri ile ilgilenirken, kişisel zekâ, kişinin kendi duygularına erişim ve bunlar arasında ayrım yapma ve davranışları yönlendirmek için kullanma yeteneği ile ilgilenir; kişinin kendi güçlü, zayıf yönleri, arzuları ve zekâsı hakkındaki bilgisini içerir (27,30).

Gardner'ın teorisi, eğitim bilimleri alanındaki araştırmacılar arasında çok iyi yankı bulmuştur. Onun teorisi ile öğrencilerin akademik başarıları söz konusu olduğunda birden fazla faktörün gerekli olabileceği savunulabilir (14).

Salovey ve Mayer (1990) duygusal zekâ kavramını ilk defa dile getiren araştırmacılardır. Duygusal zekayı üç yeteneğe dayandırarak açıklarlar; (1) kendinin ve başkalarının duygularını anlamak, (2) duyguları irade kullanarak düzenlemek ve (3) hareketlerine yön verecek şekilde faydalanmak (14). Mayer ve Salovey ile ilgili olarak, duygusal zekâ kavramının gelişimine en büyük katkılarının, kavramı adlandırmak ve DZ'nın yetenek modelini sunmak olmuştur. Çalışmaları, kendilerinden sonra konu üzerinde çalışan araştırmacılar için hayati önem taşımaktadır.

1995 yılında Goleman duyguları zekanın bir parçası olarak analiz etmesiyle duygusal zekâ kavramını popüler hale getirmiştir. Onun bakış açısı, DZ konseptinin gelişimine büyük katkı sağlamıştır. Goleman'ın çalışmasına dayanarak, duygusal zekâ beş bölümden oluşur; (1) duygularını bilme, (2) duyguları yönetme, (3) motive etme, (4) diğerlerinin duygularını tanıma, (5) sosyal ilişkiler (33).

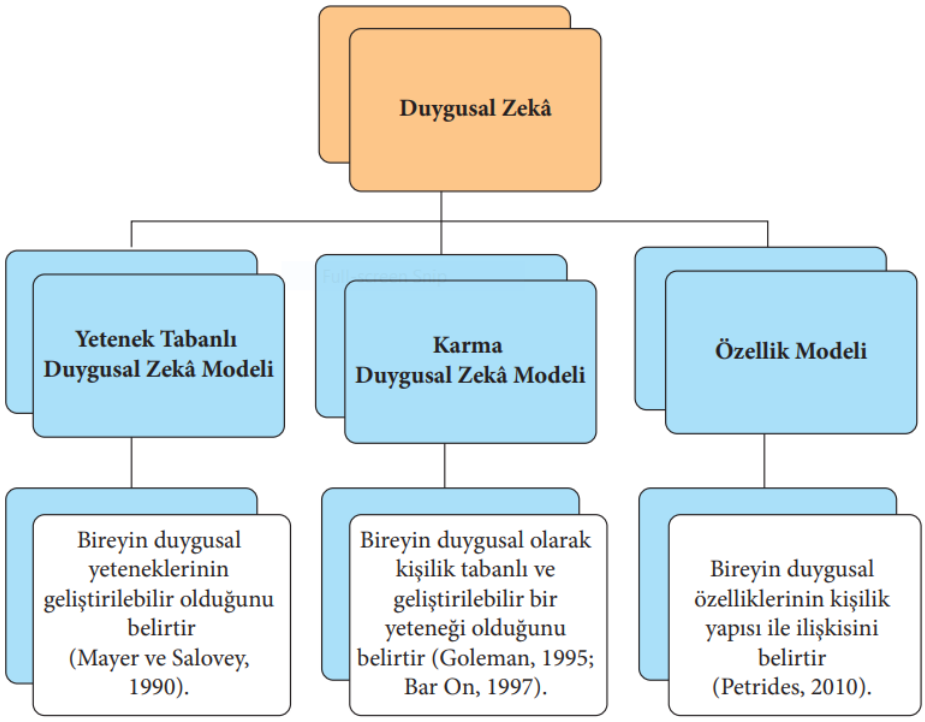
1997'de Reuven Bar-On, duygusal zekâ alanında önemli bir katkıda daha bulunmuştur. Duygusal zekayı ölçen ilk testi yaratmıştır. Dünya çapında testin geçerlik ve güvenirliği yaygın olarak kabul görüp araştırmacılar tarafından sıklıkla kullanılan testlerden biri haline gelmiştir. Duygusal zekânın kişisel beceriler, kişilerarası beceriler, uyum sağlama, stres yönetimi ve genel ruh hali olarak ayırdığı boyutlarının 15 alt boyutuna göre ayrıca değerlendirmeler yapılmıştır (19,34).

Duygusal zekâ çalışmasına katkıda bulunan diğer kişiler ise Petrides ve Furnham'dır. 2000 yılında duygusal zekayı hem bir "özellik" hem de bir "bilgi işleme süreci" olarak ele almışlardır (35,36). Onların bakış açısından zekâ, "kişisel karakter özelliği" de taşıyan bir yetenektir. Yaklaşımlarında insanların duygusal yeterlilikleri konusunda kendilerini nasıl algıladıkları ve bireysel farklılıkları ön plana çıkmaktadır. Duygusal zekâ özelliği (Trait EQ) kişilik çerçevesinde incelenir ve kişilerin kendi görüşlerine yer verilir (37).

2.1.5. Duygusal Zekâ Modelleri

Duygusal zekâ, ortaya çıktığı günden bu yana bilimsel ve bilimsel olmayan birçok araştırmaya konu olarak popüler hale gelmiştir. Burada tartışılacak olan farklı duygusal zekâ modelleri ve teorileri vardır. Halihazırda kabul edilen DZ modelleri şunlardır (Şekil 2.2):

1. Yetenek Tabanlı DZ modeli (Mayer ve Salovey, 1990)
2. Karma DZ modeli; (Goleman, 1995; Bar-On, 1997; Cooper ve Sawaf, 1997)
3. Özellik DZ modeli (Petrides, 2010) (14)



Şekil 2.2. Duygusal zekâ modelleri (14).

Mayer ve Salovey Yetenek Tabanlı Duygusal Zekâ

Salovey ve Mayer, duygusal zekayı aile, iş vb. sosyal zekanın bir boyutu olarak görmüşlerdir. Ayrıca sosyal alanlarda başarının temel belirleyicisinin olduğunu ortaya koymuşlardır. Onlara göre DZ, genel benlik ve başkalarının algısını değerlendirmeye değil, davranışı düzenlemek için kişinin kendisinin ve başkalarının duygu durumlarını tanımasına ve kullanmasına odaklanmaktadır (14).

2004 yılında Mayer, Salovey ve Caruso tarafından geliştirilen DZ modeli, duygusal zekanın birbiriyle ilişkili dört yeteneği içerdiğini ileri sürmüştür; (1) duyguları algılama, (2) düşünceyi kolaylaştırma, (3) duyguları anlama, (4) duyguları yönetme (12,31).

Duyguları Algılama: Kendisinde, başkalarında, sanatta, hikayelerde, müzikte ve diğer uyaranlarda, duyguları algılama becerisini içerir. Birey kendi duygularına odaklandığında, öz farkındalığı, diğerlerinin duygularına odaklandığında ise duyarlılık ve hassasiyeti (etkilenmesi) artış gösterebilir.

Düşünceyi Kolaylaştırma: Duyguları iletme veya duyguları iletişim kurma aracı olarak hissetme, kullanma ve duyguları başka bilişsel süreçlerde kullanma

becerisidir. Duyguların kullanılması, muhakeme, problem çözme, karar verme ve iletişim gibi bazı bilişsel süreçleri kullanmayı da gerektirir.

Duyguları Anlama: Duygusal bilgileri, duygulardaki geçişleri, duyguların birbiriyle ilişkisini ve duygusal durumları anlama becerisidir. Duyguları anlama, duyguları analiz etme kapasitesini yansıtacak kadar dile sahip olmayı ve amaçlı düşünebilmeyi içerir. Duyguları anlama becerisi olan bireyler, özellikle duygulara ilişkin zengin kelime hazinelerine sahiptir ve farklı duygu durumlarını tanımlayan terimleri ve arasındaki ilişkileri anlayabilirler.

Duyguları Yönetme: Duygulara açık olma ve kişisel anlama ve gelişmeyi sağlamak için duyguları düzenleyebilme becerisidir. Bireyler kendi duygularını yönetirken, duygularını doğru bir şekilde izleyebilmeli, ayırt edebilmeli ve etiketleyebilmeli, bu duygularını iyileştirebileceklerine veya başka şekilde değiştirebileceklerine inanmalı, duygularını değiştirecek stratejileri kullanabilmeli ve bu stratejilerin etkinliğini değerlendirebilmelidir (12,14).

Salovey ve Mayer, modellerinde bulunan duygusal zekanın dört bileşenini belirlemek için objektif testler oluşturmuştur. Mayer ve arkadaşları tarafından geliştirilen bu yetenek temelli test, 2000 yılında geliştirilen Mayer, Salovey ve Caruso Duygusal Zekâ Testi (MSCEIT) olarak bilinmektedir. Ölçek, toplam 141 maddeden oluşmakta ve 30-45 dakika arasında tamamlanması öngörülmektedir (14).

Goleman Karma Duygusal Zekâ Modeli

Goleman, duygusal zekayı eğitim, iş ve yaşamdaki başarının bir göstergesi olarak görmüştür. Duygusal zekâ bireyin öz farkındalığını artırmak için gerekli olsa da liderlik ve yönetici gibi pozisyonlardaki bireyler için önemine daha fazla vurgu yapılmaktadır (14).

Goleman'ın modelinin benzersiz özelliklerinden biri, beş temel duygusal alt boyuttan oluşmasıdır. Bunlar, öz-bilinç, öz-düzenleme, motivasyon, empati ve sosyal becerilerdir (Tablo 2.1).

Tablo 2.1. Goleman karma duygusal zekâ modeli alt boyutları (14).

Öz-bilinç	İçinde bulunduğumuz anda neler hissettiğimizi bilmek ve bu tercihleri karar vermemize yol gösterecek biçimde kullanmak; kendi yetilerimize yönelik gerçekçi bir değerlendirmeye ve sağlam temellere dayanan bir özgüven hissine sahip olmak
Öz düzenleme (Öz-denetim, Kendine çekidüzen verme)	Duygularımızı, elimizdeki işi engellemek yerine kolaylaştıracak şekilde idare etmek; vicdanlı olmak ve hedeflere ulaşmak için bir zevkin tatminini ertelemek; duygusal sıkıntıdan kendini kurtarıp toparlanmak,
Motivasyon	Bireyi hedeflerine yöneltecek ve yol gösterecek, inisiyatif kullanmasına ve gelişmek için çaba harcamasına, yenilgiler ve engellenmişlik hissi karşısında sebat etmesine yardımcı olacak en derindeki tercihleri kullanmak
Empati	İnsanların neler hissettiğini sezmek, onların açılarından bakabilmek ve çok farklı insanlarla dostluk geliştirip uyum sağlayabilmek
Sosyal beceriler	İlişkilerde duyguları iyi idare etmek, sosyal durumları ve ilişki ağlarını doğru algılamak; pürüzsüz etkileşim içinde olmak, bu becerileri ikna ve liderlik etmek, anlaşmazlıklarda uzlaşma ve çözüm sağlamak, iş birliği ve ekip çalışması için kullanmak

Goleman'ın yaklaşımını kullanarak Duygusal Zekayı ölçmek söz konusu olduğunda, Boyatzis, Goleman ve Rhee tarafından geliştirilen *Duygusal Yeterlilik Envanteri* (Emotional Competence Inventory-ECI) kullanılmaktadır. Ölçek duygusal farkındalık, duygu yönetimi, sosyal farkındalık ve sosyal beceriler olmak üzere 4 gruba ayrılmış ve toplam 20 alt boyuta sahiptir. ECI psikometrik özellikleri açısından bazı sınırlılıklara sahip olduğundan daha çok psikolojik danışmanlık çalışmaları gibi akademik alan dışındaki çalışmalarda kullanılmaktadır (14).

Bar-On Karma Duygusal Zekâ Modeli

Reuven Bar-On'un çalışmaları, duygular ve sosyal beceriler arasındaki ilişkiye odaklanmıştır. Duygusal zekayı, hem bireyin hayatta başarılı olma yeteneğini hem de bireyin genel ve psikolojik refahını etkileyen bir dizi yeterlilik ve beceri olarak görmüştür. Bu yetkinlikler ve beceriler zekanın kişisel, duygusal ve sosyal boyutlarını oluşturmaktadır (5,19).

Bu kavramsallaştırmada atıfta bulunulan duygusal ve sosyal yetkinlikler, beceriler ve kolaylaştırıcılar beş temel bileşen içerir; (1) kişisel beceriler (2) kişilerarası beceriler (3) uyumluluk (4) stres yönetimi (5) genel ruh hali (Şekil 2.3).

1. Kişisel Beceriler • *Öz saygı* • *Duygusal Öz farkındalık* • *Kararlılık* • *Bağımsızlık* • *Kendini Gerçekleştirme*	Bireyin duygusal yönden kendisinin ve başkalarının farkında olma ve duygularını tanıyıp ifade edebilme becerisi.
2. Kişilerarası Beceriler • *Empati* • *Sosyal Sorumluluk* • *Kişilerarası İlişkiler*	Bireyin başkalarıyla kurduğu ilişkileri empati yoluyla ilerletebilme becerisi.
3. Uyumluluk • *Esneklik* • *Gerçekçilik* • *Problem Çözme*	Bireyin duygu ve düşüncelerini tarafsız şekilde değerlendirme, yeni ortamlara uyum gösterebilme, problemlerin çözümünde doğru davranışı sergileme becerisi.
4. Stres Yönetimi • *Dürtü Kontrolü* • *Stres Toleransı*	Kişinin stresörler doğrultusunda karşılaşılan zorluklar karşısında duyguları kontrol edebilme becerisi.
5. Genel Ruh Hali • *Mutluluk* • *Optimistlik*	Bireyin hayata pozitif yönde bakabilmesi doğrultusunda genel bir memnuniyet içinde olmasıdır.

Şekil 2.3. Bar-On karma duygusal zekâ modeli alt boyutları (14).

Bar-On, duygusal-sosyal zekanın bireyin kendini ne kadar etkili anlayabildiği ve kendini başkalarına ne kadar etkili ifade edebildiği, başkalarıyla ilişki kurabildiği gibi, birbiriyle ilişkili duygusal ve sosyal yetkinlik ve becerilerin kolaylaştırıcı bir

kesiti olduğunu ifade etmiştir. Ayrıca modelinin en büyük özelliğinin öğretilebilir ve öğrenilebilir olması gerektiğini öne sürmüştür (19).

Bar-On duygusal zekâ modeli, öz bildirim ölçüm araçları kullanılarak değerlendirilebilir. Bunlardan en yaygın olanı *Duygusal Bölüm Envanteri* (Emotional Quotient Inventory EQ-i)'dir. EQ-i testi yukarıda bahsedilene 5 temel bileşen ve 133 sorudan oluşmaktadır (14,19).

Algılanan Duygusal Zekâ/Duygusal Zekâ Özellik Modeli

Duygusal zekâ özellik modelinde, duygusal deneyimin temeli olan kişilik özelliklerine odaklanılır. Bireyin eğilimleri ile ilgilidir ve Petrides'e göre bireyin kişiliğini incelemek gerekir. Bireyin kendiliğinden algıladığı yetenekleri incelemek için Petrides ve Furnham'a göre algılanan DZ, bireyin duygularıyla ilgili bilgileri bireysel algı ile davranışsal olarak kullanma, tanımlama ve işlemedir (35).

Şekil 2.4'te Petrides ve Furnham duygusal zekâ modeli ve bileşenleri özetlenmektedir**.**

1. İyi Olma	• Özgüven • Mutlu olma • İyimserlik
2. Öz-Kontrol	• Duygularını kontrol edebilme. • Stresini performansını etkilemeyecek şekilde kontrol altına alabilme. • Dürtü kontrolü.
3. Duygusallık	• Başkalarının ve kendisinin duygularının farkına varma • Duyguların doğru şekilde ifade edebilme • Başkalarıyla ilişki kurup geliştirebilme. • Empati kurabilme
4. Sosyallik	• Sosyal farkındalık, sosyal çevre oluşturabilme. • Başkalarının duygularını etkileyebilme. • Kararlı olma • Yeni koşullara uyum sağlayabilme. • Kendini motive etme

Şekil 2.4. Petrides ve Furnham algılanan duygusal zekâ/duygusal zekâ özellik modeli ve bileşenleri (14).

Algılanan DZ düzeyi, Petrides tarafından geliştirilen *Duygusal Zekâ Özellik Ölçeği* (Trait Emotional Intelligence Questionnaire TEIQue) ile belirlenir. Ölçek dört temel boyuttan oluşmaktadır: iyi oluş, öz kontrol, duygusallık ve sosyallik (14). Bu ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışmaları Deniz ve arkadaşları (37) tarafından gerçekleştirilmiştir.

2.1.6. Duygusal Zekâ Konusunda Yapılmış Çalışmalar

Bu bölümde duygusal zekâ ile ilgili Türkiye'de ve yurtdışında yapılan çalışmalar yer almaktadır.

Duygusal zekanın çeşitli alanlardaki önemi gözlemlendiğinden bu konuda pek çok çalışma yapılmış ve yapılmaya da devam edilmektedir. Eğitim bilimleri, sosyal bilimler ve sağlık bilimlerinde farklı model ve insan grupları kullanılarak araştırmalar yapılmıştır.

Bireylerin sosyal dinamiklerindeki değişiklikler nedeniyle, herkes evdeki ve dış ortamdaki büyük değişikliklerden kaynaklanabilecek bazı zorluklarla karşı karşıyadır. Daha fazla sorumluluktan tutun da geleneksel aile ortamlarından daha az desteğe kadar, giderek daha fazla insan, sosyal çevrede düzenlemeler yapılmasında zorluk yaşama riski altındadır. Bu değişiklikler, duygusal ve zihinsel bozukluklara yol açabilmektedir. Yönetim eğitimi alan bazı öğrencilerle yapılan bir çalışmada, öğrenciler arasındaki DZ düzeyinin farklı çevresel faktörlerden dolayı önemli ölçüde farklılaştığı bulunmuştur. Her iki ebeveyni olan, tek ebeveynli veya ebeveynsiz yaşayan, geleneksel aile veya çekirdek ailede yaşayan, ebeveynlerinin tek çocuğu olan veya az kardeşi olan, yüksek statüye sahip veya daha düşük aile statüsüne sahip, kentsel veya kırsal alanda ikamet eden öğrencilerin DZ üzerinde etkileri vardır. Çalışmaya göre, olumlu çevresel faktörlerin öğrenciler arasında yüksek düzeyde duygusal olgunluğa yol açabileceği, olumsuz ortamların öğrenciler arasında düşük duygusal olgunluğa yol açabileceği söylenmiştir (16). Checa ve arkadaşları da (38) sırasıyla 15 (11 kadın, 4 erkek) ve 13 (6 kadın, 7 erkek) gönüllüden oluşan yüksek ve düşük duygusal zekâ gruplarından, yüksek duygusal zekâ düzeyine sahip grupta duygusal içerikli kognitif performansın yüksek olduğunu açıklamışlardır. Öğrenmenin sürekli bir süreç olduğu konusunda genel bir fikir birliği vardır ve bir eğitimcinin en iyi uygulaması, yaşam boyu öğrenmeye, kişisel ve mesleki gelişime bağlılıktır.

Sağlıklı ve başarılı bir bireyin gelişiminde yer alan kritik yönlerden biri de Duygusal Zekadır. Bu gerçeklerden yola çıkarak Lenka ve arkadaşları, ortaokul öğretmenlerindeki DZ ile mesleki gelişimleri arasındaki ilişkiyi belirlemek için Hindistan'da bir araştırma yapmışlardır. Öğretmen adaylarının katımlıyla yaptıkları çalışmada, sosyoekonomik durumun DZ üzerinde anlamlı bir etki gösterdiği ortaya çıkmıştır (39). Ayrıca çevre ve DZ üzerindeki etkileri ile ilgili olarak Hindistan'da yapılan başka bir araştırma, özel bir kurumda çalışan öğretmenlerin, hükümette çalışanlara göre DZ düzeyinin yüksek olduğunu ortaya koymuştur (40).

2006 yılında yapılan bir çalışmada üniversite öğrencilerinin DZ becerileri ile stresle başa çıkma tarzları arasında bir ilişki olup olmadığı incelenmiştir. Araştırma, Acar tarafından Türkçe'ye uyarlanan Baron Duygusal Bölüm Envanteri kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Araştırmaya göre üniversite öğrencilerinin duygusal zekaları, içsel yetenekleri, kişilerarası yetenekleri, uyum sağlama ölçekleri, stresle başa çıkma ölçeği, genel duygu durum ölçeği ve stresle başa çıkma tarzlarından soruna yönelme arasında pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki bulunurken; içsel yetenekler alt boyutu ile problemden kaçınma alt boyutu arasında negatif, kişilerarası yetenekler genel duygu durum alt boyutu ile sosyal destek arama alt boyutu arasında ise pozitif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur (41).

Gaziantep ilinde 3 üniversitede İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi'nde okuyan 203 üniversite öğrencisi üzerinde yapılan bir araştırmada, duygusal zekanın iletişim becerilerini ve bireysel yenilikçiliği olumlu etkilediği ortaya konulmuştur (42)

Eğitim fakültesi öğrencilerinin duygusal zekâları ile yaşam doyumu becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesinin amaçlandığı bir çalışmada Petrides ve Furnham tarafından geliştirilen form ‘Duygusal Zekâ Özellik Ölçeği-Kısa Formu (DZÖÖ-KF) kullanılarak toplam duygusal zekâ ortalama değerleri ile duygusal zekâ alt boyutları ortalamaları ile yaşam doyumu ortalamaları arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır. Ayrıca duygusal zekanın, yaşam doyumunun anlamlı bir göstergesi olduğu saptanmıştır (43).

2007 yılında Alper tarafından duygusal zekâ üzerine yapılan karşılaştırmalı bir çalışmada psikolojik danışmanlar ve sınıf öğretmenlerinin iletişim ve empati beceri düzeyleri incelenmiştir. Sınıf öğretmenlerinin iletişim becerileri puanlarının psikolojik

danışmanların iletişim becerileri puanlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca aynı çalışmada psikolojik danışmanların empatik beceri puanları sınıf öğretmenlerinin empatik beceri puanlarından anlamlı derecede yüksek çıkmıştır (43).

Boyatzis ve arkadaşları, 40 mühendisle yaptıkları araştırmada, meslektaşlarının gözlemlerine dayanarak DZ düzeyleri yüksek olan kişilerin iş yerinde daha üretken olduklarını keşfetmişlerdir. Ancak genel zihinsel yetenek ve kişiliğin üretkenliklerini geliştirmediğini bulmuşlardır (44).

Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi'nde Çetinkaya ve Alparslan tarafından duygusal zekanın iletişim becerilerine etkisini belirlemek amacıyla 203 öğrenci ile yapılan bir çalışmada duygusal zekanın alt boyutları ile iletişim becerilerinin alt boyutları arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Duygusal zekanın duygusal farkındalık boyutu ile iletişim becerilerinin duygusal boyutu arasındaki ilişkinin ise zayıf olduğu görülmüştür. Araştırma Schutte ve arkadaşları tarafından hazırlanan duygusal zekâ ölçeği ve Ersanlı ve Balcı tarafından geliştirilen iletişim becerileri envanteri kullanılarak yapılmıştır (33).

Bazıları, öğrencilerin duygusal zekalarının geliştirilmesinin bir eğitim sisteminin sorumluluğu olmadığını savunmuşlardır. Bu görüş, öğrencilerin duygusal olarak öğretimle ilişkili olduğu gerçeğini hesaba katmaz ve büyük ölçüde öğrenip öğrenmediklerini belirler. Duygular, doğrudan insan davranışlarına rehberlik eden düşünceyle ilgilidir. DZ, yüksek kaliteli duygulara yol açabilen yüksek kaliteli düşünce ile yaratılmıştır (45).

Birçok araştırmacıya göre duygusal zekâ öğrenme yoluyla geliştirilebilir. Bar-On'e göre bilişsel olmayan yetenek ve beceriler yaşam boyunca değişebilir, zamanla gelişebilir ve terapötik tekniklerin yanı sıra bu konuya odaklanan eğitici ve iyileştirici programlar ile artırılabilir (19). Bar-On ile uyumlu olarak Goleman da DZ ile ilgili beceri ve yetkinliklerin geliştirilebileceğini; grup ve topluluklarla yapılacak eğitimlerin hedeflenmesi gerektiğini belirtmektedir (46). DZ eğitimi için kullanılan en iyi modellerin arasında üçlü model (tripartite model) bulunmaktadır. DZ eğitiminin üçlü modeli, duygusal zekanın bilgi ve yetenek düzeylerini geliştirmektedir. Bu,

özellik düzeyinde uzun vadeli değişiklikleri teşvik etmek için hayati önem taşımaktadır (18).

Modeli kullanan çalışmalar ile, e-posta üzerinden 15 ila 18 saatlik bir eğitim süresiyle DZ'nın geliştirilmesinin mümkün olduğu kanıtlanmıştır. Dahası, duygusal zekanın artması yalnızca kullanılan DZ testi değil, aynı zamanda bireyler ve akranlar tarafından değerlendirilen çeşitli psikolojik değişkenlerde de bireylerin yaşamlarındaki değişimin başkaları tarafından da fark edilebilmeleri açısından önemlidir (21).

Nelis ve arkadaşları yaptıkları bir çalışmada, kontrollü bir deneysel tasarım kullanarak Duygusal Zekayı arttırmanın mümkün olup olmadığını incelemişlerdir. Deney grubunun katılımcıları, deneysel olarak türetilen kısa bir DZ eğitimi alırken, kontrol grubu normal bir şekilde yaşamaya devam etmişlerdir.DZ eğitimi alan deney grubunun katılımcılarında, eğitim grubunda duygu tanımlama ve duygu yönetimi yeteneklerinde önemli bir artış olduğu görülmüştür. 6 ay sonra yapılan takip ölçümleri, bu değişikliklerin kalıcı olduğunu ortaya koymuştur. Bu bulgular, duygusal zekanın geliştirilebilir olduğunu kanıtlamaktadır (47).

Bir meta-analizde DZ ve sağlık arasında pozitif bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Yüksek DZ, daha düşük psikolojik hastalık riski, daha düşük tükenmişlik yaşama eğilimi ve daha fazla refah ile ilişkilidir. Daha yüksek bir DZ puanı, düzenli egzersiz yapmak ve sağlıklı bir diyetle beslenmek gibi sağlıkla ilgili olumlu davranışların artmasıyla bağlantılıdır. Öte yandan sigara, alkol tüketimi ve genel olarak bağımlılıklar gibi sağlıkla ilgili olumsuz davranışlar, DZ düzeyinde azalmayla ilişkilidir. Son olarak, DZ'nın kortizol, kalp atış hızı değişkenliği ve elektro-dermal aktivite yoluyla öznel düzeyde ve ayrıca hormonal ve fizyolojik düzeyde strese karşı koruyucu bir rolü olduğu gösterilmiştir. Bu nedenle, DZ düzeyinde eğitimin toplumda büyük bir rolü olduğu kanıtlanmıştır (18).

Yaşamın farklı alanlarındaki performansın belirlenmesinde çok faydalı olduğu bildirildiğinden, DZ tıp literatüründe de büyük önem kazanmaktadır. Son zamanlarda DZ ile ilgili çalışmalar, tıp öğrencileri (22, 23), hemşireler, eczane, veteriner öğrencileri (23) ve mühendisler (24) gibi gruplarda yapılmıştır. Ancak, tüm bu farklı öğrenci gruplarını karşılaştıran duygusal zekâ puanlarının incelendiği bir çalışmaya

rastlanmamıştır. Bu araştırma ile literatürdeki bu eksikliğin giderilmesi amaçlanmaktadır.

Bu çalışmada sağlıklı genç erişkin kadın ve erkek gönüllülerde DZ düzeyleri araştırılmış ve eğitim aldıkları alanlarla ilişkisi değerlendirilmiştir. Araştırma sonuçlarının konuyla ilgili daha ileri çalışmalar için temel oluşturabileceğini düşünmekteyiz.

3. MATERYAL VE YÖNTEM

Bu bölümde araştırmanın modeli, evren ve örneklemi, veri toplama araçları ve verilerin analizine ilişkin bilgilere yer verilmiştir**.**

3.1. Araştırmanın Tipi ve Amacı

Tanımlayıcı kesitsel nitelikte yapılan araştırmanın evrenini Türkiye'deki üniversitelerde eğitim alan 18-25 yaşları arasında kadın ve erkek öğrenciler oluşturmaktadır.

Bu çalışmada, sağlıklı genç erişkin kadın ve erkek gönüllülerde DZ düzeyleri araştırılarak eğitim aldıkları alanlarla ilişkisini değerlendirilmek amaçlanmıştır.

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklem

Çalışmaya 18-25 yaşları arasında Türkiye'deki üniversitelerin farklı bölümlerinde eğitim alan kadın ve erkek sağlıklı gönüllüler dahil edilmiştir. Testten önce katılımcıların demografik özellikleri sorgulanıp, 18-25 yaş arasında olmayanlar, üniversite öğrencisi olmayanlar, daha öncesinde psikiyatrik bir hastalık tanısı olanlar, sinir sistemini ilgilendiren bir hastalığı bulunanlar çalışma dışı bırakılmıştır. Araştırmada veri toplamak için online olarak Duygusal Zekâ Özellik Ölçeği-Kısa Formu kullanılmıştır. Öncesinde yine online olarak Kişisel Bilgi Formu kullanılarak, katılımcıların demografik özellikleri ve sağlık durumuna yönelik bilgiler sorgulanmıştır. Kişisel Bilgi Formu ve Duygusal Zekâ Özellik Ölçeği-Kısa Formu Google anketleri kullanılarak hazırlanmıştır. Bu çalışma, Ankara Şehir Hastanesi 1. Nolu Etik Kurulunun 06.01.2021 tarihli (Karar No: EI/1433/2020) onayı ile gerçekleştirilmiştir.

3.3. Yöntem

Çalışmada DZ özelliklerini belirlemek için Duygusal Zekâ Özellik Ölçeği-Kısa Formu kullanılmıştır. Ölçek, Petrides ve Furnham (36) tarafından geliştirilmiş ve Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenirlik çalışması Deniz ve arkadaşları (37) tarafından yapılmıştır. Ölçek 20 maddeden oluşmaktadır. Her madde için en düşük

puan 1 ve en yüksek puan 7'dir. Ölçek, bireyin duygusal yeteneklerinin kendini algılama düzeyini belirlemek için duygusal zekanın bir "kişisel karakter özelliği" olarak kavramsallaştırılmasına dayanmaktadır. Toplam duygusal zekayı ölçmek için tasarlanmış 7'li Likert tipi bir ölçme aracıdır (1: kesinlikle katılmıyorum'dan 7: kesinlikle katılıyorum'a). Dört alt ölçekten oluşur: "iyi oluş", "öz kontrol", "duygusal" ve "sosyallik". Ölçek, toplamından yüksek puan alan bireylerin duygusal zekâ yeterliklerinin yüksek, puanları düşük olanların ise düşük duygusal zekâ yeterliklerine sahip olduklarını göstermektedir. DZÖÖ-KF'nun iç tutarlılık güvenirlik katsayısı ölçeğin tamamı için .81, test-tekrar test güvenirlik katsayısı ise.86'dır. Bu sonuçlar DZÖÖ-KF'nun Türkçe formunun geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğunu kanıtlamaktadır (37). Çalışmamızda sağlıklı gönüllülerin farklı eğitim alanlarındaki duygusal zekâ düzeyleri belirlenmeye çalışılırken Petrides ve Furnham'ın bu yaklaşım doğrultusunda geliştirdikleri ölçekten faydalanılmıştır.

DZÖÖ-KF'den elde edilen veriler aşağıda gösterildiği gibi analiz edilmiştir.

İyi oluş: 6, 13, 16, 18
Öz kontrol: 2*, 4*, 10, 14*
Duygusallık: 5*, 11*, 15, 19*
Sosyallik: 3, 7*, 8, 17*
Toplam DZ'da alınacak maddeler: 1, 9*, 12*, 20
Not: Yanında "*" işareti olan maddeler tersi puanlanacaktır (37).

Her bir gönüllünün araştırmaya katılma süresi sadece bir defa olmak üzere yaklaşık 10-15 dakika sürmüştür. Etik kurul onayı alındıktan hemen sonra çalışmaya başlanmıştır. Anket soruları ve duygusal zekâ ölçeği bazı sosyal medya hesapları kullanılarak katılımcılarla paylaşılmıştır**.**

3.4. İstatistiksel Analiz

Araştırmaya katılan öğrencilerden Google form aracılığıyla elde edilen veriler Microsoft Excel'e aktarıldıktan sonra kodlanarak SPSS'e yüklenmiştir. Veriler, bilgisayar ortamında araştırmacılar tarafından istatistiksel analiz için SPSS 28.0 for windows programı kullanılarak değerlendirilmiştir. Çalışmada değerlendirilen değişkenler için tanımlayıcı istatistikler; normal dağılım gösteren parametreler için

ortalama ve standart sapma olarak ifade edilmiştir**.** Çalışmada duygusal zekâ düzeyleri ile diğer ilgili değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Kruskal-Wallis ve Mann–Whitney U testi kullanılmıştır. Sayısal değişkenler arasındaki ilişkiyi belirlemek için spearman korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Kategorik ve sayısal bir değişken arasındaki ilişkiyi belirlemek için Kruskal-Wallis testi ve Mann–Whitney U testi kullanıldı. Hesaplamalarda istatistiksel olarak anlamlılık seviyesi $p<0,05$ olarak kabul edilmiştir.

4. BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde gönüllülerin kişisel bilgilerine ilişkin tanımlayıcı istatistikler ve Duygusal Zekâ Özellik Ölçeği-Kısa Formdan alınan puanlar sunulmaktadır. İlk olarak betimsel analizden elde edilen sonuçlar, ardından çıkarımsal istatistiksel analizden elde edilen veriler sunulmuştur.

Bu çalışmada analizden elde edilen veriler frekans tabloları kullanılarak sunulmuştur.

4.1. Demografik Özelliklere İlişkin Bulgular

Bu bölüm, kişisel bilgi anketinde yer alan değişkenlerden (cinsiyet, yaş, medeni durum, uyruk, üniversite türü, eğitim seviyesi, eğitim alanı, kaçıncı sınıf olduğu, anne – baba eğitim düzeyi, ailenin gelir düzeyi, sigara alışkanlıkları, alkol alımı, egzersiz alışkanlıkları, beslenme alışkanlıkları) elde edilen tanımlayıcı istatistikleri özetlemektedir (Tablo 4.1). Araştırma kapsamında dahil edilme kriterlerini karşılayan toplam 256 katılımcının verileri analiz edilmiştir. (Not: Araştırmamızda içinde bulunduğumuz pandemi şartları nedeni ile her fakülteden hedeflenen katılımcı sayısına ulaşılamamıştır. Bu nedenle veriler değerlendirilirken, fakülteler alanlarına göre gruplanarak analiz yapılmıştır.)

Tablo 4.1. Katılımcıların demografik özellikleri.

		N	Yüzde (%)
YAŞ GRUPLARI	18	17	6.6
	19	46	18
	20	48	18.8
	21	47	18.4
	22	30	11.7
	23	31	12.1
	24	24	9.4
	25	13	5.1
CİNSİYET	Kadın	171	65.6
	Erkek	85	33.2
MEDENİ DURUM	Bekar	254	99.2
	Evli	2	0.8

Tablo 4.1. (devam) Katılımcıların demografik özellikleri.

UYRUK (T.C.)	Evet	228	89.1
	Hayır	28	10.9
ÜNİVERSİTE TÜRÜ	Devlet	231	90.2
	Vakıf	25	9.8
ÖĞRENİM DURUMU	Lisans	246	96.1
	Yüksek lisans	8	3.1
	Doktora	2	0.8
EĞİTİM ALADIKLARI ALANLAR	Doğal ve Uygulamaları Bilimler	13	5.1
	Sağlık Bilimleri	180	70.3
	Sosyal Bilimleri	63	24.6
SINIFLAR	1	54	21.1
	2	85	33.2
	3	32	12.5
	4	45	17.6
	5	36	14.1
	6	5	1.6
ANNE EĞİTİM DÜZEYİ	Okur yazar değildir	13	5.1
	İlkokul mezunu	66	25.8
	Ortaokul mezunu	36	14.1
	Lise ve dengi okul mezunu	51	19.9
	Yüksekokul	16	6.3
	Üniversite mezunu	74	28.9
BABA EĞİTİM DÜZEYİ	Okur yazar değildir	5	2.0
	İlkokul mezunu	42	16.4
	Ortaokul mezunu	26	10.2
	Lise ve dengi okul mezunu	53	20.7
	Yüksekokul	18	7.0
	Üniversite mezunu	112	43.8
AİLENİN AYLIK GELİR DÜZEYİ	2000 TL den az	22	8.6
	2000-2500 TL arası	20	7.8
	2501-3000 TL arası	20	7.8
	3001-3500 TL arası	10	3.9
	3501 -4000 TL arası	24	9.4
	4000 TL ve yukarısı	160	62.5
DÜZENLI EGZERSİZ ALIŞKANLIKLARI	Evet	95	37.1
	Hayır	161	62.9
SİGARA ALIŞKANLIKLARI	Evet	73	28.5
	Hayır	183	71.5
ALKOL ALIŞKANLIKLARI	Evet	85	33.2
	Hayır	171	66.8
BESLENME ALIŞKANLIKLARI	Çok sağlıksız	8	3.1
	Sağlıksız	24	9.4
	Ortalama	146	57.0
	Sağlıklı	74	28.9
	Çok sağlıklı	4	1.6
	TOPLAM	**256**	**100**

4.2. Duygusal Zekâ Özelliklerine İlişkin Bulgular

Katılımcıların toplam duygusal zekâ puanları hesaplandığında, eğitim aldıkları alanlara göre aralarında anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Cinsiyet ve yaşlara açısından değerlendirildiğinde bir fark bulunmuştur. Erkeklerin duygusal zekâ puanlarının kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p<0.001$). Bulgular Tablo 4.2, 4.3, 4.4, 4.5, 4.6, 4.7 ve 4.8 de özetlenmiştir.

Tablo 4.2. Katılımcıların eğitim aldıkları alanlara göre duygusal zekâ iyi oluş alt grup puanları.

Eğitim Alanları	**N**	**Medyan**	**Min.**	**Maks.**	**Ort.**	**St. Sapma**
Doğal ve Uygulamaları Bilimleri	13	5.00	3.67	6.67	5.21	1.05
Sağlık Bilimleri	180	4.83	1.33	7.00	4.68	1.24
Sosyal Bilimleri	63	5.00	2.33	7.00	4.78	1.23
Not: İstatiksel analizde Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Eğitim alanlarına göre aralarında anlamlı bir fark bulunmamıştır (p=.365)						

Tablo 4.3. Katılımcıların eğitim aldıkları alanlara göre duygusal zekâ öz-kontrol alt grup puanları.

Eğitim Alanları	**N**	**Medyan**	**Min.**	**Maks.**	**Ort.**	**St. Sapma**
Doğal ve Uygulamaları Bilimleri	13	4.75	1.00	6.50	4.40	1.54
Sağlık Bilimleri	180	4.25	1.00	7.00	4.18	1.15
Sosyal Bilimleri	63	4.50	1.25	7.00	4.19	1.31
Not: İstatiksel analizde Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Eğitim alanlarına göre aralarında anlamlı bir fark bulunmamıştır (p=.678)						

Tablo 4.4. Katılımcıların eğitim aldıkları alanlara göre duygusal zekâ duygusallık alt grup puanları.

Eğitim Alanları	N	Medyan	Min.	Maks.	Ort.	St. Sapma
Doğal ve Uygulamaları Bilimleri	13	5.00	2.25	6.00	4.71	1.03
Sağlık Bilimleri	180	4.19	2.00	6.75	4.61	1.01
Sosyal Bilimleri	63	4.75	3.00	6.75	4.71	0.99
Not: İstatiksel analizde Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Eğitim alanlarına göre aralarında anlamlı bir fark bulunmamıştır (p=.794)						

Tablo 4.5. Katılımcıların eğitim aldıkları alanlara göre duygusal zekâ sosyallik alt grup puanları.

Eğitim Alanları	N	Medyan	Min.	Maks.	Ort.	St. Sapma
Doğal ve Uygulamaları Bilimleri	13	5.00	2.75	7.00	5.02	1.24
Sağlık Bilimleri	180	5.00	1.50	7.00	4.91	1.23
Sosyal Bilimleri	63	5.25	2.50	7.00	5.17	1.13
Not: İstatiksel analizde Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Eğitim alanlarına göre aralarında anlamlı bir fark bulunmamıştır (p=.441)						

Tablo 4.6. Katılımcıların eğitim aldıkları alanlara göre toplam duygusal zekâ puanları.

Eğitim Alanları	N	Medyan	Min.	Maks.	Ort.	St. Sapma
Doğal ve Uygulamaları Bilimleri	13	5.00	2.50	6.25	4.50	1.42
Sağlık Bilimleri	180	4.50	1.00	7.00	4.45	1.19
Sosyal Bilimleri	63	4.25	2.00	7.00	4.43	1.22
Not: İstatiksel analizde Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Eğitim alanlarına göre aralarında anlamlı bir fark bulunmamıştır (p=.932)						

Tablo 4.7. Katılımcıların cinsiyete göre toplam duygusal zekâ puanları ve anlamlılık düzeyleri.

	N	Medyan	Min.	Maks.	Ort.	St. Sapma
Kadın	171	4.25	1.00	7.00	4.24	1.21
Erkek	85	5.00	2.00	7.00	4.86	1.09
Not: İstatiksel analizde Mann-Whitney testi kullanılmıştır. Aralarındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p<0.001)						

Tablo 4.8. Katılımcıların yaşlara göre toplam duygusal zekâ puanları ve anlamlılık düzeyleri.

Yaşlar	N	Medyan	Min.	Maks.	Ort.	St. Sapma
18	17	4.25	2.75	6.00	4.29	0.98
19	46	4.50	1.00	6.75	4.26	1.27
20	48	4.25	1.75	6.75	4.32	1.04
21	47	4.25	1.25	6.25	4.34	1.08
22	30	4.50	2.00	6.25	4.64	1.28
23	31	4.75	1.00	6.25	4.59	1.37
24	24	5.38	2.00	7.00	5.06	1.34
25	13	4.00	2.50	6.75	4.25	1.22
Not: İstatiksel analizde Spearman's rho testi kullanılmıştır. Aradaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (p=0.022).						

5. TARTIŞMA

Üniversite öğrencilerinin hem kişisel hem de toplumsal gelişime entelektüel olarak katkıda bulunma kapasitesi düşünüldüğünde öğrencilerin aldığı eğitimler ve eğitim çıktıları ile ilgili çalışmalar önem kazanmaktadır. Son yıllarda bilimsel literatürde popülerlik kazanan DZ, bireylerin kişisel ve mesleki yaşamdaki başarısının belirleyicisi olarak kabul edilmektedir. Sağlıklı genç erişkinlerin DZ puanlarının eğitim aldıkları alanlarla ilişkisinin değerlendirilmesi amacıyla yapılan bu çalışmada, katılımcıların eğitim aldıkları alanlar ile toplam duygusal zekâ puanları incelendiğinde, toplam duygusal zekâ puanı doğal ve uygulamaları bilimler alanında eğitim alan katılımcılarda en yüksek, sosyal bilimler alanında eğitim alan katılımcılarda en düşük olmasına rağmen, aradaki fark istatiksel olarak anlamlı bulunmamıştır. Benzer şekilde, DZ alt gruplarından iyi oluş, öz-kontrol ve sosyallik alt gruplarında da en yüksek puanlar doğal ve uygulamaları bilimler alanında, en düşük puanlar ise sağlık alanında eğitim alan katılımcılarda bulunmuş ancak gruplar arası farkın anlamlı olmadığı görülmüştür. Diğer taraftan duygusallık alt grubundaki puanlar doğal ve uygulamaları bilimler ile sosyal bilimler alanında birbirine çok yakın iken, sağlık bilimleri alanında en düşük puanlara rastlanmıştır.

Üniversite öğrencilerinin DZ puanları ve çalışma alanı ile ilişkisine yönelik yapılan çalışmalar sınırlıdır. Mevcut araştırmalarda, tek bir araştırmada DZ ile farklı fakülteleri kapsayan ve detaylı olarak inceleyen çalışmalara rastlayamadık. Kant'ın üç farklı fakülte öğrencilerini inceledikleri çalışmada üniversite öğrencilerinin duygusal zekâ düzeylerini belirlemek için 200 lisans ve lisansüstü öğrencisini kapsayan bir araştırmasında, Eğitim Fakültesi öğrencilerinin Hukuk ve Yönetim Fakültesi'ndeki öğrencilere göre duygusal zekâ düzeylerinin daha yüksek olduğu bulunmuştur (48). Atatürk Üniversitesi'nde fen, sağlık ve sosyal bilimler bölümü öğrencilerinin katıldığı bir başka araştırmada, DZ için en düşük toplam puan ortalaması fen bilimleri öğrencilerinin, en yüksek toplam puan ortalamasını ise sosyal bilimler öğrencilerinin aldığı ortaya çıkmıştır. Sağlık bilimleri toplam puanda en yüksek puanı alamasalar da empati alt boyutunda öne çıkmıştır. Yüksek empati puanının öğrencilere mesleki eğitimleri sırasında aşılandığı düşünülmektedir. Duygusal zekâ puan ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (49). Bir üniversitede farklı bölümlere devam eden sağlık öğrencileri arasında yapılan bir başka çalışmada, çalışma

programının duygusal zekâ üzerinde hiçbir etkisi olmadığı bulunmuştur (23). Bahsi geçen çalışmalarda da görüldüğü gibi, eğitim alanlarına göre toplam DZ puanları ile alt gruplar arası farklılıklar değişkenlik göstermektedir. Bizim çalışmamızda toplam DZ puanları ve alt grup puanları arası incelemeler kısmen farklı bulunmuştur.

Yaş ve toplam DZ puanı arasındaki ilişkinin incelendiği önceki çalışmalarda araştırmacılar yaşı, DZ gelişimi ile ilgili olarak en alakalı sosyodemografik değişkenlerden biri olarak tanımlamışlardır (50,51). Vanrooy ve arkadaşlarının çalışması ise DZ puanlarının yaşla birlikte artma eğiliminde olduğunu ortaya koymuştur (52). Cabello ve arkadaşları tarafından, Mayer-Salovey-Caruso Duygusal Zekâ Testi (MSCEIT) kullanılarak 17-76 yaşları arasındaki İspanyol katılımcılardan oluşan geniş bir kesitsel örneklemde duygusal zekâ yeteneğinin duyguları anlama dalı dışında, orta yaşlı yetişkinlerin daha yüksek DZ puanlarına sahip oldukları ortaya çıkmıştır. Bu bulgular, yaşın yaşlanma sırasında DZ yeteneğini önemli ölçüde etkilediği fikrini desteklemektedir (20).

MSCEIT kullanılarak yapılan bazı çalışmalarda ise yaşla ilgili çelişkili sonuçlar bulunmuştur. Castro-Schilo ve arkadaşlarının (53) çalışmasında, yaşlı bireylerin MSCEIT'in tüm dallarında önemli ölçüde daha iyi performans gösterdiği bulunmuş, diğer bir çalışmada ise, aksine, yaş ile MSCEIT boyutları arasında anlamlı bir ilişki gösterilememiştir. Yaşlıların duyguları tanımakta sorun yaşadıklarını bildiren bir meta-analizle tutarlı olarak, yaş ile duygusal algı arasında negatif bir ilişki bulan çalışmalar bile vardır (54).

Sunulan çalışmada ise yaş arttıkça DZ puanlarının kısmen arttığı görülmekle birlikte aradaki fark anlamlıdır.

DZ ile cinsiyet arasındaki değerlendirmede ise pozitif bir ilişki olduğu fikrini destekleyen kanıtlar çok zayıf görünmektedir. Yüksek öğrenim kurumlarında kadınların erkeklere göre duygusal zekâ puanlarının daha yüksek olduğuna dair genel bir algı vardır. Bununla birlikte, araştırma verileri çelişkili sonuçlar göstermektedir. 2002 yılında Chu (55) tarafından yapılan bir araştırma, erkek cinsiyetinin duygusal olarak daha zeki olduğunu ortaya koymuşlardır. Bidyadhar'ın çalışmasında da benzer şekilde erkeklerde DZ puanı daha yüksek bulunmuştur (23). Öte yandan, Punia ve Sangwan (56) çalışmalarında kadınların erkeklere göre duygusal olarak daha zeki

olduğunu bulmuşlardır. Kant'ın çalışmasında da bulgu saptanmıştır (48). Verma ve arkadaşlarının 22-25 yaş arası 150 kişinin katıldığı Hydes ve Dethe'nin "Duygusal Zekâ Testi"ni kullanarak yaptıkları araştırmada kadınların testte (55) daha yüksek puan aldığı ortaya çıkmıştır. Cabello ve arkadaşları geniş bir kesitsel yetişkin örnekleminde duygusal zekâ yeteneğini araştırırken cinsiyetin duygusal zekâ puanlarını etkilediği ve kadınların erkeklere göre daha yüksek puanlara sahip olduğunu bulmuştur (20). Benzer şekilde 275 katılımcıyla yapılan bir çalışmada, kadınların erkeklerden biraz daha yüksek puan aldığı görülmüştür (52).

Hindistan'da 235 katılımcı ile yapılan bir başka çalışmada ise cinsiyetin DZ (57) düzeyini etkilemediği ortaya çıkmıştır. Meskhat tarafından yapılan araştırma da toplam DZ puanlarında cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olmadığını desteklemiştir. Ancak kadınların duygusal öz-farkındalık, kişilerarası ilişkiler, benlik saygısı ve empati alt ölçeklerinde daha yüksek puan aldıkları bulunmuştur (58).

Binlerce erkek ve kadının duygusal zekâ seviyelerini de inceleyen bir araştırma, kadınların ortalama olarak duygularının daha fazla farkında olduğunu, daha fazla empati gösterdiğini ve kişilerarası olarak daha çok benimsediğini göstermiştir. Erkeklerin ise daha özgüvenli, iyimser ve uyumlu olduğunu göstermiştir. Ayrıca stresle baş edebilme yetenekleri bakımından erkeklerin kadınlardan daha iyi olduğu bulunmuştur (55).

Bizim çalışmamızda erkeklerin toplam DZ puanlarının kadınlara kıyasla daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuç da literatürdeki bazı çalışmalarla uyumludur.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Toplam 256 sağlıklı genç erişkin kadın ve erkek gönüllülerde gerçekleştirilen çalışmada, gönüllülerdeki DZ düzeylerinin eğitim aldıkları alanlarla ilişkisi değerlendirilmiştir. Gönüllülerin DZ puanlarının ortalamalarına göre en yüksek puan doğal ve uygulamaları bilimler alanında eğitim alan öğrencilerde olurken, bunu sağlık bilimlerindeki öğrenciler izlemektedir. En düşük ortalama ve alt grup DZ puanını ise sosyal bilimleri alanı öğrencilerinin aldıkları görülmüştür. DZ puanları bakımından eğitim alanları arasındaki ortaya çıkan fark istatistiksel olarak anlamlı olmamakla birlikte bunun sebebinin, çalışmamızın kısıtlılığı olarak, tüm dünyayı etkisi altına alan COVID-19 pandemisi sebebiyle hedeflenen sayıya ulaşılamamış olmasından kaynaklandığını, ileriki çalışmalarda daha geniş çalışma grubunda araştırmayı devam ettirmenin uygun olacağını ve faydalı sonuçlara ulaşılabileceğini düşünmekteyiz.

Cinsiyet ve DZ ile ilgili yapılan farklı çalışmaların farklı sonuçlara yol verdiği için genelleme yapmak zor olacaktır. Bu alanda daha sonraki çalışmalar için DZ puanları üzerinde etkisi olabilecek farklı faktörleri göz önünde bulundurarak yeni araştırmalar planlanmasının da bilimsel literatüre anlamlı bir katkı sağlayacağına inanıyoruz.

7. KAYNAKLAR

1. Kosonogov V, Vorobyeva E, Kovsh E, Ermakov P. A review of neurophysiological and genetic correlates of emotional intelligence, *International Journal of Cognitive Research in Science, Engineering and Education (IJCRSEE),* 2019, 7(1):137-142.

2. Pishghadam R, Sahebjam S. Personality and emotional intelligence in teacher burnout, *The Spanish Journal of Psychology,* 2012, 15(1):227-236.

3. Sanchez RE. Emotional Intelligence and teaching performance of tertiary faculty members, *Annals of Studies in Science and Humanities*, 2015, 1(1):61-72.

4. Cotruş A, Stanciu C, Bulborea AA. EQ vs. IQ which is most important in the success or failure of a student? *Procedia - Social and Behavioral Sciences,* 2012, 46:5211-5213.

5. Kobe LM, Palmon RR, Rickers JD. Self-reported leadership experiences in relation to inventoried social and emotional intelligence, *Current Psychology: Developmental Social Summe*r, 2001, 20(2):154-163.

6. Ahangar, RG. Emotional intelligence: The most potent factor of job performance among executives. *Emotional Intelligence - New Perspectives and Applications,* 2012, 1(1):121-138..

7. O'Connor PJ, Hill A, Kaya M, Martin B. The measurement of emotional intelligence: A critical review of the literature and recommendations for researchers and practitioners, *Frontiers in Psychology,* 2019, 10:1116. doi: 10.3389/fpsyg.2019.011162019.

8. Izard CE. The many meanings/aspects of emotion: Definitions, functions, activation, and regulation, *Emotion Review,* 2010, 2(4):363-370.

9. Tyng CM, Amin HU, Saad MN, Malik, AS. The influences of emotion on learning and memory, *Frontiers in Psychology*, 2017, 8. doi:10.3389/fpsyg.2017.01454.

10. Berridge KC. Evolving concepts of emotion and motivation, *Frontiers in Psychology*, 2018, 9. doi:10.3389/fpsyg.2018.01647.

11. Barrett LF, Adolphs R, Marsella S, Martinez AM, Pollak SD. Emotional expressions reconsidered: Challenges to inferring emotion from human facial movements, *Psychological Science in the Public Interest*, 2019, 20(1):1-68.

12. Mayer JD, Salovey P, Caruso DR. Emotional intelligence: Theory, findings, and implications, *Psychological Inquiry*, 2004, 15:197-215.

13. Cherniss C. Emotional intelligence: What it is and why it matters. https://www.eiconsortium.org. 11 Mart 2021.

14. Yazıcı A. Duygusal zekâ ve duygusal zekâ modelleri, *Erken Çocukluk Eğitiminde Duygusal Zekâ Kuramdan Uygulama ve Değerlendirmeye,* 2019. doi:10.14527/97860580008908.

15. Tuğrul C. Duygusal zekâ, *Klinik Psikiyatri*, 1999, 1:12-20.

16. Rajeshwari RR, John Mano Raj S. Study on the impact of environmental factors on emotional maturity, *Journal of Business and Management*, 2017, 19(5):01-09.

17. Chew BH, Zain AM, Hassan F. Emotional intelligence and academic performance in first and final year medical students: A cross-sectional study, *BMC Med Educ*, 2013, 13:44. doi:10.1186/1472-6920-13.

18. Campo M, Laborde S, Weckemann S, Colombus A. Emotional intelligence training: Implications for performance and health, *Advances in Psychology Research*, 2015, 101:75-92.

19. Bar-On R. The Bar-On model of emotional-social intelligence (ESI), *Psicothema*, 2006, 18:13-25.

20. Cabello R, Sorrel MA, Fernández-Pinto I, Extremera N, Fernández-Berrocal P. Age and gender differences in ability emotional intelligence in adults: A cross-sectional study, *Developmental Psychology*, 2016, 52(9):1486-1492.

21. Kotsou I, Nelis D, Grégoire J, and Mikolajczak M. Emotional plasticity: Conditions and effects of improving emotional competence in adulthood, *Journal of Applied Psychology*, 2011, 96:827-839.

22. Dolev N, Goldental N, Reuven-Lelong A, Tadmor T. The evaluation of emotional intelligence among medical Students and its links with non-cognitive acceptance measures to medical school, *Rambam Maimonides Medical Journal*, 2019, 10(2):e0010. doi:10.5041/RMMJ.10365.

23. Bidyadhar S, Nkemcho O, Md Anwarul AM, Paula N, Stella W, Suresh RR, Farid FY. The relationship between self-esteem, emotional intelligence, and empathy among students from six health professional programs, *Teaching and Learning in Medicine*, 2019, 31(5):536-543.

24. Tekerek M, Tekerek B. Emotional intelligence in engineering education, *Turkish Journal of Education*, 2017, 6(2):88-95.

25. Reisenzein R. What is a definition of emotion? and are emotions mental-behavioral processes? *Social Science Information*, 2007, 46(3):424-428.

26. Colom R, Karama S, Jung RE, Haier RJ. Human intelligence and brain networks, *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 2010, 12(4):489-501.

27. Sternberg RJ. Intelligence, *Dialogues in Clinical Neuroscience*, 2012, 14(1):19-27.

28. Plomin R, Deary IJ. Genetics and intelligence differences: Five special findings, *Molecular Psychiatry*, 2014, 20(1):98-108.

29. Deary IJ, Johnson W, Houlihan LM. Genetic foundations of human intelligence, *Hum Genet*., 2009, 126(1):215-232.

30. Gardner H, Hatch T. Educational implications of the theory of multiple intelligences, *Educational Researcher,* 1989, 18(8):4-10. doi:10.3102/00131-89x018008004.

31. Schutte NS, Malouff JM, Thorsteinsson EB, Bhullar N, Rooke SE. A meta-analytic investigation of the relationship between emotional intelligence and health, *Personality and Individual Differences*, 2007, 42(6):921–933.

32. Tucker ML, Sojka JZ, Barone FJ, McCarthy AM. Enhancing the emotional intelligence of business graduates, *Journal of Education for Business*, 2000, 75(6):331-338.

33. Çetinkaya Ö, Alparslan M. Duygusal zekânın iletişim becerileri üzerine etkisi: Üniversite öğrencileri üzerinde bir araştırma, *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi,* 2011, 16(1):363-377.

34. Çakar U, Arbak Y. Modern yaklaşımlar ışığında değişen duygu-zekâ ilişkisi ve duygusal zekâ, *Dokuz Eylul University the Journal of Graduate School of Social Sciences,* 2004, 6(3):23-48.

35. Petrides KV, Furnham A. Gender differences in measured and self-estimated trait emotional intelligence, *Sex Roles*, 2000, 42:449-461.

36. Petrides KV, Furnham A. Trait emotional intelligence: Psychometric investigation with reference to established trait taxonomies, *European Journal of Personality*, 2001, 15(6):425-448.

37. Deniz ME, Özer E, Işık E. Duygusal zekâ özellik ölçeği-kısa formu (TEIQue-SF) geçerlik ve güvenirlik çalışması, *Eğitim ve Bilim*, 2013, 38(169):407-419.

38. Checa P, Fernández-Berrocal P. Cognitive control and emotional intelligence: Effect of the emotional content of the task, brief reports, *Front. Psychol*, 2019, 10:195. doi:10.3389/fpsyg.2019.00195.

39. Samir K, Lenka RK. Emotional intelligence of secondary school teachers in relation to their professional development, *Asian Journal of Management Sciences and Education*, 2012, 1(1):90-101.

40. Garg P, Kapri, UC. A comparative study of emotional intelligence of secondary school teachers, *EPRA International Journal of Economic and Business Review,* 2016.

41. Deniz ME, Yılmaz E. Üniversite öğrencilerinin duygusal zeka ve stresle başa çıkma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*, Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2006, 3(25):17-26.

42. Tuba B, Emre D, Burcu E. üniversite öğrencilerinin duygusal zekâlarının iletişim becerilerine ve bireysel yenilikçilik seviyelerine etkisi, *Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 2017, 7(2):221-236.

43. Özdemir, M, Dilekmen, M. Eğitim fakültesi öğrencilerinin duygusal zeka ve yaşam doyumlarının incelenmesi, *Sakarya University Journal of Education*, 2016, 6(1):98-113.

44. Boyatzis R, Brizz T, Godwin L. The effect of religious leaders' emotional and social competencies on improving parish vibrancy, *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 2011, 18:192-206.

45. Elder, L. Critical thinking: The key to emotional intelligence, *Journal of Developmental Education*, 1997, 21(1):40-42.

46. Goleman D. *Emotional Intelligence*. Bantam, 2006.

47. Nelis D, Quoidbach J, Mikolajczak M, Hansenne M. Increasing emotional intelligence: How is it possible? *Personality and Individual Differences*, 2009, 47(1):36-41.

48. Kant R. Emotional intelligence: A study on university students, *J. Educ. Learn.*, 2019, 13(4):441-446.

49. Karaman Özlü Z, Avşar G, Gökalp K, Ejder Apay S, Altun ÖŞ, Yurttaş A. Comparison of the emotional intelligence levels of students receiving education in different fields, *Education Research International,* 2016, 1-5. doi:10.1155/2016/8508153.

50. Abhishek S, Rajeev S, Tahir N. Examining the effect of emotional intelligence on socio-demographic variable and job stress among retail employees, *Cogent Business & Managemen*t, 2016, 3:1, doi: 10.1080/23311975.2016.1201905.

51. Brouzos A, Misailidi P, Hadjimattheou A. Associations between emotional intelligence, socio-emotional adjustment, and academic achievement in childhood, *Canadian Journal of School Psychology,* 2014, 29(2):83-99.

52. Van Rooy DL, Alonso A, Viswesvaran C. Group differences in emotional intelligence scores: Theoretical and practical implications, *Personality and Individual Differences*, 2005, 38(3):689-700.

53. Castro-Schilo L, Kee DW. Gender differences in the relationship between emotional intelligence and right hemisphere lateralization for facial processing, *Brain and Cognition,* 2010, 73(1):62-67.

54. Fernández-Berrocal P, Cabello R, Castillo R, Extremera N. Gender differences in emotional intelligence: The mediating effects of age, *Behav. Psychol*, 2012, 20:77-89.

55. Verma P, Dash P. Gender and emotional intelligence of collage going students, *The International Journal of Indian Psychology*, 2014, 1(4). doi: 10.25215/0104.014.

56. Punia S, Sangwan S. Emotional intelligence and social adaptation of school children, *Journal of Psychology,* 2011, 2(2):83–87.

57. Kar D, Saha B, Mondal BC. Measuring emotional intelligence of secondary school students in relation to gender and residence: An empirical study, *American Journal of Educational Research*, 2014, 2(4):193-196.

58. Meshkat M, Nejati R. Does emotional intelligence depend on gender? A study on undergraduate english majors of three Iranian universities, *SAGE Open*, 2017, 7(3). doi:10.1177/2158244017725796**.**

EK-2. Kişisel Bilgi Formu

SAĞLIKLI GENÇ ERİŞKİNLERDE DUYGUSAL ZEKÂ DÜZEYLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

Bu araştırmaya Türkiye'deki üniversitelerin farklı fakültelerinde eğitim alan 18-25 yaş arası öğrenciler davet edilmektedir. Araştırma farklı alanlarda eğitim alan öğrencilerin duygusal zeka puanlarını belirlemek amacıyla yapılmaktadır. Çalışma, Ankara Yıldırım Beyazıt Üniversitesi Tıp Fakültesi Fizyoloji Anabilim Dalı Öğretim Üyesi Doç. Dr. Leyla AYDIN danışmanlığında gerçekleştirilmektedir.

Bu çalışmaya katılmak için onay verirseniz lütfen aşağıdaki devam kutucuğunu tıklayınız *

Demografik bilgiler

1. Yaşınız nedır?
2. Cinsiyetiniz? 1. Kadın 2. Erkek
3. Medeni durumunuz? 1.Bekar 2. Evli 3. Boşanmış 4. Eşi ölmüş (dul)
4. Uyruğunuz? Türk Türk Olmayan
5. Ne tür bir üniversiteye gidiyorsunuz? 1. Devlet 2. Vakıf üniversitesi
6. Öğrenim durumunuz nedir? 1.Lisans 2. Yüksek lisans 3. Doktora
7. Bölümünüz?
8. Üniversitede Kaçıncı yılınız?
9. Kaç kardeşiniz var? 1. 0 2. 1 3.2 4. 3 5.3'den fazla
10. Evde kiminle kalıyorsunuz? 1.yalnız kalıyorum 2. Annemle Babamla 3. Arkadaşlarımla 4. Akrabalarımla
11. Annenizin öğrenim durumu?

    1.İlkokul mezunu
    2.Ortaokul mezunu
    3.Lise ve dengi okul mezunu
    4.Yüksekokul
    5.Üniversite mezunu
    6. Okur yazar değildir

12. Anneniz çalışıyor mu, çalışıyorsa mesleği nedir?
13. Babanızın öğrenim durumu?

    1.İlkokul mezunu
    2.Ortaokul mezunu
    3.Lise ve dengi okul mezunu
    4.Yüksekokul
    5.Üniversite mezunu
    6. Okur yazar değildir

14. Babanızın mesleği nedir?

15. Ailenizin Aylık geliri ne kadardır?

1.2000 TL den az
2.2000-2500 TL arası

3. 2501-3000 TL arası

4. 3001-3500 TL arası

5. 3501 -4000 TL arası

5. 4000 TL ve yukarısı

1. Düzenli egzersiz yapar mısınız? 1. Evet 2. Hayır
2. Sigara, nargile veya çiğnenmiş tütün tüketiyor musun? 1. Evet 2. Hayır
3. Alkol alıyor musunuz? 1. Evet 2. Hayır
4. Beslenme alışkanlıklarınızı nasıl tanımlarsınız? 1. Çok sağlıklı 2. Sağlıklı 3. Ortalama 4. Sağlıksız 5. Çok sağlıksız

EK-3. Duygusal Zekâ Özelliği Ölçeği–Kısa Formu (DZÖÖ-KF)

Yönerge: Lütfen aşağıdaki her ifadeyi o ifadeye katılma ya da katılmama derecenizi yansıtan rakamı daire içine alarak cevaplayınız. İfadelerin tam anlamı hakkında çok uzun düşünmeyiniz. Hızlı ilerleyiniz ve kesin cevaplar vermeye çalışınız. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. 1-Kesinlikle katılmıyorum ile 7-Kesinlikle katılıyorum arasında 7 cevap seçeneğiniz vardır.

İlginiz ve zaman ayırdığınız için teşekkürler.

	Kesinlikle Katılıyorum						***Kesinlikle Katılmıyorum***
1.Genel anlamda, yüksek motivasyonlu birisiyim.	1	2	3	4	5	6	7
2.Duygularımı düzenlemekte genellikle zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
3. İnsanlarla etkin bir biçimde baş edebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
4.Verdiğim kararlarımı sıklıkla değiştirme eğilimim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
5. Çoğu zaman hangi duyguyu hissettiğimi ayırt edemem.	1	2	3	4	5	6	7
6. Birçok iyi özelliğe sahip olduğumu düşünüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
7. Haklarımı savunmak benim için genellikle zordur.	1	2	3	4	5	6	7
8. Diğer insanların duygularını bir şekilde etkileyebilme yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
9. Olayların akışına göre hayatımı düzenlemek benim için genellikle zordur.	1	2	3	4	5	6	7
10. Genelde stresle baş edebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
11. Yakınlarıma, duygularımı göstermekte genelde zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
12. Motivasyonumu devam ettirmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
13. Genel olarak, hayatımdan memnunum.	1	2	3	4	5	6	7

14. Sonradan pişman olacağım şeyleri yapma eğilimim vardır.	1	2	3	4	5	6	7
15. Sıklıkla duraksar ve hissettiklerimi düşünürüm.	1	2	3	4	5	6	7
16. Kişisel donanımlarımın, güçlü yönlerimin tam olduğuna inanıyorum.	1	2	3	4	5	6	7
17. Tartışırken haklı olduğumu bilsem dahi, geri çekilmeye meyilliyim.	1	2	3	4	5	6	7
18. Genellikle, hayatımda işlerin yolunda gideceğine inanırım.	1	2	3	4	5	6	7
19. Bana çok yakın olan kişilerle bile, aramda bağ oluşturmak benim için zordur.	1	2	3	4	5	6	7
20. Genellikle, yeni çevreye uyum sağlama yeteneğim vardır.	1	2	3	4	5	6	7