

Tuncay ÖCAL'ın Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Bazı Davranış Özelliklerinin Karşılaştırılması başlıklı tezi, tarihinde, jürimiz tarafından Beden Eğitimi ve Spor Anabilim / Anasanat Dalında Yüksek Lisans / Doktora / Sanatta Yeterlik Tezi olarak kabul edilmiştir.

Adı Soyadı

İmza

Üye (Tez Danışmanı): Yrd. Doç. Dr. Erdoğan Yılmaz

Üye : Doç. Dr. Emin KURU

Üye : Yrd. Doç . Dr. Hakan SUNAY

Üye:

Üye:

ÖNSÖZ

Araştırmamın her aşamasında bana daha iyiyi yapmam için yol gösteren, eleştiri ve katkılarıyla düşünce düzeyimi geliştiren danışmanım Sayın Yrd. Doç Dr. Erdoğan YILMAZ'A, tez çalışmamda bana yardımcı olan Aksaray Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda Antrenörlük Bölüm Başk. Sayın Yrd. Doç Dr. İbrahim ŞAHİN'E, Gaziantep Üniversitesi Biyoloji Bölümünde Sayın Arş. Gör. Fatih YAYLA'YA, istatistiksel işlemlerde emeği geçen Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulunda Sayın Arş. Gör. Murat TEKİN'e araştırmanın ortaya çıkmasında yardımını ve desteğini almış olduğum bütün herkese,

Hayatımın her döneminde olduğu gibi yüksek lisans çalışmam süresince de benden her konuda manevi desteğini esirgemeyen ve bugünlere gelmemde emeği büyük olan sevgili babama teşekkürlerimi sunarım.

ÖZET

BAYAN VOLEYBOLCULAR İLE BAYAN GÜREŞÇİLERİN BAZI DAVRANIŞ ÖZELLİKLERİNİN KARŞILAŞTIRILMASI

ÖCAL, Tuncay

Yüksek Lisans, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bilim Dalı

Tez Danışmanı: Yrd. Doç. Dr. Erdoğan YILMAZ

Mayıs – 2007

Bu araştırmanın temel amacı, 2006-2007 sezonunda 1. Ligde mücadele eden bayan voleybolcular ile Türkiye şampiyonasına katılan bayan güreşçilerin saldırganlık ve kaygı düzeylerinin karşılaştırılması ve değerlendirmesidir.

Bireylerin saldırganlık türlerini ölçmek için İpek İlter Kiper tarafından geliştirilen saldırganlık envanteri kullanılmıştır. Bireylerin durumluluk ve sürekli kaygı düzeylerini belirlemek için Spielberger'in Durumluluk Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır.

Araştırmaya Türkiye Şampiyonasına katılan 37 bayan güreşçi ile Türkiye Bayanlar Voleybol 1. Liginde oynayan 111 bayan voleybolcu olmak üzere toplam 148 sporcu katılmıştır.

Araştırmada tespit edilen müsabaka öncesinde ve sonrasında ki kaygı ve saldırganlık puanları arasındaki farkları belirlemek amacı ile bağımsız gruplar arası T testi ve pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı ve çoklu regreasyon analizi uygulanmıştır. Verilerin analizi SPSS for Windows 11.0 paket programında gerçekleştirilmiştir.

Bayan voleybolcular ile bayan güreşçiler arasındaki saldırganlık türleriyle olan ilişkilerine bakıldığında yıkıcı saldırganlık, edilgen saldırganlık ve genel saldırganlık arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$).

Bayan voleybolcular ile bayan güreşçiler arasındaki kaygı türleriyle olan ilişkilerine bakıldığında durumluluk kaygı ile süreklilik kaygı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir ($p<0.05$).

ABSTRACT

COMPARING SOME CHARACTERISTICS OF THE WOMEN VOLLEYBALL PLAYERS AND WOMEN WRESTLERS

ÖCAL, Tuncay

Master Education, Science of Physical Education and Sports Teaching

Thesis Counselor: Assistant Professor. Erdoğan YILMAZ

May, 2007

The aim of this research is to compare and evaluate the levels of aggressiveness and anxiety of the women volleyball players playing in 2006 – 2007's first league of Turkey and women wrestlers participating in Turkey's championship.

The inventory of aggressiveness developed by İpek İlter Kiper was used to measure the sorts of aggressiveness of individuals. Spielberger's continual anxiety inventory was used to determine the level of continual anxiety of the individuals.

Totally, 148 sportsmen 37 of who are the women wrestlers participating in Turkey's championship and 111 of who are the women volleyball players playing in the first volleyball league of Turkey participated in the research.

It was applied to single pearson moment and independence T test techniques among groups for each low test points of the datum got in the analyses of this work. The analyses of the datum were realized in SPSS for Windows 11.0 pocket program.

Upon looking at the relationships among the women volleyball players and the women wrestlers' aggressiveness sorts, it was determined a statically expressive difference among destructive aggressiveness, passive aggressiveness and general aggressiveness.

It is obviously seen that there is no difference in the results either one day before the match or just before the match when comparing the aggressiveness levels

of the women volleyball players and the women wrestlers. When we compare them just after the match, it is seen an expressive difference. When it is compared one day before the match and after the match, it is found out an expressive difference. It is discovered an expressive difference when it is compared just before the match and after the match, as well. ($p < 0.05$).

It is obviously seen that there is no difference in the results either one day before the match or just before the match when comparing the anxiety levels of the women volleyball players and the women wrestlers. It is discovered an expressive difference when it is compared just before the match and after the match, as well. ($p < 0.05$).

İÇİNDEKİLER

ONAY SAYFASI	i
ÖNSÖZ	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
TABLolar DİZİNİ	ix
ŞEKİLLER DİZİNİ	x
SİMGELER VE KISALTMALAR	xi
1. GİRİŞ	1
1.1 Problem Durumu;	2
1.1 Araştırmanın Önemi;	2
1.2 Problem Cümlesi;	2
1.3 Alt Problemler;	3
1.1 Sayıtlılar;	3
1.4 Sınırlılıklar;	4
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1.Güreşin Tanımı Ve Tarihçesi	5
2.1.2 Türk Güreş Tarihi	7
2.2 Voleybol'un Tanımı Ve Tarihçesi	9
2.2.1 Voleybol'un Türkiye'deki Gelişimi	11
2.3 SALDIRGANLIK	13
2.3.1 Sportif Anlamına Göre Saldırganlık	13
2.3.2 Biyolojik Anlamına Göre Saldırganlık	15
2.3.3 SALDIRGANLIK TÜRLERİ	15
2.3.3.1 Amaç Yönelimli Saldırganlık	16
2.3.3.2 Araçsal Saldırganlık	16
2.3.3.2.1 Sosyal Ödül ve Onay Amacıyla Yapılan Saldırganlık	17
2.3.3.2.2 Sosyal Rol Olarak Saldırganlık	18
2.3.3.2.3 Emir Altında Saldırganlık	18

2.3.3.2.4 Düşmanlık İçeren Saldırganlık	18
2.3.3.2.5 Atılmanlık	18
2.3.4 SALDIRGANLIK KURAMLARI	19
2.3.4.1 İçgüdü Kuramı	19
2.3.4.1.1 Katarsis	21
2.3.4.1.2 Saldırganlığın Katarsis İle İlgili Sonuçları	22
2.3.4.2 Sosyal Öğrenme Kuramı	22
2.3.4.3 Biyolojik Kuram	24
2.3.4.4 Engellenme Saldırganlık Kuramı	25
2.3.4.4.1 Engellenmeye Tepki Olarak Saldırganlık	27
2.3.5 Saldırganlığın Spordaki Görünümü	28
2.3.5.1 Sporda Saldırganlığın Azaltılması	29
2.3.5.2 Saldırganlığın Nedenleri	30
2.3.5.2.1 Taraftarlık	30
2.3.5.2.2 Holiganlık	31
2.3.5.2.3 Cinsel Farklılıklar	31
2.3.5.2.4 İrk Ayrılığı	32
2.3.5.2.5 Çevresel Nedenler	33
2.4 KAYGI	33
2.4.1 Durumluluk Kaygı	35
2.4.2 Sürekli Kaygı	35
2.4.3 Bilişsel ve Bedensel Kaygı	36
2.4.4 Kişiler ve Gruplar Arası Durumluluk Sürekli Kaygı	40
2.4.5 Yarışma Kaygısı	41
2.4.5.1 Yarışma Süreci Modeli	41
2.4.5.2 Yarışma Kaygı Modeli	43
2.4.6 Genel Kaygı ve Duruma Özgü Kaygı	44
2.4.7 Spor ve Kaygı	45
2.5. Literatür Bildirişleri	50
3. YÖNTEM	52
3.1. Denekler	52

3.2. VERİLERİN TOPLANMASI	52
3.2.1. Saldırganlık Envanteri	52
3.2.2. Durumluk Kaygı Envanteri	53
3.2.3. Sürekli Kaygı Envanteri	53
3.3. VERİLERİN DEĞERLENDİRİLMESİ	54
4- BULGULAR	55
5. TARTIŞMA ve SONUÇ	62
6. ÖNERİLER	65
7. KAYNAKLAR	67
8. EKLER	76
EK-1- SALDIRGANLIK ENVANTERİ	76
EK- 2- STAI FORM TX – I (DURUMLUK KAYGI ölÇEĞİ)	80
EK- 3- STAI FORM TX – 2 (SÜREKLİ KAYGI ölÇEĞİ)	81

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 1. Saldırganlık Envanterinin Güvenirlik Çalışmasını Gösteren Dağılım	55
Tablo 2. Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanterinin Güvenirlik Çalışmasını Gösteren Dağılım	55
Tablo 3. Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Durumluk Kaygı Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Analizi	56
Tablo 4. Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Analizi	56
Tablo 5. Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Durumluk Kaygı Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	58
Tablo 6. Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Sürekli Kaygı Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları	58
Tablo 7. Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Durumluk Kaygı Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım	59
Tablo 8. Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Sürekli Kaygı Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım	59
Tablo 9. Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Yıkıcı Saldırganlık Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım	60
Tablo 10. Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Edilgen Saldırganlık Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım	60
Tablo 11. Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Atılganlık Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım	61
Tablo 12. Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Genel Saldırganlık Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım	61

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1: Durumluluk ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişki	37
Şekil 2: Yarışma Öncesi ve Yarışma Sonrası Bedensel ve Bilişsel Kaygı Arasındaki Değişimler	39
Şekil 3: Martens'in Yarışma Süreci Modeli	42
Şekil 4: Martens'in Stres Modeli	44
Şekil 5: Kaygının Etkili Olabileceği Psikolojik Faktörler	47

SİMGELER VE KISALTMALAR

X.....	Aritmetik Ortalama
SS.....	Standart Sapma
KT.....	Kareler Toplamı
KO.....	Kareler Ortalaması
F.....	Önem Düzeyi
CSAI.....	Competitive State Anxiety Inventory (Yarışmasal Durumluluk Kaygı Envanteri)
STAI.....	State – Trate Anxiety Inventory (Durumluluk – Sürekli Kaygı Envanteri)
Agr.....	Grup İçi Kaygı
Aint.....	Kişiler Arası Kaygı
OYD.....	Objektif Yarışmasal Durum
SYD.....	Subjektif Yarışmasal Durum

1. GİRİŞ

Sporda ve günlük hayatımızda önemli bir yer tutan saldırganlık ve kaygı olgusunu araştırırken amacımız farklı branşlarda spor yapan bireylerin saldırganlık ve kaygı düzeylerini betimsel olarak incelemektir. Bu amaç doğrultusunda bayan voleybolcular ile bayan güreşçiler arasında saldırganlık ve kaygı düzeylerinde bir farklılaşma olup olmadığı, kapsamlı olarak ele alınmıştır.

Sporda şiddet eskiye oranla hızlı ve daha şiddetli bir şekilde artış göstermeye başlamıştır. Yapısal, çevresel, sosyal ve bilişsel değişkenler grubu, izleyici şiddetiyle birleşerek sporda tehdit oluşturmaya başlamıştır. Özellikle seyirci şiddeti çoğu uluslarda devam eden evrensel bir sorundur(Russell, 2003).

Bugün saldırgan davranış, toplumumuzda tatsız ve olumsuz yargı uyandıran bir kavramdır. Sertlik ve şiddet anlamıyla ayrılmaz bir şekilde bağlı durumdadır. Saldırganlığın bu yorumu, bu güne kadar saldırganlık için söylenmiş her şeyi etkiler ve elde edilen genel görüş, saldırganlığın kötü ve kontrol altına alınması gereken bir davranış olduğudur. Bu araştırmanın amaçlarından biri de saldırı için bir değer yargısı belirlemek değil, daha çok saldırgan davranışları sporcularda neyin meydana getirdiğini bunun nasıl arttığını ve bu davranışın insan güdüsünün çok önemli bir bileşeni olup olmadığını analiz etmektir(Çobanoğlu, 1993).

Sporcuların, seyircilerin izlemesi ve sporun sağladığı kararlılık, sevinç ve takım ruhu gibi duyguları yaşaması ve göstermesi olasıdır. Şüphesiz, performansınız fiziksel ve zihinsel yaratıcılık kadar, duygusal yaratıcılık için bir araç olana kadar potansiyelinize ulaşmazsınız. Duygusal kuvvetlenme, harekete geçirici gücü sağlamadığı sürece fiziksel ve zihinsel kuvvetlenme ve becerinin başarılmaması zorlaşır. Bununla birlikte, bazen duygunun kendisi ya da duyguların aşırı düzeye çıkması, performansınızı engeller ve böyle olaylarda kaygı olasılığı en yaygındır(Syer, Connolly, 1998).

Kuşkusuz sporcular arasında da sürekli kaygı duygusu gelişmiş olanlar vardır. Sahip olduğu bu kişilik dizgesinden dolayı hemen her ortamda kaygılanabilir ve sürekli bir huzursuzluk içinde yaşayabilir. Daha çok psikiyatristleri ve klinisyenleri ilgilendiren bu durum sürekli kaygıdan başka bir şey değildir. Ancak

bunlar gibi kaygısını yerleşik bir kişilik örüntüsü olarak yaşamayan bireylerde de belirli uyaranlar karşısında kaygılanma hali görülmektedir. Sportif ortamlar söz konusu olduğunda yarışma öncesinde ve sporla ilgili çeşitli durumlarda kaygılanan sporcuların durumluluk kaygı kapsamında ele alınması gerekir. Başka bir deyişle, sporcuların sık sık durumluluk kaygısı ile karşı karşıya kaldıkları söylenebilir (Komer, 1996).

1.5 Problem Durumu;

Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Bazı Davranış Özelliklerinin Karşılaştırılarak incelenmesidir.

1.6 Araştırmanın Amacı;

Araştırma kapsamına giren bayan voleybolcu ve güreşçilerin davranış özellikleri arasındaki farkın ortaya çıkması amaçlı yapılan bu çalışmanın alt problemleri aşağıdadır:

Bayan Güreşçileri saldırganlığa iten sebepler nelerdir?

Bayan Voleybolcuları saldırganlığa iten sebepler nelerdir?

Bayan Güreşçileri kaygılı olmaya iten sebepler nelerdir?

Bayan Voleybolcuları kaygılı olmaya iten sebepler nelerdir?

1.7 Araştırmanın Önemi;

Her sporcunun psikolojik yapısı farklılık göstermektedir. Günümüzde yaygın olarak kullanılan psikolojik ihtiyaçlar, saldırganlık, kaygı, gibi sözcüklerin Sporcuların en çok ihtiyaç duyduğu psikolojik yardım çerçevesindeki etkinliklerin iyi bilinmesi ve bunun antrenörler veya spor adamları tarafından uygulanması gerekmektedir. Antrenman kadar gerekli olan psikolojik desteğin öneminin her sporcu antrenör ve idarecinin bilmesi gerekmektedir.

1.8 Problem Cümlesi;

1.8.1. Bayan Voleybolcular ile bayan Güreşçiler arasında saldırganlık türleri arasında bir fark var mıdır?

1.8.2. Bayan Voleybolcular ile bayan Güreşçiler arasında kaygı düzeyleri arasında bir fark var mıdır?

1.9 Alt Problemler;

1.9.1. Bayan Voleybolcular ile bayan Güreşçilerin yıkıcı saldırganlık düzeyleri arasında istatistiksel açıdan önemli bir farklılık var mıdır?

1.9.2. Bayan Voleybolcular ile bayan Güreşçilerin atılganlık düzeyleri arasında istatistiksel açıdan önemli bir farklılık var mıdır?

1.9.3. Bayan Voleybolcular ile bayan Güreşçilerin edilgen saldırganlık düzeyleri arasında istatistiksel açıdan önemli bir farklılık var mıdır?

1.9.4. Bayan Voleybolcular ile bayan Güreşçilerin yıkıcı genel saldırganlık düzeyleri arasında istatistiksel açıdan önemli bir farklılık var mıdır?

1.9.5. Bayan Voleybolcular ile bayan Güreşçilerin yıkıcı saldırganlık, atılgan saldırganlık, edilgen, genel saldırganlık düzeyleri arasında istatistiksel açıdan önemli bir farklılık var mıdır?

1.9.6. Bayan Voleybolcular ile bayan Güreşçilerin durumluluk kaygı düzeyleri arasında istatistiksel açıdan önemli bir farklılık var mıdır?

1.9.7. Bayan Voleybolcular ile bayan Güreşçilerin sürekli kaygı düzeyleri arasında istatistiksel açıdan önemli bir farklılık var mıdır?

1.10 Sayıtlar;

Araştırmamızda aşağıda belirtilen temel sayıtlardan hareket edilmiştir.

1.10.1 Ölçme araçlarının oluşturduğu soruları sporcular doğru olarak yanıtladıkları varsayılmıştır.

1.10.2. Deneklerin hepsinin soruları aynı şekilde anladıkları varsayılmıştır.

1.10.3. Bu araştırmada kullanılan anket konuyu ortaya koyacak düzeydedir.

1.10.4. Anket prosedürleri doğru olarak uygulanmıştır.

1.11 Sınırlılıklar;

1.11.1 Araştırmaya; Türkiye’deki farklı il ve kulüplerde güreş sporuyla ilgilenen ve 2006-2007 sezonunda Türkiye şampiyonasına katılmaya hak kazanan sporcular ile sınırlandırılmıştır.

1.11.2. Bu araştırma, 2006-2007 sezonunda Bayanlar Voleybol 1. Liginde mücadele eden kulüplerdeki sporcularla sınırlıdır.

1.11.3 Bu araştırmada, Davranış özellikleri, saldırganlık ve kaygı nitelikleri ile sınırlıdır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1.Güreşin Tanımı Ve Tarihçesi

Güreş, insanların en eski ve ilk yaptığı uğraşlardan biridir. İlkel insan için önemli olan korunmadır. Korunmadan sonra beslenme düşüncesi gündeme gelir. Beslenme gündeme gelince ilkel insan, korunma ve beslenme için bir takım yol ve yöntemler geliştirmek zorunda kalır. Tutma, atma, kafa alma ve boğuşma gibi, vahşi hayvanlara karşı korunma için yapılan çalışmalar zamanla karşılıklı kuvvet denemelerine dönüşür. Böylece güreş ortaya çıkar. Güreş insanların silahsız olarak en basit ve doğal savunma şekillerinden biridir.

Başer güreşi şöyle tanımlamaktadır; Güreş, taşıdığı özellikler nedeni ile bütün organizmayı ve onun işlev (fonksiyon) sistemlerini zorlayan, özellikle gelişme çağında organizmanın uyum içinde gelişmesini sağlayan ve cesaret, rizikoya girebilme vasfı, kazanma arzusu, kendine güven gibi olumlu kişilik boyutlarını kazandıran ve geliştiren bir spordur (Başer 1986).

Acak, Ilgın ve Erhan a göre; Güreş, karşılıklı iki kişinin hiçbir malzeme ve araç kullanmadan belli kurallar dahilinde, belli bir süre ve belli bir alan üzerinde, tüm fizyolojik ve psikolojik güçlerini kullanarak birbirlerinin sırtını yere getirme veya teknik üstünlük sağlamak için yapmış oldukları bir mücadeledir (Acak, Ilgın, Erhan 1977).

Atik ise; “Bir yandan psikolojik, fizik ve teknik unsurların ferdi çerçeve içinde ahenkli bir denge gösterebilmesindeki zorluk, diğer taraftan ister tüm sahada yapılsın, ister ferdi olsun, başka sporlara kıyasla toplam adale gücünün en fazla güreş sporunda zirveye ulaşması ve insan sağlığına büyük yararlar sağlayışı, batılı bilim adamlarınca güreşin baş spor kabul edilmesinin nedenleri olarak gösterilmektedir” demiştir (Atik,1973)

Dünyanın bilinen ilk ve en eski sporu güreştir (Arığ,1993)

“İnsanlar önce boğuştu, kaybedenler kaçtı.”

İlk çağlarda güreş elbet bir tür boğuşmaydı. Orta Asya günlerinde Türk'ler arasında yapılan güreş müsabakaları sporcuların birinin ölümü halinde sona ererdi. Manas Destanında kaybedilen güreşler bu gerçeği aydınlığa kavuşturmaktadır (Gümüş,1994)

İnsanlar arasında silahsız olarak en basit ve doğal bir mücadele şekli olan güreş; insanlık tarihi kadar eski ve uzun yıllara giden bir geçmişe sahiptir. İnsanların doğasında var olan hayata dört elle sarılma ve büyük bir yaşama arzusu, onları birbirine karşı saldırgan yapmış ve mücadeleye zorlamıştır. Bu karakteriyle güreş; tarihte yer almış tüm göçebe halklarda olduğu gibi eski Türk'lerde de rastlanılmaktadır (Başaran,1989)

Güreşin başlangıcı, çok eski çağlara kadar gider. İnsanların taş ve demir devrinde de güreştiklerine dair belgeler ortaya çıkarılmış bulunmaktadır. Çok eski zamanlarda da müdafaasız insan kendisini, düşmandan vücudu ile korur, sopa ve taş onun başlıca savunma vasıtası olur, karşı karşıya gelince, bunlar da yetmezdi. Düşmana karşı yapılan vücut müdafaasına hazırlanmak, daha önceden idmanlı bulunmakla kabildi. Büyükler küçükleri yetiştirir, onlara tecrübelerinden istifa etmek suretiyle bir takım faydalı bilgiler öğretirlerdi. Bunlarda pek tabii olarak bir güreş karşılaşması veya idmanı şeklinde kendini gösterirdi. Güreşin müdafa vasıtası olmaktan çıkıp spor haline gelişine kadar geçirdiği yıllar, tarihin karanlıkları arasında kaybolmaktadır. Bugünkü imkanlara dayanarak bir tahmin yapmak gerekirse; spor olarak kabul edilişi, İsa'nın doğuşu kabul edilen milattan önce yedi yada sekizinci yüzyıla kadar dayandığı söylenmektedir. Güreşi, spor haline getirenlerin başında eski Yunanlıları görmekteyiz (Gümüş,1989)

Güreşin, Avrupa'ya yayılışı Roma'dan başlar. Greko-Romen stili böylece bütün dünya tarafından tanınan ve medeniyetle birlikte ilerlemiş modern bir spor olmuştur (Gümüş,1989).

Bugün eski Çinlilerde ve Pers'lerde güreş sporunun yapıldığına dair tarihi belgeler mevcuttur (Atik,1973)

19. y.y.'ın sonlarında eski Yunan ve Roma güreşlerinden esinlenerek ortaya çıkan, Greko-Romen güreş ve Serbest güreş stilleri egemen oldu. Greko-Romen güreş özellikle Fransa'da ilgi gördü ve 1896'da Olimpiyat oyunlarına (Atina) alındı. Serbest güreş, ilk kez 1904'de St. Louis Olimpiyatlarında resmi olarak uygulandı. Güreş modern olimpiyatların ilkinden, 1912 Stockholm Olimpiyatlarına kadar zaman sınırlaması olmadan yapıldı (Morpa Spor)

19.y.y. sonlarından itibaren tüm Dünyada yaygınlaşması ve bölgeler arası karşılaşmaların yapılmaya başlanması ile güreşte yönetim sorunu ortaya çıktı. 1912'de "Uluslararası Amatör Güreş Federasyonu" FILA'ya verildi (Şahin 1999).

Günümüzde ise güreş, bütün vücut bölümlerinin ortak çalışmalarını gerektiren, ayrıca cesaret, refleks, beceri, dayanıklılık ve kuvvet isteyen bir spor dalı olması nedeniyle, hazırlıklarına erken yaşlarda başlanması gereken bir yakın mücadele sporu olarak önem kazanmıştır (Başaran, 1989).

2.1.2 Türk Güreş Tarihi

Güreş Türklerde en eski spor türlerinden biri olup, ata sporlarımızdandır. Türkler büyük Göçten önce "Totemizm" inancının verdiği hür ve serbest terbiyenin, doğa güçlerine tapınmanın etkisinde kalarak, doğaya, kuvvete tutkun karakteristik özellikleriyle pehlivanlığı, asırlar boyunca baş tacı yapmışlardı. İslamiyet'ten önce de her Türk, güreşi bilir ve yapardı. Ölen yiğitler silahlarıyla gömülür, mezarları çevresinde dokuz gün dokuz gece süren güreşler düzenlenirdi. Yiğitlerin ölüm yıl dönümlerinde de yine üç gün üç senelik güreş müsabakaları düzenlendiği anlatılmaktadır. Atalarımız güreşe özel önem vermiş, bütün sporlardan üstün tutmuşlar ve güreş bütün sporların temeli, terbiye verici, adeta bir ibadet şeklinde kabul etmişlerdir. Yaşantısı sürekli olarak doğa ile savaşmakla geçen Türk Ulusunun milattan (3000) sene evvel güreş yaptığı söylenmektedir. Dinsel olan Miladi ve Hicri yıl başları yanında bilimsel bakımdan da önem taşıyan eski Türklerin yılbaşı olan (9 Mart-22 Mart) günü doğanın yeniden canlanması ile birlikte-Türk Ulsu da sevinir ve bu sevincini o gün kırlarda bütün milletçe bayram yaparak kutlardı. Acemlerin "Nevruz-Yeni gün" dedikleri bugün, kırlarda yemekler yenir, spor yarışmaları

yapılırdı. Bu gelenek, Anadolu’da ve Türklerin yaşadığı diğer bütün yerlerde hala sürdürülmektedir. Eski Türkler, yalnız yıl başı bayramlarında güreşmezler, evlenme toylarında, zafer şölenlerinde de güreşirlerdi. Ayrıca hakanlar da yanlarında bulundurdıkları “Kırk yiğit”i birbirleriyle veya başka ulusların güreşçileriyle karşılaştırırlardı. Güreşi şehzadeler, kızlar ve kadınlar da yapardı. Hatta eski Türklerde “Kız birle küreşme, kısrakla yarışma” sözü ata sözüdür (Kahraman,1989).

Göç yolları aracılığıyla batıya yayılan güreş, Türklerin Anadolu’ya göçü ile birlikte Anadolu’ya getirilmiştir. Türklerin getirdikleri güreş stilleri, bu yöredeki güreş stilleri ile kaynaşmış özellikle Ege ve Trakya’da yaygın olan yağlı güreş, Türkler arasında da benimsenmiştir. Selçuklular ile başlayan yağlı güreş, Osmanlılarda bir gelenek haline gelmiş ve günümüze kadar sürdürülmüştür. Osmanlı İmparatorluğu’nda güreşe özel önem verilmiş vakıf niteliğinde olan özerk güreş örgütleri oluşturularak bu sporun örgütlenmesi sağlanmıştır. Çeşitli bölgeler de kurulan güreş tekkelerinin çalışma yöntemlerinin günümüzde bile geçerliliğini koruyacak kadar ileri ve modern olduğu görülmüştür (Morpa Spor).

XIX. yüzyıl, Avrupa’da güreşin ilgi gördüğü bir çağ olduğu gibi, Osmanlı topraklarında da güreşçilerin yakın ilgi gördükleri bir yüzyıl olmuştur. Bu yüzyılda Türk güreşçilerinin adı, Dünyaya yayılmış ve “Türk gibi kuvvetli=For Comme on Turc” sözü hafızalarda yer etmiştir (Şahin 1999).

2.2 Voleybol'un Tanımı Ve Tarihçesi

Altışar kişiden oluşan iki takım arasında voleybol topuyla oynanan çok yaygın bir oyundur.

Bu oyunda amaç; topu en fazla üç pasta, filenin üzerinden rakip takımın oyun alanına, geriye yollayamayacağı ya da yere düşmesine engel olamayacağı biçimde atmaktır (Morpa Spor).

Voleybol “Mintonette” adı altında ilk kez 1895 yılında Amerika’ da oynandı. Massachusetts’ in Holyoke kentinde okulu yeni bitirmiş genç bir beden öğretmeni William G.Morgan, YMCA ‘de (Young Men’s Chiristian Association-Genç Erkekler Hıristiyan Birliği) işadamlarına beden eğitimi yaptırmakla görevlendirilmişti. Amacı, toplumsal çalışmalarla Hıristiyanlığı yaymamak olan bu kuruluş, o yıllarda bütün dünyaya kol salmış bulunan çok geniş misyoner derneği idi (Morpa Spor)..

William G.Morgan, beden eğitimi derslerini sıkıcı buluyor ve çalışmalarını sağlık için katlanılan eziyet durumundan kurtarmak istiyordu. Eğlendirici bir oyun niteliği olan bir çalışma yolu aramaya başladı (Morpa Spor)..

1891 yılında gene bir YMCA öğretmeni olan James Naismith’ in bulduğu basketbol oyunundan yararlanmak isteyen Morgan, bu oyunun koşuya ve vücut vücuda çarpışmalara açık olmasından vazgeçti. Bu gençlere yönelik bir oyundu, yaşlılara göre değildi. Tenisi denemek isteyen Morgan, bu spor için raket ile birlikte çevresi telli bir alan gerektiğini gördü. Ve de tenisi 2 ya da en çok 4 kişi oynayabiliyordu. Morgan yeni bir oyun düşünerek tenis filesini yükseltti ve yerden 1.80-1.90 metreye gerdi. Basket topunun iç lastiğinin çıkarıp top olarak kullandı. Filenin iki yanına geçen işadamları topu kendi alanlarında yere düşürmemeye çalışıyorlar ve karşı tarafa geçirmeye uğraşıyorlardı. İç lastiğin hafif geldiği görüldü. Basket topu ile oynamak isteyenler, bunun çok ağır olduğunu fark edince, dışı deri hafif bir top imal ettirildi. Bu topa oynanan oyun işadamlarını sevindirmişti. Ne oyun alanı sınırlıydı ne de oyuncu sayısı. Gelenler ikiye ayrılıyor, oyun alanı istendiği gibi ayarlanıyordu (Morpa Spor)..

Kısa sürede Mintonette' e merak saranların arasında bir doktor (Dr.Frank Wood) ve bir itfaiye şefi (John Lynch) vardı. Bu iki Mintonette' ci, William G.Morgan ile birlikte oyuna kurallar koymaya başladı.

1986' da Springfield Koleji' nde YMCA beden eğitimi öğretmenleri toplantısı yapıldı ve Mintonette' den söz açıldı. Morgan, giderek Holyoke' den beşer kişilik iki takım getirdi. Maç o güne kadar konulan kurallarla oynandı. Takımlardan birinin kaptanı Belediye Başkanı J.J.Curran, öbürünün ise İtfaiye Şefi John Lynch idi.

Mintonette oyunu, en kısa deyişle “topu yere düşürmeden karşı alana atmak” diye tanımlanabilirdi. Yani topa havada vurmak. Maçı izleyenlerden Profesör Albert T.Halstead, “Mintonette” yerine “Volley Ball” adını teklif etti. “Volley”, tenis ile futbolda kullanılan bir terimdi. Yani topa yere değmeden vurma demektir. Bu ad benimsendi ve 1952 yılında Amerika’da bu iki isim birleştirilerek “Volleyball” diye yazılmasına karar verildi.

1896’da Springfield’deki kolejde yapılan gösteriden sonra, William G.Morgan, istek üzerine o güne kadar geliştirdiği kuralları bir kitap üzerinde topladı. YMCA, voleybolu kısa sürede Amerika ile Kanada’ya yaydılar. Genç misyonerlerden J.Howard Crocker Çin’e, Franklin Brown Japonya’ya, Dr.J.H.Gray Burma’ ya, Hindistan’ a, daha başkaları da Güney Amerika, Avrupa ve Afrika’ ya bu eğlenceli oyunu yarışircasına yaymaya çalıştılar.

1913 Manila Uzak Asya Oyunları sırasında o güne kadar yumruk, kol, avuç ve el kullanılarak vurulan top için “smaç” hareketi bulundu. Böylece ilk smaç bu organizasyonda voleybola girmiş oldu. Böylece 1895 eğlence voleybolunun,1913 ise güç voleybolu başlangıcı idi. Set ve blok 1916'da Filipinler'de ortaya çıktı. Altı kişilik takımlar 1918'de standart hale geldi.

ABD'li askerler bu sporu 2. Dünya Savaşı sırasında Avrupa'ya götürdüler. 1947'de Uluslararası Voleybol Federasyonu kuruldu. 1949'da Uluslararası Olimpiyat Komitesi voleybolu oyunlar arasına aldı. Aynı sene ilk erkekler dünya şampiyonası düzenlenirken üç sene sonrasında bayanlar şampiyonası düzenlendi. Her iki

şampiyonayı da SSCB kazandı ve bu üstünlüğünü 80'li yıllara kadar sürdürdü. 1964'te Japonya karşısına bir rakip olarak çıktıysa da SSCB'nin üstünlüğü uzun süre devam etti. 1984'te Los Angeles'ta ABD erkeklerde şampiyon olana kadar süren üstünlük bu tarihten sonra Batı'ya geçti.

2.2.1 Voleybol'un Türkiye'deki Gelişimi

Voleybol, Türkiye'ye 1. Dünya Harbi'nden sonra mütareke günlerinde geldi.

1919-1925 yılları arasında İstanbul'da YMCA' nın müdürlüğünü yapan Dr.Deaver adlı bir Amerikalı, derneğin spor salonunda voleybol oynatmaya başlamış, kısa zamanda beden eğitimi öğretmenlerinin ilgisinin bu ilginç spora çekmeyi başarmıştı.

1919' da voleybol, Avrupa' ya yayılmış değildi. Bulunalı 24 yıl olmuş, hele smaçla oynanmaya başlanışının üstünden ancak 6 yıl geçmişti.

Cağaloğlu'ndaki Erkek Muallim Mektebi' nin beden eğitimi öğretmeni ünlü spor adamı Selim Sırrı Tarcan idi. Tarcan, YMCA' da oynayıp beğendiği ve bedensel yetenekleri geliştiren bu temiz sporu öğrencilerine öğretmeye başladı. 1920-1924 arasında Erkek Muallim Mektebi' nden çıkan beden eğitimi öğretmenleri kısa sürede okullarımıza yayıldılar. Kabataş, Vefa, Pertevniyal, Galatasaray, İstiklal, Haydarpaşa ve İstanbul liselerinde yoğunlaşan çalışmalar, önce okullar arası turnuvalara yol açtı. Voleybol oynayan çocuklar mezun oldukça, çalışmalar üniversitelere ve kulüplere yayılmaya başladı.

Bugünün basketbol yuvası olarak bilinen o zamanki adıyla Yüksek Mühendis Mektebi (İTÜ),1924-44 arasında voleybolun beşiği idi. Ankara'daki Siyasal Bilgiler Fakültesi (Mülkiye), voleybola öncülük eden yüksek okuldu.

1949'da Türkiye Voleybol Şampiyonası' nın ilki yapıldı. Takım sayısı fazla değildi ve Altınordu, Beyoğluspor, Galatasaray, Kadıköyspor, Kurtuluş, Moda, Vefa, İstanbul Ligi'nde oynuyordu.

32 yıl süren bu başlangıç döneminde Türk voleybolu dışa kapalı olduğundan çok ilkel görünümdeydi. Spor Oyunları Federasyonu, basketbol, voleybol ve eltopu sporlarını birlikte yönetiyordu.

1946 yılında ülkemize Yunanistan' dan içlerinde voleybolcuların da bulunduğu bir basketbol takımı geldi. Durum, Spor oyunları Ajanı Turgut Atakol' a bildirildi ve İstanbul-Atina voleybol maçı oynanması istendi. İlk yabancı karşılaşma olarak kabul edilen bu maç 2-0 İstanbul karması lehine sona erdi ve takımda Güneri Artunkal, Dinçer Asena, Mehmet Jeba Berkök, Ayhan Demir, Payidar Dobra, Gültekin Güler, Aleksandr Holyafkim, Valentin Holyafkim, Uğur Kalafatoğlu, Erdoğan Kutkan, Sacit Seldüz, Merih Sezer yer aldı.

Bu ilk yabancı temas “dostluk” maçı olarak kabul edildi. 1952 yılında Ayhan Demir, üniversiteli sporculardan kurulu bir takım kurmuş ve Mısır' ın davetlisi olarak Kahire' ye götürmüştü. Türk voleybolcuları, oradaki hakemlerden bizde uygulanan kuralların çoktan değiştiğini öğrendiler ve utanç verici bir duruma düştüler. Çünkü vuruş, diziliş ve her şey değişmişti.

İstanbul'a Dönen voleybolcularımız, Spor Oyunları Federasyonu' na başvurarak Kahire' deki durum anlatıldı. Bunun üzerine 1953 yılında Yugoslavya ile İstanbul'da bir maç oynanması için harekete geçildi. Bir milli takım seçildi ve Mısır' da elde edilen bilgilerle çalıştırıldı. Bu takımda Selçuk Atamer, Yiğit Ayaşlıoğlu, Saman Belgerden, Ayhan Demir, Sinan Erdem, Gültekin Gürel, Aleksandr Holyafkim, Valentin Holyafkim, Ziya Kayacan, Sacit Seldüz, Lui Şalabi, Marsel Şalabi yer aldı.

Spor ve Sergi Sarayı' nda oynanan bu ilk milli maçta, takımımız Yugoslavların yadırgadığı çekmelerle bir set kapıp 3-1 yenildi. Bu maçın rövanşı 1954 yılında Belgrad' da oynandı ve 17 dakikada 3-0 mağlup olduk. Böylece voleybolda ilk milli temasımızı da yapmış olduk.

Günümüzde, özel yurt içi turnuvaların yanında voleybol takımımız yurt dışında düzenlenen Bahar Kupası, Balkan Voleybol şampiyonası, Avrupa şampiyonası'na da katılmaktadır.

2.3 SALDIRGANLIK

Cox (1985), saldırganlık tanımını, başka bir kişiyi incitme amaçlı davranışın sonucu olarak bildirmektedir. Kaufmann (1970), saldırganlığı hoş olmayan bir uyarıcının ortaya çıkma olasılığını sıfırdan daha büyük olduğu ama canlı bir hedefe yöneltilen davranış olarak görmekte; Baron (1977), ise onu başka birisine zarar verme, onu incitme amacı güden bir davranış şekli olarak değerlendirmektedir.

Perlman ve Cozby (1983), benzer bir biçimde saldırganlı, başkalarına zarar verme isteği içeren davranış olarak nitelendirmektedir.

Gergen ve Gergen (1986), saldırganlığın salt davranışsal olmadığını, davranışa öfke, düşmanlık, patlama gibi duygusal öğelerin de eşlik ettiğini belirtmektedir.

Sporda, özellikle performans sporunda saldırganlık boyutunun, kurallar içinde kalmak koşulu ile başarının ana faktörlerinden biri olduğu bilinmektedir. Saldırganlık faktörü, kaynağını id ismi verilen “ilkel benlik”ten alır. Psiko-analitik açıdan, Freud “id”i, “Eros” ve “Thanatos” olarak ikiye ayırır.

Eros, bütün bilinçsiz yaratıcı, yapıcı, zevk alma ve verme duygularını, cinselliği ve cinsel güdülerini ifade eder. Buna karşılık Eros’un karşıtı olan Thanatos ise, kişiliğin bilinçsizliğinde yatan yıkıcı, tahrip edici, yok edici, ölüm duygularını kapsar. Yani kişiliğin bütün yok edici, öldürücü ve saldırganlık dürtüsünün kaynağıdır. Freud’un Psiko-analitik ekolüne göre sadomazohistik duyguların yerleşmesinden, kişinin amacına ulaşabilmesi için kendisini feda ederek çalışmasına kadar geniş bir olgular topluluğu, Thanatos kavramı içinde yer alır. Bunun klinik olarak en aşırı uçları intihar (saldırganlığın kişinin kendisine yöneltilmesi) ve öldürme (saldırganlığın başkasına yönelmesi) şeklinde görülür (Fromm,1993).

2.3.1 Sportif Anlamına Göre Saldırganlık

Sporda saldırganlık bir boşalma vasıtasıdır. Kişi toplumun normal şartlarda men ettiği saldırgan davranışları spor ile yok edebilir. İnsanlarda otoriteye başkaldırma, baskıya boyun eğmeme gibi isyanların yerine spor faaliyetlerinde bu

hırs ve agresif davranışlarda bulunmakta, ceza vermekten zevk duymaktadır. Bu kişiler spor sayesinde zihin ve beden bakımından rakipleri yenerek tatmine kavuşmaktadırlar. Bazıları da saldırganlık arzularının spor ile boşalmadığını, aksine spor ile bu arzularının daha da arttığını savunmaktadırlar (Şahin,2003).

Sporda saldırganlık üzerine yapılan araştırmalar öncelikle spor ve saldırganlık arasındaki ilişkiye bağlı sorunları incelemektedir. Bu öncelikle farklı dalların sporcularının saldırganlıkları üzerine elde edilen verilerin “Sporcu olmayanlarla” yapılan karşılaştırmaları aracılığı ile yapılmaktadır. Daha sonra bu karşılaştırma sırasında, saldırgan davranışlara olanak veren sportif yarışmalara katılımın ve bu katılımı ilişkili vücutsal çabanın belirli etkilerinin olup olmadığı araştırılır. Ayrıca seyircinin sportif olaya heyecanlı katılımının araya girmiş bir kişinin saldırganlığını (sporcu seyirci ile kuşatılmış olduğundan) ve gözlem altındaki vücutsal eylemin, izleyici içinde benzer etkilerinin olup olmadığı araştırılır. Güncel olarak, spor bilimlerinde saldırganlık üzerine yapılan çalışmaların çoğu, sporun kendisinde bulunan, grup dinamiği ve duruma bağlı saldırgan davranışları farklı koşullarını inceleyen çalışmalardan oluşturulmuştur. Ayırt edici koşullarla, ağır hatalar arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacı ile futbol şampiyonası karşılaşmaları çizelgelerini inceleyenlerinin başlattığı, hatalı davranışların incelenmesi çalışmalarının yerine giderek, karşılaşma sırasında davranışın doğrudan, dolaysız olarak gözlenmesi yer almaktadır. Önceden farklı sporsal dallara özgü özel gözlem sınıflandırmaları geliştirilerek yerleştirilmelidir. Bu durumda sporsal eylemin bazı görünümünü örneğin; başarı gereğinin veya başarı güdüsünün, yarışmacı durumu, rekabet davranışının saldırganlık üzerindeki etkisinin ne olduğu sorusu gündeme gelmektedir. Sonuçta, izleyicilerin saldırgan davranışlar üzerine araştırmalar, örneğin; oyunun gerçekleştirilmesine bağlı olarak ve durumla ilişkili diğer etmenler, statlardaki şiddetin yükselişi açısından giderek daha fazla önemli hale dönüşmektedir (Peter ve Beyer,1997).

Spor, agresif davranışların bir yansıması olarak sık sık kullanılan bir konudur. Sporlar ruhsal sağlık ve aklın sakinliğini geliştirir. Doğal düşmanlık, saldırganlık ve rekabet duygusunu engelleyebilir. Hatta suç ve şiddeti azaltır. Bu görüşe zıt olarak

başkaları sporun kötü sonuçları üzerinde durmaktadır. 1969 yılında Honduras ile El Salvador arasında oynanan uluslar arası futbol maçı arasındaki binlerce kurban buna örnek olarak gösterilebilir. Sporda saldırganlık, alışkanlık ve biyolojik bir süreç olarak incelenebilir (Peter ve Beyer 1997).

2.3.2 Biyolojik Anlamına Göre Saldırganlık

Biyolojik saldırganlık, her canlı yaratıkta bulunan olağan davranışlardan birisidir. Bu saldırganlığın hayvan serilerinde cinsel iç güdüyle çok yakın ilişkisi vardır. Bu davranış esnasında organizmaya yaşaması için gerekli temel ihtiyaçları sağlamak ve doymak hususunda çevresinde uygun bulduklarını kullanma imkanı verir. O halde saldırganlık bir sınıra kadar normaldir. Agresifliğin iki yönü vardır. Bir taraftan yıkıcılık, bir taraftan yapıcılık ifade eder. Saldırganlığın biyolojik olduğu kadar toplumsal temeli de vardır. Saldırganlık, sosyal bir davranış olup aile ve kültür ortamında büyük ölçüde etkilenir (Şahin,2003)

Günümüzde spor tarif edilirken, çoğunlukla saldırganlığı ve öfke patlamalarını ortadan kaldırmadan veya hafifletmeden söz edilebilir. Diğer taraftan, birçok spor müsabakasında özellikle futbolda, saldırgan eylemlerin sayı ve şiddetinin arttığı görülür (Bauman,1994).

2.3.3 SALDIRGANLIK TÜRLERİ

Cox (1985), saldırganlığın iki temel türü üzerinde durmaktadır. Bunlar araçsal ve düşmanlık içeren saldırganlıktır.

Gergen ve Gergen (1986), etken ve edilgen saldırganlıktan bahsetmektedir. Psikolojinin temel kabullerinden biri insanın rasyonel bir varlık olduğudur. Dolayısıyla salt, saldırganca bir davranış bu rasyonelin dışında düşünmemizi gerektirir. Bunun yerine saldırganlığı bir sonuçla varılması gereken bir hedefle açıklamak daha doğrudur. Saldırganlar kurbanlarına saldırırken çoğu kez zihinlerinde farklı bir amaç taşırlar. Örneğin iş yerinde patronu tarafından kızdırılan bir kişinin evde bunu çocuklarına ya da eşine yansıtmaları gibi. Dolayısıyla birincil hedefin çeşitlendirilmesi söz konusudur. Bunlar, içerisinde güç ve egemenlik hedefler,

izlenim yaratma, adını duyurma hedefleri sayılabilir. Çoğu gençlik grubu saldırganlığı salt adını duyurma, arkadaşlık çevresi üzerinde statü koruma amacıyla yapmaktadır.

Bilgin (1991), amaçlı saldırganlık türünü çeşitli başlıklar altında toplamıştır.

2.3.3.1 Amaç Yönelimli Saldırganlık

Saldırganlar kurbanlarına saldırırken çoğu kez zihinlerinde bir başka amaç vardır. Örneğin yapılan bir deneyde çocuklar bir yetişkini basit oyuncaklar ve şişme bir bebekle oynarken izlemişlerdir. Deneysel koşulların birinde yetişkin, yaklaşık bir dakika basit oyuncakları toplamakla işe başlamış ve sonra dikkatini şişme bebeğe vermiştir. Bebeğe yaklaşmış, onu yumruklamış, bir ağaç çekiç ile vurmuş, havaya atmış ve odanın içinde tekmelerken sözlü ifadelerde bulunmuştur. Çocukların önünde bu davranış yaklaşık dokuz dakika kadar devam etmiştir. Diğer bir koşulda, yetişkin sessizce diğer oyuncaklarla ilgilenmiş ve şişme bebekle hiç ilgilenmemiştir. Bir süre sonra her çocuk 95 cm. boyunda bir şişme bebeği de içeren değişik oyuncaklarla yirmi dakika yalnız bırakılmıştır. Yetişkini şişme bebeğe saldırırken izleyen çocukların çok daha saldırgan davrandıkları gözlenmiştir. İlk grup bebeği yumruklamış, tekmelemiş, hırpalamış ve yetişkinin söylediklerine benzer saldırgan yorumlarda bulunmuşlardır. Bu durumdaki çocukların belli türden bir oyuncak bebeğe saldırmayı öğrendiklerini ortaya konmuştur (Bandura ve Ross,1961).

Buz hokeyinde oyuncunun rakibine omuz ile vurması, basketbolda ribaunda çıkan oyuncunun rakibine dirsek atması ya da boksörün rakibine nakavt edici yumruk atması gibi davranışlar herhangi bir düşmanlık niyeti taşımadan, yalnızca bir amaca erişmek için gerçekleştirilen davranışlardır.

2.3.3.2 Araçsal Saldırganlık

Öğrenme kuramının önemli bir özelliği, saldırganlıkla ilgili olarak diğer kuramlarla kıyaslandığında davranışların kazanılmasında daha aktif bir rol oynadığını kabul etmesidir. Bu kuram yoğun duygular sonucu meydana gelen saldırgan davranışların çevresel pekiştirmelere bağlı olarak değiştirilip kontrol altına

alınabileceğine dikkat çeker. Bireyle yoğun duyguların sonucu saldırganlık yerine daha olumlu davranışlarda öğrenebilir. Sosyal öğrenme kuramı, bireyin sorunlar karşısında saldırgan davranışlar yerine daha olumlu başa çıkma yollarının öğretilebileceğini savunmaktadır. Böylece sosyal öğrenme kuramı, temelde saldırganlığı pekiştirme ve model alma süreçlerine dayalı olan öğrenilmiş davranış olarak gördüğü açığa çıkmaktadır (Tiryaki,1996).

Örneğin, öfkeli bir eş evdeki reislik statüsünü korumak için karısına saldırganca davranabilir. Dolayısıyla birinci hedeflerin seçilmesi söz konusu olur. Bunlar, içerisinde güç ve egemenlik hedefleri, izlenim yaratma, adını duyurma hedefleri sayılabilir. Çoğu gençlik grubu saldırganlığı salt adını duyurma, arkadaşlık çevresi üzerine statü koruma amacıyla yapmaktadır (Berkowitz,1993).

2.3.3.2.1 Sosyal Ödül ve Onay Amacıyla Yapılan Saldırganlık

Sosyal öğrenme kuramının saldırganlığı öğrenilmiş bir davranış olarak gördüğü belirtilmiştir. Kurumda öğrenilmiş davranış olarak saldırganlığı pekiştirmelerle ve model alma yoluyla kazanıldığı öne sürülmektedir. Sporunun referans çerçevesini antrenörü, takım arkadaşları ve ailesi oluşturmaktadır. Koçların sportif ortamda “uygun” bulunan saldırgan davranışların yerine getirilmesi için oyunculara baskı uyguladığı bilinen bir gerçektir.

Smith'in (1979), yaptığı bir çalışmada buz hokeyi sporcularının %52'sinin koçlarının saldırgan davranışları onaylayan birey olarak gördüğü bilinmektedir. Bu araştırmada sporculardan çoğunun koçu onayladığı için spor alanlarında saldırganca davrandığı sonucuna ulaşılmaktadır (Tiryaki,1996).

Bir buz hokeyi oyuncusu koçuna iyi bir oyuncu olduğunu gösterebilmek için rakibine hokey sopasıyla vurabilir. Burada amaç koçunun onay ve beğenisini kazanarak takımında kalma isteğidir. Diğerlerinin onayını kazanmada saldırganlık temel motivasyon kaynağıdır (Tiryaki,1996).

2.3.3.2.2 Sosyal Rol Olarak Saldırganlık

Tekvando sporundan az anlayan çocuklara bu sporla ilgili kıyafet giydirilip, üzerine tekvandoya mahsus kuşaklar takıldığında çocukların saldırgan davranışlarında değişiklik gözlenir. İnsanlar saldırgan olduğuna inandıkları kişinin rolüne girdiklerinde saldırgan davranışlara yönelebilirler (Tiryaki,1996)

2.3.3.2.3 Emir Altında Saldırganlık

Koç'un oyuncularına maçı mutlaka almaları gerektiğini, bunun için ellerinden geleni yapmalarını istemesi üzerine oyuncunun sertleşmesi ve rakip oyunculara saldırgan davranışlarda bulunmaları, bireylerin emir altında gerçekleştirebilecekleri saldırgan eylemlerin sınırsız olduğunu göstermektedir (Tiryaki,1996).

2.3.3.2.4 Düşmanlık İçeren Saldırganlık

Sosyal psikologların birçoğu, birincil amacı birine zarar vermek olan bir saldırganlığın bulunduğunu tartışmaktadırlar. Böyle bir saldırganlığı genellikle düşmanlık içeren saldırganlık olarak isimlendirir ve bu saldırganlığı duygusal ya da öfke saldırganlığı olarak düşünürler. Saldırıda bulunan kişi diğerlerine hoş olmayan uyarılar gönderir ve onlara zarar vermeye çalışır (Berkowitz,1993).

2.3.3.2.5 Atılmanlık

Bu davranış şekli saldırganlıkla karıştırılmakta olan atılmanlık, yani atılman davranıştır. Atılmanlık, çok yönlü bir kavram olması nedeniyle, bu konuda çeşitli tanımlar yapılmış ve bir kişilik özelliği olmaktan çok öğrenilmiş, duruma özel bir seri sözlü ve sözlü olmayan davranışlar bütünü olarak tanımlanmıştır (Tiryaki,1996).

Kiper (1984), bireyin kendi çıkarlarını koruması için kaygıya kapılmadan duygularını açıkça anlata bilmesi ve başkalarının haklarını kabul ederek, kendi hakkını kullanmasını sağlayan her davranış atılmanlık olarak tanımlamıştır.

Cox (1985), araçsal saldırganlık, düşmanlık içeren saldırganlık ve atılgnlık arasında tartışmalı bir alanın olduğunu ve sözü edilen ilk iki saldırganlıkla atılgnlığın birbirinden ayırt edilmesi gerektiğini ifade eder.

2.3.4 SALDIRGANLIK KURAMLARI

2.3.4.1 İçgüdü Kuramı

İçgüdü kuramı insan saldırganlığını inceleyen ve açıklayan en eski kuramlardandır. Öncüsü Freud saldırganlık, bir içgüdüyle bağlı olarak ortaya çıkan ve saldırı davranışında bulunmaya yönelik doğuştan gelen bir eylemdir şeklinde tanımlanmaktadır.

Freud, teorisinde erken dönemlerinde tüm insan davranışlarının kökeninde Eros veya libidonun yani yaşam enerjisinin olduğunu öne sürmüştü. Ona göre saldırganlık da libidinal dürtülerin doyurulmasının engellenmesinden doğan ikincil bir tepkiydi. Sadece belli durumlarda uygun koşullarda ortaya çıkabilirdi ve bu nedenle yaşamın kaçınılmaz bir parçası değildi. Ancak Birinci Dünya Savaşı'nın trajik günlerini takiben Freud, bu görüşü terk ederek insan saldırganlığının, Thamatos adını verdiği libidodan daha farklı bir içgüdüden kaynaklandığını öne sürdü. Thamados -ölüm içgüdü- yaşamın tahrip edilmesine ve sona erdirilmesine yönelik olarak insanın içinde bulunan bir enerjidir.

Freud'a (1913) göre, saldırganlık da dahil olmak üzere, tüm insan davranışları Eros ve Thamados arasındaki karmaşık ilişkiden ve gerilimden doğmaktadır. Ölüm içgüdü- eğer kısıtlanamazsa kişinin kendini tahrip etmesiyle sonuçlanır. Bu nedenle ölüm içgüdü- kısıtlayabilmek amacıyla insanlar değişik savunma mekanizmalarına başvururlar; bu savunma mekanizmalarıyla, örneğin “ yer değiştirme” savunmasıyla bu enerji dışarıya aktarılabilir ve böylece saldırganlık ortaya çıkar. Freud'un bakış açısına göre, saldırganlık birincil olarak kişinin kendisini tahrip etmeye yönelik ölüm içgüdü- diğer insanlara yönlendirilmesinden kaynaklanmaktadır (Fromm,1993).

Saldırganlığın içgüdüsel olarak doğuştan insanda bulunduğunu savunan ünlü etnolog Lorenz'e (1968) göre saldırganlık, tüm diğer organizmalarda da bulunan kavga etme içgüdüsünden kaynaklanır. Bu içgüdüyle ilgili enerji, değişen oranlarda her insanda üretilmektedir. Saldırganlığın ortaya çıkması, biriken bu enerjiye ve saldırganlık doğurucu uyarının varlığına ve gücüne bağlıdır. Saldırganlık kaçınılmaz bir şeydir ve zaman zaman kendiliğinden boşalabilir.

Lorenz'e (1968) göre, sinir sisteminde sürekli olarak biriken enerji, bir bahane bulunarak dışarı çıkmak durumundadır. Dışardan bir uyarın gelmese bile, bir kabın içinde birikmekte olan gazın zayıf bir notla bularak dışarı çıkması gibi, bir süre sonra kendilinden patlayacaktır. İşte saldırganlık bu şekilde meydana gelmektedir ve saldırganlığın yöneldiği hedef, saldırganlığın gerçek nedeni değil, sadece görünürdeki bahanesidir. İnsanlar, haksızlık, baskı, zulüm ve savaş olduğu için saldırganlaşmazlar, gerçekte saldırgan oldukları için bu mekanizmaları geliştirirler.

Saldırganlığı Freudyen terminolojide inceleyen kişilik kuramcıları arasında büyük farklılıklar gözlemlenmiştir. Adler (1997), saldırganlıkla ilgili ilk kuramını 1908 yılında geliştirip saldırganlığı, tüm gereksinimlerin doyumu için uğraşan ve tek bir organa bağlı olmayan bir içgüdü olarak görmektedir. Yine ona göre saldırganlık içgüdü, çeşitli biçimlerde başkasına yada bireyin kendisine yönelik olabilir. Hiddetli bir kavgayı saf bir saldırganlık örneği olarak gösterirken, spor ve savaş içindeki davranışları da bir çeşit saldırganlık olarak nitelendirmiştir. Onun daha sonraki yazılarında saldırganlığa daha az önem verdiği ve saldırganlığı içgüdüden çok günlük yaşam kavgasında, engellere karşı verilen uğraşın doğal bir sonucu olarak gördüğü izlenmiştir. Hem ölüm hem de saldırganlık içgüdülerini reddederek saldırganlığı, kişinin tepkilerle dolu bir evrede yaşadığı temel endişe duygusuna bağlamıştır. Bu temel endişe duygusu, insanlara doğru, insanlara karşı ya da insanlardan uzaklaşarak çözüme kavuşturulabilir. Bu kuramda, sorununu insanlara karşı çıkararak çözmeye çalışan kişi saldırgan olarak nitelendirilmiştir (Kozcu,1984).

Daha çok hayvanlar üzerindeki inceleme ve gözlemlerden hareketle kuramını geliştiren Lorenz'e (1968) göre, özellikle hayvanlar arasındaki saldırganlık, hayvanlar arasında yönetsel bir hiyerarşi oluşturarak, yeni kuşakların niteliklerini

yitirmesini engelleyip, üremede daha güçlü olanların döl vermesiyle türün niteliklerini, yükselteceğinden bir uyum sağlamak ve hayata hizmet etmektedir (Aklan,1993).

2.3.4.1.1 Katarsis

Katarsis hipotezinde temelde saldırgan eylemde bulunmanın daha sonraki saldırganlık eğilimini azaltacağı anlamını içerdiği belirtilmiştir. Yapılan bir deneyde hipotezin doğruluğu test edilmektedir. Gergen ve Gergen (1986), yaptıkları alan deneyinde müşterilerinden fazla para isteyen taksi şoförlerine karşı yolcuların yakındıkları ve verecekleri bahşişi azalttıklarını gözlemektedir. Bununla birlikte daha önceki yolcunun aşırı fiyatla ilgili yakınmasını yeni gelen yolcunun işittiği koşulda, aşırı fiyatla ilgili yakınma ve bahşişte azalma gözlenmektedir. Katarsis sonucu saldırgan davranışın azalmasında başka diğer etmenlerin de rolü olabilir. Örneğin Patterson (1983) 'un yaptığı bir çalışmada liseli futbolcuların sezon boyunca gösterdikleri düşmanlık davranışının azalmaktan çok arttığını bulmuştur. Arms ve ark. (1979), yaptığı araştırmaya göre futbol karşılaşmalarını izleyenler karşılaşma sonrası, karşılaşma öncesine göre daha saldırganlardır.

Hokanson ve ark. (1968), kolej öğrencileri üzerine yaptıkları bir deneyde, kızdırılmış kolej öğrencileri, kendilerine eziyet edenlere ya şok ya da ödül vereceklerdir. Erkek deneklerden bir kısmı (şok verebileceklerdir), şok verdiklerinde kızgınlıkla ortaya çıkan kan basınçlarında bile azalma olmamıştır. Bayan deneklerde durum tam tersine dönmüş, bayan denekler ödül verdiklerinde kan basınçları düşmüş, ancak misillemde bulunma koşulunda koşulun da kan basınçlarında herhangi bir değişiklik olmamıştır. Bu sonuçlara ilişkin yapılan açıklamalardan birisi, erkeklerin fiziksel misillemenin etkili olduğunu bilmesi, bayanların ise misilleme konusunda kendilerini yetersiz hissetmesidir. Araştırmanın ikinci aşamasında bu yorumlar desteklenmiştir. İkinci gruptaki bayan denekler eğitiminden geçirilip kendi hısımlarına karşı misillemde bulundurulduklarında kan basınçları düşmüştür. Buradan çıkan sonuca göre şu söylenebilir, gelişen bir durumda herhangi bir eylemi başarıyor olmak gerilimi azaltır.

2.3.4.1.2 Saldırganlığın Katarsis İle İlgili Sonuçları

1. Kızgın kişilerin fizyolojik rahatlaması saldırgan davranışla azalırken, gevşeme saldırgan olmayan eylem ile ortaya çıkabilir.
2. Saldırgan duygularla yüklü bir bireyin gerçekleştirmek istediği saldırgan davranış başka bir birey tarafından gerçekleştirilirse saldırganlıkta azalma olur.
3. Saldırganca eylemleri izlemek kızgın kişilerde saldırganlığı artırır (Perlman ve ark. 1983).

2.3.4.2 Sosyal Öğrenme Kuramı

Sosyal öğrenme kuramı ilk defa 1947 yılında Julian Rotter tarafından kullanılmıştır. Rotter'e (1947) göre, insan hayatına tesir edebilen yaşam deneyimlerini etkileyebilme yeteneğine sahip bilinçli bir varlıktır. Fakat dış uyarıcılar ve pekiştirenler insan davranışlarını etkimektedir. Günümüzde sosyal öğrenme kuramı denildiğinde Albert Bandura (1969), akla gelmektedir. Bandura'nın sistemi davranışçı olmakla birlikte bilişsel özelliklerde taşıyordu. Bu kuramı diğer kuramlardan ayıran özelliklerden biri, saldırganlığı düşmanca ve incitme amacıyla yapılan bir davranış olarak değil, amaca yönelik araçsal bir davranış olarak görmesidir.

Sosyal öğrenme kuramında; Bireyi saldırganlığa iten güçlerin içsel olmaktan çok dışsal olduğunu savunmaktadırlar. Diğer kuramlarla karşılaştırıldığında bu kuram dış etkilere daha fazla önem vermektedir. Ancak kişi yalnız çevresel etkenlere tepkide bulunan güçsüz bir organizma değildir. Kişi ve çevrenin karşılıklı etkileşimleri bireyin sahip olduğu davranışları oluştururlar. Böylece hem çevre etkinlikleri davranışları şekillendirir, hem de çevre davranışlar tarafından etkilenir. Bu dinamik görüşler insanın saldırganlığını diğer sosyal davranışlar gibi hem çevreden kaynaklanan uyaran ve pekiştiricilerin etkisi hem de bilişsel kontrol etkisiyle öğrenildiğini savunur. Örneğin evde babasının televizyonda izlediği maç

sonucu evde bulunan eşyaları sağa sola fırlatmasını gören çocuk bir gün sonra izlediği maçtan sonra aynı davranışı uygulayacaktır (Tiryaki,1996).

Bu kuram, saldırgan davranışların kaynaklarının çok çeşitli olduğunu, geçmiş deneyim ve öğrenmeden, dış durumsal etmenlere kadar yayılan çok geniş bir yelpaze içinde değerlendirilmesi gerektiğini, ayrıca saldırganlık ve şiddetin, nesiller boyunca öğrenilmiş bir davranış kalıbı olarak geçtiğini de savunmaktadır. Geçmişteki deneyimlerin saldırganlığın ne zaman, hangi durumlarda ve de ne sıklıkla ortaya çıkacağını belirlediğini, çocukların model olarak aldıkları ana babalarının davranışlarından, nasıl davranmak gerektiğini öğrendiklerini, aile ve dış çevreden edindikleri saldırgan modellere özenerek saldırgan davranışlarda bulunduklarını ileri sürmektedir (Tiryaki,1996).

Albert Bandura 1969 yılında davranış değiştirmenin ilkelerini yazdığında sosyal öğrenme kuramının öğrenme olgusu ile ilgili temel kavramlarına açıklık getirmiştir. Davranış değişikliği kişinin davranış ile ödül arasındaki ilişkiyi anlamada meydana gelen değişikliktir. Davranış değiştiren pekiştirme tarifiesi değil kişinin bu tarifenin ne olduğuna dair düşünce ve değerlendirmesidir. Örneğin; insanlar başkalarının yaptığı davranışı gözlemler ve o davranışı taklit ederek öğrenirler. Bu varsayımdan hareket ederek, bir grup çocuğa saldırgan içerikli bir film seyrettiriliyor. Diğer bir gruba ise saldırganlık içermeyen bir film seyrettiriliyor. Daha sonra bu iki grup öğrenci arkadaşlarıyla birlikteki faaliyetlerinde ve oyun oynarken gözlemlendiğinde saldırgan film seyredenlerin daha saldırgan davranışlarda bulundukları gözlemleniyor (Bandura,1969).

Brown ve Elliot (1965) 'ın yaptığı açıklamada, okul öncesi erkek çocukların saldırgan davranışları araştırılmıştır. Araştırmacılar, okuldaki öğretmenlere çocukların işbirliği ve pozitif davranış göstermeleri durumunda onlara ödül vermelerini, saldırgan davranışlar gösterdiklerinde ise görmezden gelmelerini söylerler. Haylaz çocukların ödüle dikkat ettiklerinde durumda, fiziksel ve sözel saldırganlığın çok aza indiği gözlemlenmektedir. Bu çalışmaya birkaç hafta ara verildiğinde, fiziksel saldırganlık artarken sözel saldırganlık azalmaktadır. Daha sonra öğretmenler yine işbirliği davranışı için ödüllendirme ve saldırgan davranışlara dikkat etmemeyi

yinelemişlerdir. Eğitimciler şiddete eğilimi fazla olan çocukların sınıfta arkadaşlarına iyi davranıp pekiştirmenin ikinci evresinde de işbirlikçi olmalarına şaşırmışlardır. Ödülün dikkatli kullanımı anaokulu çocuklarında güçlü bir etkiye sahiptir. Saldırganlığa içgüdü ve engellenme açısından bakan görüşlerle karşılaştırıldığında, sosyal öğrenme yaklaşımını benzersiz kılan şey, saldırganlığı değiştirebilir ve engellenebilir bir olgu olarak görmesidir. Oysa saldırganlığı içgüdüyle açıklayan görüşler saldırganlığı kaçınılmaz ve genetik olarak programlanmış bir davranış olarak görme eğilimindedirler (Atkinson ve ark. 1999).

2.3.4.3 Biyolojik Kuram

Biyolojik kuram organizmanın neden olduğunu varsaydığı, saldırganca ve şiddet içeren davranışları araştırmıştır. Araştırmalar, insanlar ve hayvanlar üzerinde değişik alanlarda yapılmıştır. Kuramcılar kromozomlar, erkek cinsiyet hormonu ve beyinin değişik bölgelerinin yapısını inceleyip, saldırganlığı nasıl etkilediğini bulmaya çalışmaktadırlar. Saldırganlığa yol açabilecek yapısal özelliklerden biri olan kromozomlar incelenmiştir. Erkekliği belirleyici Y kromozomunun şiddet eğilimine neden olup olmadığını araştırmaktadırlar. Yeni doğan bebekler üzerine yapılan araştırmalar, her 500 erkek bebekten birinin bir fazla Y kromozomu ile (XYY) doğduğunu göstermektedir. XYY anormalliği konusunda duyulan ilgi, çeşitli suçlardan dolayı akıl hastanelerine yatırılmış erkek suçlular arasında yapılan araştırmalardan sonra artmıştır. Bu araştırmalarda söz konusu kurumlardaki erkeklerde normal nüfusa oranla XYY anormalliğine daha sık rastlandığı sonucuna varılmıştır. Ancak daha sonra yapılan pek çok araştırma, bir fazla Y kromozomu ile saldırganlık arasında ilişki bulunduğu görüşünün tersine bulgular ortaya çıkarmıştır (Tiryaki,1996).

Biyolojik kuramla ilgili çalışmalar, erkek ya da dişi çeşitli hayvanlara adrojen enjekte edilmesinin saldırganlığı arttırdığını ve kastrasyonun saldırganlığı çoğunlukla azalttığını ortaya koyarken, bazı çalışmalarda da insanlarda erkek seks hormonlarının uyarılması yada enjeksiyonu ile saldırganlığın çok az doğrudan ilişkide olduğu ya da hormonla saldırganlık ilişkisinin çok az olduğu gösterilmektedir (Gergen ve Gergen,1986).

2.3.4.4 Engellenme Saldırganlık Kuramı

Saldırganlığın nedenini açıklayan bir diğer kuram olan Engellenme-Saldırganlık kuramı ilk ortaya atıldığı zaman “Saldırganlık hali her zaman, bir engellenme, sonucu ortaya çıkar” görüşü şiddetle eleştirilene uğrayınca her engellenmenin saldırganlığa yol açacağı görüşü değiştirilerek saldırganlık, “engellenme saldırganlığa yol açmaktadır” şeklinde tanımlandı. Pek çok örnekte engellenme biçimlerinin ardından saldırgan davranışlar gelse de engellenme ve saldırganlık arasındaki bağın sanıldığından daha zayıf olduğu düşünülmektedir. Engellenme kaçınılmaz olarak saldırganlığa yol açmamakta ve saldırganlık her defasında engellenmenin ardından gelmemektedir. Bununla birlikte kuram sosyal ödül kazanmak için yapılan araçsal saldırganlık ya da kendini savunmak için yapılan saldırganlık gibi engellenme olmaksızın yapılan saldırgan davranışları açıklamakta da yeterli olmamaktadır. Şiddet eylemlerini insan etmeninden soyutlayarak salt çevresel etmenlere dayandırarak açıklamak sorunun çözümüne fazla yardım sağlamamaktadır (Tiryaki,1996).

Psikanalitik açıdan Köknel (1982), engellenmeyi istek, gereksinim ya da bir davranışın amacına ulaşmasının önlenmesi olarak ifade etmektedir. İnsanda başlamış ruhsal sürecin kesintiye uğraması, amacına ulaşmadan kalması bedensel ve ruhsal gerginlik yaratır. Gerginliğin ortaya çıkması hoş olmayan ve istenmeyen bir durumdur. Bu durumun giderilmesi için gerekli olan davranışı başlatacak itici güç, içgüdü ve dürtü ya da toplum ve kültürün oluşturduğu güdünün davranışa neden olmasıdır.

Psikanalitik yaklaşıma göre, engellenme bilinçli bir süreç değildir, bilinç dışı birçok etkenlerle engellenme ortaya çıkabilir. Ruhsal bozuklukların birçoğu çocukluktan beri bilinç dışında işleyen engellenme durumlarından ortaya çıkmaktadır. Kişi engellenmeyle karşılaştığında çeşitli tepkiler göstermektedir. Engellenme ile gerginlik artar ve boşalma engellenirse, kişi en doğal tepki olarak, bu engellenmeden kurtulmaya çalışır. Engeli ortadan kaldırmak için saldırgan bir davranış gösterilebileceği gibi geri çekilme, dürtü nesnesini değiştirme, gerçek nesneler yerine hayali objeler yaratma gibi etkinliklerde gösterebilirler. İnsanlar

doğduğu günden itibaren engellerle karşılaşır ve bu engellere karşı bir dayanıklılık geliştirerek çeşitli tepki yolları öğrenir (Öztürk,1983).

Freedman ve ark. (1989), yaptıkları çalışmalarda 1882-1930 yılları arasında A.B.D.'nin güney eyaletinde pamuk fiyatları ile linç olayları arasında güçlü bir ilişki bulunmuştur. Pamuk fiyatları yüksek olduğu dönemlerde birkaç linç olayı görülürken, fiyatların düşük olduğu dönemlerde linç olaylarında göreceli bir artış olduğu tespit etmişlerdir. Pamuk fiyatlarında ki düşüş ekonomik açıdan bir çöküntü dönemine işaret etmiş ve engellenme neden olmuş, engellenme de daha fazla saldırganlığı ortaya çıkarmıştır (Freedman ve ark.,1989).

Holmes (1972), tarafından yapılan deneyde bazı engellenmiş deneklerin, engellenmelerine neden olan kişiye karşı saldırgan davranmalarına izin verilmiş, diğer deneklere ise, bu fırsat verilmemiştir. Fakat bunun tersine engellenme ile hiçbir, ilişkisi bulunmayan birine saldırmalarına izin verilmiştir. Engellenmenin, tıpkı suçlu kişiye karşı saldırganlığı arttığı gibi, suçsuz kişiye karşıda arttığı görülmektedir.

Yale Üniversitesinde bir grup psikolog, saldırganlığı “engelleme kuramı”yla açıklamışlardır. Bireyin istediği bir şeyi yapmasına mani olunması şeklinde basit bir biçimde tanımlanabilecek olan engellenme, bireyin dış çevresinden gelebileceği gibi, iç dünyasında yaşadığı çatışmalar sonucu da meydana gelebilir. Bu durumda ise insanda kaygı, korku, kızgınlık, öfke gibi duygular aktif hale gelmekte ve saldırganlık oluşmaktadır. Engellenmenin dozu veya amacı gerçekleştirme isteğinin gücü, saldırganlık eğiliminin gücünü de belirlerken, sonuçta karşılaşılacak olan cezanın büyüklüğü, doğrudan saldırganlığı azaltmaktadır (Dollard ve ark.,1988).

Buraya kadar anlatılmaya çalışılan kuramda çağdaş yöntemlerle yeni katkılar getirilmektedir. Örneğin; Berkowitz (1969), engellenme-saldırganlık kuramı üzerinde çalışarak iki değişiklik önermektedir. Buna göre her saldırgan davranışın nedeni engellenme değildir ve saldırgan davranışlar gibi engellenmeye tepki olarak öğrenilmektedir. Bu yaklaşım engellenme-saldırganlık arasındaki bağın gücünü

sorgulamaktadır. Ona göre, çevreden gelen her engellenme ve tiksindirici uyaran saldırganlığa yol açmamaktadır.

2.3.4.4.1 Engellenmeye Tepki Olarak Saldırganlık

Spordaki saldırganlık genelde engellemeden kaynaklanmaktadır. Bu engellenme güdülerin bloke edilmesi veya önlenmesinin sonucudur. Bu güdüler sporda üstün olan başarı etrafında dönen, hükmetme, güç, tanıma, prestij ve mükemmellik gibi konular bloke edildiğinde veya engellendiğinde genellikle saldırganlığı meydana getirir. Eğer bir çocuk veya birkaçından oluşan kombine güdü-dürtü sistemlerine çok değer verirse ve bunları başarmak veya bu duyuları doyurmak isteği bloke edilirse kendini engellemiş hisseder. Eğer bu durum engellenmeye karşı bir saldırganlık oluşturursa antrenör ve sporcu engelleyicinin kaynağını birlikte tanımlamalıdır ki; saldırgan tutumların daha yararlı bir şekilde yapılması sağlanabilsin. Saldırgan enerjiyi amaca yönelik kullanmamak sporcu için boşa harcanmış bir enerjidir. Bu anlamda Freedman ve ark. (1989), engellenme ve saldırganlığı açıkça ortaya koyan bir araştırma yapmıştır.

Freedman ve ark. (1989), engellenmenin sonuç davranışını gösteren basit kavramsal bir şema önermiştir. Bu engellenmenin “duygusal reaksiyonu” uyarıcı tezi üzerine merkezlenmiştir ki his engellenmeye bir tepkinin özüdür. Uyarılan his geniş ve yaygın veya özel bir (düşmanlık, utanma, kıskançlık vb..) bireyin durumunu nasıl yorumladığına bağlıdır. Bireyin engellenmeye karşı açık tepkisi ve her bir durumu yorumlaması kesinlikle onun alışkanlık ayarlama mekanizmasına bağlı olacaktır. Freedman ve ark. (1989), genellikle bir kişinin engellenmeye karşı nasıl bir tepki gösterdiğini belirtiyor. Bir sporcu kendisi için önemli olan belirli bir hedefin gerçekleştirilmesinde örneğin, voleybol da pasörün attığı bir pasa smaçörün kötü vurması basketbolda oyuncunun turnikeyi kaçırmaması veya hentbolde bir oyuncunun yedi metre atışını kaçırmaması durumunda sporcu hemen hissileşir. Eğer bireyin açık davranışı gözlemlenebilirse, hislerini kullanmada bazı alışkanlık mekanizmasının birtakım bölümleri görülebilir. Sporcuyu yararlı biri olduğunu inandırmak ve kendine güveni sağlamak için uzun ve sabırlı çalışmak gerekmektedir. Engellenmeye karşı aynı türde reaksiyon “dokunulmazlık” reaksiyonu olarak ifade edilmiştir. Bu

saldırgan olmayan bir reaksiyondur. Bunun anlamı ve gerekçesi de kişinin utangaçlık, utanma ve vurdumduymazlık, örneğin, “aman nasıl olsa bir şey yapamaz” gibi duygulardır. Bu tür reaksiyonların nedeni kişinin umursamazlığı ve küsmesidir. Bu tür durumun düzeltilmesi sporcunun yaptığı sporun özüne inanmadığı için oldukça zordur. Bu tür davranışın düzeltilmesinde neler olduğunu yeniden saptamaktır. Sporcuya başarı için optimal bir saldırganlık dürtüsünün gerekli olduğunu bildirmek gerekir. Bu tür durumlarda bazen yalnızca katılım için motiflerini değerlendirmesini ve bunların gerçek olup olmadığını göre bilmesi için yardım edilmelidir. Engellenmeye olan üçüncü temel saldırganlık ise sporda gerekli görülen türdür. Bu da kızgınlıktan, öfkeden ve bireysel yargılamadan kaynaklanır ve burada da suç diğerine yüklenir (Çobanoğlu,1993).

2.3.5 Saldırganlığın Spordaki Görünümü

Bugün saldırgan davranış, toplumumuzda tatsız ve olumsuz yargı uyandıran yaygın bir olgudur. Sertlik ve şiddet, anlam olarak birbirinden ayrılmaz şekilde iç içe geçmiş bir durumdadır. Saldırganlığın bu yorumu, bugüne kadar saldırganlık için söylenmiş her şeyi etkilemekte ve elde edilen bulgular, saldırganlığın kötü ve kontrol altına alınması gereken bir davranış olduğuna ivedilikle işaret etmektedir. Her ne kadar saldırı, psikolojik yazında geniş şekilde varsayıma dayanan bir anlam, bir yapı olarak anlatılsa da saldırıyı, bulunduğu şekliyle, kişinin bir diğerine verdiği bilinçli acı ve zarar olarak anlatabiliriz (Çobanoğlu,1993).

Bir grup araştırmada, saldırganlık ögesi yoğun olan sporları yapan bireylerin, spor dışı yaşamlarında daha sıklıkla saldırgan davranışta bulundukları; diğer bir drup araştırmada ise bu sporları yapanların spor dışı yaşantılarında saldırgan davranışları daha kolaylıkla kontrol ettikleri, dolayısıyla daha az saldırgan davranışlarda bulundukları yönünde bulgular ortaya çıkmaktadır (Eripek,1993).

Spor dallarının hemen hepsinde sporcuların belirli bir fiziksel güç göstermeleri gerekir. Bu güç zaman zaman saldırganlık sınırları içerisinde yer alır. Bu yönüyle bazı spor dallarına daha fazla saldırganlık ögesi içerdiği söylenebilir. Örneğin; Amerikan futbolu, boks, güreş gibi spor dalları fiziksel güç kalıbı içinde

saldırgan davranışların en yoğun olduğu spor dallarıdır. Bunu, futbol, basketbol, buz hokeyi, hentbol gibi sporlar izlemektedir (Eripek,1993).

2.3.5.1 Sporda Saldırganlığın Azaltılması

Şahin (2003), sporda saldırganlığın azaltılmasına yönelik önlemleri maddeler halinde belirtmiştir. Bunlar;

1. Koçlar, genç sporcuları saldırgan olmayan modelleri göstererek eğitmelidir.
2. Sporcularını saldırgan davranışlara yönelten veya onları bu davranışlardan dolayı ödüllendiren koçların lisansları iptal edilmelidir.
3. Kuralların dışına çıkarak saldırgan davranışta bulunan sporcular cezalandırılmalıdır. Mağdura, ceza yasaların uygulanmasında olanak tanıyan haklar verilmelidir.
4. Basın veya televizyonun neden olduğu kopya saldırganlıkları azaltmak için, bu tür olaylar ekranlarda veya gazetelerde tekrar tekrar gündeme getirilmemeli, şiddetin olumsuz yönü, eğitim amaçlı olarak kullanılmalıdır.
5. Kulüp yöneticileri ve koçlar, karşılaşma öncesi karşı tarafa olumsuz mesajlar gönderen davranışlardan kaçınmalı, ezeli rekabet içerisinde olduğu söylenen takımlar arasında ilişki arttırılmalı ve desteklenmelidir.
6. Stat veya salonlar etrafında alkollü içeceklerin satışı sınırlandırılmalı, alkollü seyirciler stat veya salonlara alınmamalıdır.
7. Stat veya salonlarda saldırgan davranışlarda bulunanlar hemen oradan uzaklaştırılmalıdır.
8. Takımların veya sporcuların haksız olduklarına inandıkları kararlara itiraz edebilecekleri özel kurallar getirilmelidir.

9. Stadyuma geliş ve gidişlerde trafiğin rahatlandırılması, stada giriş ve yerini bulmada kolaylıklar saldırgan davranışların azaltılmasında önemli olabilmektedir.

10. Sportif karşılaşmaların, ailecek izlenilmesine olanak tanıyacak kolaylıklar sağlanmalıdır.

11. Fair-play gibi normlar bir jenerasyondan diğerine sosyal davranışlar yoluyla aktarılmalıdır.

2.3.5.2 Saldırganlığın Nedenleri

2.3.5.2.1 Taraftarlık

Organize sporlarda çoğu taraftarlar takımlarına uzun bir süreden beri inançla bağlı olan kişilerdir. Takımlarının maçını görmek için saatlerce rahatsız bilet kuyruklarında beklemeyi göze alan bu insanlar rakibi mağlup etmek için heyecanlı davranışlarda bulunurlar ve zaferden sonra da önemli bir gurur duyarlar. Bunca inanç ve sahip çıkma duygusu bir spor takımına duyulan inancın insanların yaşamında önemli psikolojik bir rol oynadığını çıkarıyor (Kuru,2000).

Roadburg (1980), Britanya ve Kuzey Amerika futbolda, fanatik şiddetiyle ilgili faktörlerin bir karşılaştırmasını yaptı. Katılımcıların bu gözlemi ve anket metotlarını kullanarak yaptığı bir araştırmada, iki kültür arasında bir seri farklılık olduğunu saptadı. Bu durum onun şöyle bir sonuç almasına neden oldu. Futbol İngiltere’de (Britanya’da), topluluk şiddetine yol açarken Kuzey Amerika da böyle bir sonuca sebep olmuyor. İzleyicilerin sosyal durumlarındaki ve oyunun tarihsel gelişimlerdeki farklılıklara rağmen, bir çok yapısal faktör sıralandı. Başta gelen en önemli faktörler şunlardır. Britanyalılar stada yürüyerek geliyorlar ve maçtan önce veya sonra stadı karıştırıyorlar. Kuzey Amerikalılar ise arabalarıyla geliyorlar ve olaysız dağılıyorlar. Kalabalık olaylarda Britanyalıların %70 i ayakta duruyor, Kuzey Amerikalı izleyiciler % 100 oturarak izliyor ve daha az kalabalıklar. Bütün Britanya taraftarları maçlarda hazır bulunuyorlar. Özellikle kuzey Amerika maçlarında ev sahibi takımın taraftarı kesin bulunuyor.

Diğer değişkenler ise Gaskell ve Pearton (1979), tarafından araştırıldı. Onlar, taraftar şiddetinde, kalabalık boyutunun faullerin ve tartışmalı penaltıların sayısının, ev sahibi ve karşı taraf destekleyicilerinin sayısının ve takımların ligdeki pozisyonlarının etkili olduğunu söylüyorlar.

2.3.5.2.2 Holiganlık

Toplumda azınlık görüşleri savunan gruplar psikolojik olarak sapan kişiler olarak tanımlanırlar. Grupların görüşleri sapma olarak görünerek küçümsenir. Sporda seyircilerden olan holigan gruplarda bu çevrede aktivite gösterenlerdir. Düşmanca saldırganlığın büyük bir ölçüde doğuştan gelen biyolojik faktörlerce belirlenen bir içgüdü veya dürtü olduğu aracı saldırganlığın ise kendilerinden güçlü olan kimselerce yapıldığının görülmüş olması veya mükafatlandırıcı olması sebebiyle öğrenilmiş tepkiler olduğudur. Saldırganlık ve benliğin ihtiyacı bulunduğu bütün şeyleri elde etmek ve gerekli olanları yaptırmak için dışa dönük olan bütün aktif eğilimler ismi adı altında toplanır. Saldırganlığın biyolojik olduğu kadar toplumsal temeli de vardır. Saldırganlık sosyal bir davranış olup aile ve kültür ortamından büyük ölçüde etkilenir (Şahin,2003).

Freud saldırganlığı ölüm içgüdüsünü enerji boşalımı olarak ele alıyordu. Bu enerjinin bir kısmının sembolik saldırganlık şekilleriyle de boşalabileceğini ifade etmiş olmasına rağmen kendisi sosyal faktörlerin önemini oldukça küçümsemiştir. Freud saldırgan davranışları dürtü azaltıcı ve kendi acılarından mükafatlandırıcı davranış olarak görmemektedir (Fromm,1993).

2.3.5.2.3 Cinsel Farklılıklar

Cinsel kimlik bedensel, biyolojik, cinsel yapının farkında olmak ve buna göre kendini kadın veya erkek olarak kabul etmekle kazanılır. Gençlik döneminde toplum, genç insanlara açık bir şekilde tanımlanmış bir cinsel kimlik kazanmasını bekler ve ona bunun için bir imkan sunar. Gençlik dönemindeki bu gelişme, cinsiyet yoğunlaşması olarak adlandırılır. Bu ilk gençlik döneminde gerçekleşen bedensel değişiklikleri izleyerek erkeksi ve kadınsı görünüşün daha belirginleşmesine, erkeksi veya kadınsı toplumsal rollerin alınması eşlik eder. Sağlıklı bir şekilde cinsel

kimliğin kazanılması halinde genç insan, erkek veya kadın olmak durumu ile ilgili kendisini rahat hissetmelidir. Ancak özellikle bu dönem gençlerde beden imgesi ile cinsel kimliğin uyumu konusunda, örneğin; yeterince erkek görünümlü veya kadın görünümlü olup olmadığı ile ilgili kaygı çıkabilir (Şahin,2003).

Cinsel farklılıkların; sosyal ve kültürel değerlerle, biyolojik faktörler oldukları ortaya çıkmıştır. Yapılan araştırmalarda erkeklerin kadınlardan daha saldırganlığa yatkın oldukları aynı zamanda saldırılara daha fazla hedef oldukları ortaya çıkmıştır. Spor karşılaşmalarında kadınların yeterince yer almamaları erkeklere daha fazla serbest hareket imkanı vermiştir. Seyircilerin karşı takım oyuncularına, taraftarlarına ve hakeme yaptıkları gösterilerdeki figürler, çirkin el kol hareketleri, çeşitli nesneleri atmaları, taşlı sopalı saldırıları, cinsel içerikli simgeleridir. Özellikle cinsel ve eşcinsel küfürler, çirkin el kol hareketleri saldırganlığın cinsel içgüdüden kaynaklandığını kanıtlayan temel veriler arasında yorumlanabilir (Şahin,2003).

2.3.5.2.4 Irk Ayrılığı

Saldırganlığın nedenlerinden biriside ırk ayrılığı faktörüdür. Tarihte A.B.D.'ye gelen beyazların, Kızılderili ve daha sonra köle olarak kullanıldıkları zencilerle olan çeşitli çatışmaları bu kavram içinde sayılabilir. Bu konuda beyazların ön yargılı davranışları saldırganlığa neden olmuştur. Beyazlar arasında kölelerin özgür olamayacağı ön yargısının yerleşmesinden dolayı, zaman içinde gerek kölelere direkt verilen haklar, gerekse kölelerin ayaklanmaları, kavgaların hatta iç savaşların nedenlerini oluşturur. Bu ön yargının ortadan kalkması kolay olmayacaktır. Bunun sonucu olarak siyahlar beyazlara karşı daha acımasız davranmaktan kendilerini alamamaktadır. Zaman içinde bir takım sosyal nedenlerden dolayı siyahlarla beyazlar arasında sürtüşme devam etmektedir. Ekonomik rahatlık siyahlar yönünden geliştikçe, bu ortamın son bulabileceği düşünülebilir. Ama kötü durumdaki beyazların ve siyahların fırsat buldukça birbirlerine saldırmaya devam edecekleri de bir gerçektir (Erkel,1986).

2.3.5.2.5 Çevresel Nedenler

Genelde tek bir çevresel faktör, saldırganlık için neden olmaz. Bunun yanında değişik nedenleri de göz önünde bulundurmak gerekebilir. Bu çevresel faktörlerin bir kaçının bir araya gelmesiyle birlikte isnada bir anda meydana gelen patlamalara, saldırganlığa yol açar. Yaptığı işe konsantre olamama aşırı rahatsızlık, kızgınlık, can sıkıntısı, ne yaptığını bilmeme, kendini kaybetme, çevresel faktörlerinde içinde bulunduğu oluşumlardır ve saldırganlığa yol açar (Kuru,2000).

Gürültü, sıcaklık, hava kirliliği, fiziksel stres yapıcılar, bölgesel saldırılar, kişisel yerlere izinsiz girme ve aşırı kalabalık insanlar arası stres yapıcılar olarak, çevresel faktörler içinde yer alır ve saldırganlığa neden olurlar. Bu belirtilenler insan psikolojisi içinde yaptıkları etkiler bakımından günlük insan yaşamında büyük etkiler bırakırlar (Dursunoğlu,1998).

Çevresel faktörlerin geniş bir bölümü kitle kargaşalarının patlak vermesine neden olabilir. İnsanlar arası saldırganlığı arttıran faktörler arasında gürültü, sıcaklık, karanlık, kalabalık, kötü koku ve pasif içicilikte vardır. İzleyiciler ve faktörlerin bir veya daha fazlasının var olduğu koşullar altında kendilerini bir olay izlerken bulabilirler. Buna rağmen çevresel faktörler ile saldırganlık arasındaki ilişki sporda nadiren test edilmektedir. Büyük bir bölüm için laboratuvar bulgularından ve diğer veri kaynaklarından genelleştirme yapmak gerektirmektedir. Sonuç olarak çevresel faktörlerin düşmanca taşmalarındaki isteğe olan katkısı yapılan çalışmalar ile gözler önüne serilmiştir (Russell,2003).

2.4 KAYGI

Türk Dil Kurumu'na yayınlanan Ruhbilim Terimleri Sözlüğünde Dr. Mithat Enç kaygıyla ilgili olarak şu tanımları yapmaktadır. “Kaygı, güçlü bir istek yada dürtünün amacına ulaşmayacak gibi gözüküğü durumlarda beliren tedirgin edici duygudur” şeklinde ifade etmektedir (Enç,1988).

Kaygı, Türkçe’de *endişe* ve İngilizce’de *anxiety* olarak ifade edilmektedir. Belli bir anlamda tasa ve kuşku terimleri ile anlamdaştır. Fakat kaygı hepsinden ayrı

farklı bir olgudur. Kaygı bu durumuyla bazen korku ile de karıştırılmaktadır. Oysa ki korku terimi nedeni bilinen durumlarda kullanılırken, kaygı ise nedeni bilinmeyen korkudan ortaya çıkmaktadır (Biçer,1998).

Bir başka deyişle de kaygı; bazen normalde korku duygusu uyandırmayacak nitelikteki uyarıların bazı kimselerde korku duygusu ve tepkiler uyandırdığı görülür. Böylece gerçekte korkulmaması gereken bir takım olaylar veya uyarılar karşısında ortaya çıkan korku tepkilerinde kaygıdan söz edilebilir, o halde açık seçik belli bir neden olmaksızın duyulan korkudur (Konter,1996).

Kaygı, uyarılmışlık ve stresle eş anlamlı düşünülen ve sıklıkla bu şekilde kullanılan bir kavramdır. Cox'a göre kaygı "artmış fizyolojik uyarılmışlık ve subjektif bir endişe"dir (Biçer,1998).

Weinberg ve Gould'a göre "vücudun uyarılmışlığıyla birlikte bulunan sinirlilik, endişe ve sıkıntı duyulan ile ilgili duygusal durum"u anlatır (Russel,2004).

Anshel'e göre ise "algılanan tehdit"dir. Hom'a göre de "uyarılmışlığın bilişsel boyutu ya da duygusal etkisi" olarak tanımlanmaktadır (Tiryaki,2000).

Kaygı genellikle bir dürtü çatışması sonucu doğar. Kaygının psikodinazması analitik olarak şöyle açıklanabilir. Karşılaştığı engellemeler kişinin dürtü nesnesine (amacına) ulaşmasını engellediğinde kişi bu engellemeye neden olan şeyi suçlar ve içinde ona karşı bir saldırganlık duygusu duyar (Koç,2004).

Kaygı kavramının anlaşılabilmesinde en önemli kaygılardan biri Karen Homey tarafından olmuştur. Homey korku ve kaygı arasındaki yakınlığa değinmiş ve her ikisinin de tehlikeye karşı geliştirilmiş duygusal tepkiler olduğunu fakat korku-kaygı arasında önemli bir farklılık olduğunu belirtmiştir. Homey'e göre korku; gerçek bir tehlike karşısında duyulan tehlike ile orantılı bir duygu, kaygı ise; tehlikeli olarak algılanan bir duruma duyulan duygudur (Tallis,2003).

Birbirinden farklı özellikleri olan iki tür kaygı, durumluluk ve sürekli kaygıdır. Bu anlayış Cattel ve Scheier'in faktör analizi çalışmaları ile ilk kez sürülmüş, daha sonraları da Spielberger ve arkadaşlarının çalışmaları sonucu

geliştirdikleri İki Faktörlü Kaygı Kuramının özünü oluşturmuştur (Martens, Valley, Burton,1990).

2.4.1 Durumluluk Kaygı

Durumluluk kaygı, bireyin içinde bulunduğu stresli durumdan dolayı hissettiği subjektif korkudur. Fizyolojik olarak da otonom sinir sisteminde meydana gelen bir uyarılma sonucu terleme, sararma, kızarma ve titreme gibi fiziksel değişimler, bireyin gerilim ve huzursuzluk duygularının göstergeleridir. Stresin yoğun olduğu zamanlar durumluluk kaygı seviyesinde yükselme, stres ortadan kalkınca, düşme olur (Öner, Comte,1983).

Başka bir ifade ile durumluluk kaygı, sıkıntı, tasa ve gerginlik ile karakterize olan acil durumu göstermektedir. Durumluluk kaygı kinetik enerji gibidir. Yeterli düzeyde uyarıcı olduğunda kinetik bir reaksiyon meydana gelmektedir (Yücel,2003).

Bu tanımlardan da anlaşılacağı gibi, kişi kaygı hislerinin bilinçli olarak farkındadır. Sürekli kaygıda ise, karşılaşılan özel durumlarla ilişkili olan, kişinin objektif ve genel olarak davranışsal yatkınlığı söz konusu olmaktadır (Beck,2002). Daha yüksek durumluluk kaygı düzeyine sahip olan kişiler, karşılaştıkları durumları daha tehlikeli veya tehdit edici olarak algırlar ve karşılaştıkları bu tehdit edici veya tehlikeli durumlara daha yoğun durumluluk kaygı düzeyleri ile tepki gösterebilirler (Kemler,1989).

2.4.2 Sürekli Kaygı

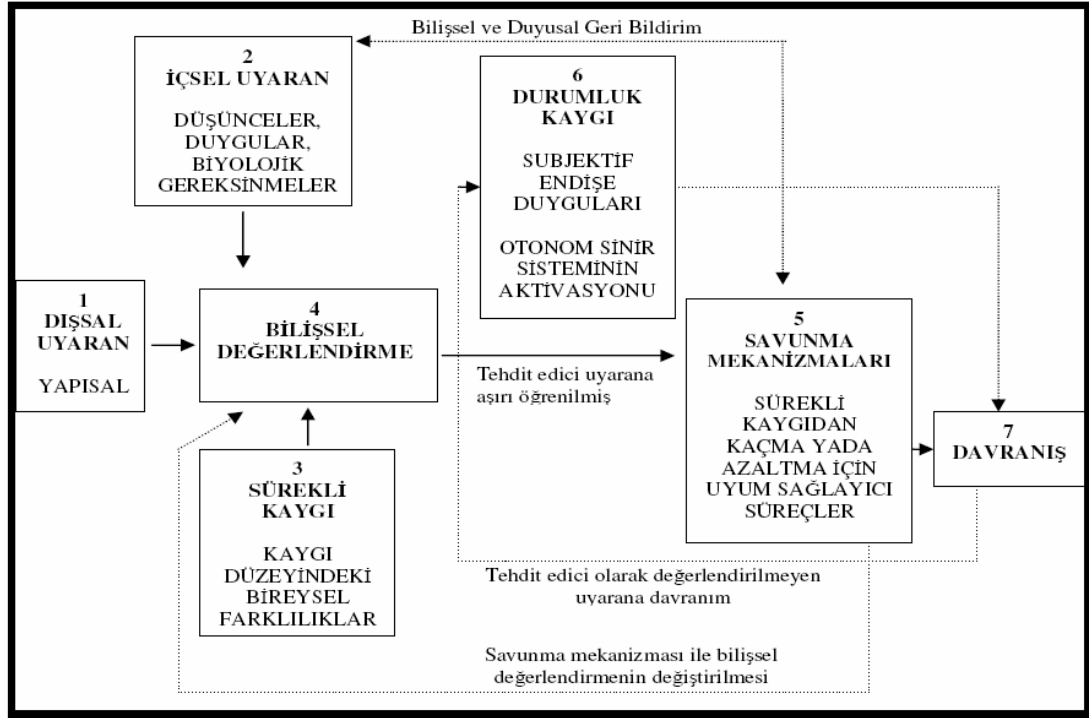
Sürekli kaygı ise, bireyin davranışlarında doğrudan doğruya gözlenemez. Ancak değişik zaman ve koşullarda saptanan durumluluk kaygı reaksiyonlarının şiddetinden ve sıklığından yorumlanabilir. Buna göre sürekli kaygı düzeyleri yüksek olan bireyler, stres karşısında sürekli kaygı düzeyi düşük olanlardan daha kolaylıkla ve daha sık olarak incinirler. Durumluluk kaygıyı hem daha sık, hem de daha şiddetli bir şekilde yaşarlar (Miller,2002).

Kuşkusuz sporcular arasında da sürekli kaygı duygusu gelişmiş olanlar vardır. Sahip olduğu bu kişilik dizgisinden dolayı hemen her ortamda kaygılandığını bilir ve

sürekli bir huzursuzluk içinde yaşayabilir. Daha çok psikiyatristleri ve klinisyenleri ilgilendiren bu durum sürekli kaygıdan başka bişey değildir. Ancak bunlar gibi kaygıyı yerleşik bir kişilik örüntüsü olarak yaşamayan bireylerde de belirli uyarılar karşısında kaygılanma hali görülmektedir (Sivrikaya,1998). Sportif ortamlar söz konusu olduğunda yarışma öncesinde ve sporla ilgili çeşitli durumlarda kaygılanan sporcuların durumluluk kaygı kapsamında ele alınması gerekir. Başka bir deyişle sporcuların birçoğunun sık sık durumluluk kaygı ile karşı karşıya kaldıkları söylenebilir. Sporcular üzerinde yapılan araştırmalarda, yarışma veya müsabaka öncesinde durumluluk kaygı düzeylerinin arttığı tespit edilmiştir (Kemler,1989).

Sürekli kaygı bireyin, kaygı yaşantısına olan yatkınlığıdır. Buna, kişinin içinde bulunduğu durumları genellikle stresli olarak algılama yada stres olarak yorumlama eğilimi de denilebilir. Objektif kriterlere göre nötr olan durumların birey tarafından tehlikeli ve özünü tehdit edici olarak algılaması sonucu oluşan hoşnutsuzluk ve mutsuzluk sürekli kaygıdır. Bu tür kaygı seviyesi yüksek olan bireylerin kolaylıkla incindikleri ve karamsarlığa büründükleri görülür. Bu bireyler durumluluk kaygıyı da diğerlerinden daha sık ve yoğun bir şekilde yaşarlar (Schcendfeld,1993).

Diğer taraftan sürekli kaygı düzeyi yüksek olan bireylerin, başka ortamda (örneğin, bir yarışma öncesi ve sonrada) daha çabuk ve sık durumluluk kaygı belirtileri göstereceği ifade edilmektedir. Bu kapsamda durumluluk ve sürekli kaygı arasındaki ilişki aşağıdaki şekilde görülmektedir (Koç,2004).



Şekil 1: Durumluluk ve Sürekli Kaygı Arasındaki İlişki

2.4.3 Bilişsel ve Bedensel Kaygı

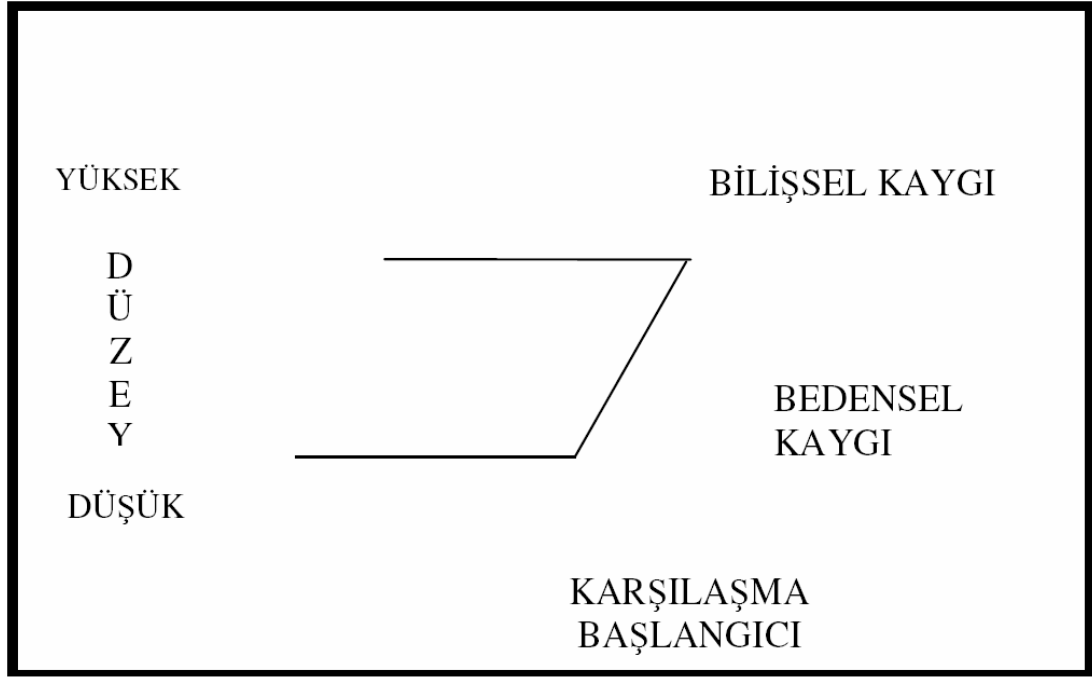
Araştırmalar 1969’lardan sonra, kaygının benzer bir şekilde olmayan, çok yönlü boyutlara sahip olduğunu ortaya koymuştur. “Liebert ve Morris (1967) Baygının bilişsel kaygıyı ve duygusal uyarılmışlığı içine aldığını ileri sürmüşlerdir. Daha sonra yapılan araştırmalar Endler (1978), Davidson ve Schvardz (1976) ve Borkovec (1976) bilişsel ve bedensel kaygının hem durumluluk hem de sürekli kaygı için uygulanabilir olduğunu ileri sürmüşlerdir (Martens ve ark.,1990).

Bilişsel kaygı, kaygının zihinsel bölümüdür ve kişinin kendi negatif değerlendirmeleri veya başarı ile ilgili olarak negatif beklentileri tarafından ortaya çıkmaktadır. Bilişsel kaygı, kişinin sıkıntılarından, rahatsız edici görsel imgelerden ve bunlarla ilişkili olarak hoş olmayan hislerden, bilinçli bir şekilde haberdarlığı ile karakterizedir. Bu bizim karşımıza genel olarak sporda, özel olarak da futbolda, futbolcunun kendisini negatif olarak sürekli değerlendirmeleri ve negatif performans beklentileriyle çıkmaktadır (Dorel,1998).

Bir başka tanımda ise bilişsel kaygı şu şekilde açıklanmaktadır. Somatotik kaygıdan farklı olarak endişe, olumsuz düşünce ve beklentileri, dikkatin bozulması, konsantre olamamayı, kişinin kendisiyle ilgili düşüncelerini ifade etmektedir (Özbaydar,1983).

Bilişsel ve bedensel kaygı birbirlerinden bağımsız olarak ele alınmalıdır. Çünkü insan, bedeni ve zihniyle bir bütünlük oluşturmaktadır. Bu bütünlük içinde, bilişsel ve bedensel kaygı birbirleri ile etkileşim içinde bulunurlar (Erbaş,2000). Bilişsel ve bedensel kaygının hem durumsal hem de sürekli olan davranışla ilişkisi olmaktadır. Bilişsel ve bedensel kaygının ve bunlarla ilişkili olan durumluluk ve sürekli kaygının yoğunluk ve yön boyutları da söz konusu olmaktadır. Negatif etkiler sonucunda, bedensel ve bilişsel kaygının yönleri genellikle negatife doğru kayabilir ve yüksek oranlarda bilişsel ve bedensel kaygıya sahip olma, başarısız deneyimlere yol açmaktadır (Gümüş,2002)

Bilişsel kaygı veya tasa, negatif beklentiler, dikkat ve konsantrasyon eksikliği, başarısızlık ve tehdit edilmişlik hisleriyle doğrudan ilişkili olmaktadır. Bedensel kaygı ise, uygulayıcının veya sporcunun fizyolojik uyarılmışlığı ile meydana gelen sinirlilik, gerginlik, karın ağrısı vb, belirtilerle kendisini göstermektedir. Kaygı kontrol tekniklerinin uygulanmasında, bilişsel ve bedensel kaygı farklılaşmasını bilmek, oldukça önemlidir.bu her iki kaygının yarışma öncesi ve yarışma sonrasında nasıl farklılaşma gösterdiği Jones'a göre aşağıdaki şekil de gösterilmektedir.



Sekil 2: Yarışma Öncesi ve Yarışma Sonrası Bedensel ve Bilişsel Kaygı Arasındaki Değişimler

Bilişsel kaygı bedensel kaygıya göre yarışma öncesinde daha çabuk yükselme göstermektedir. Bilişsel kaygı yükseldikten sonra yarışma öncesi ve yarışma süresince fazla değişime uğramaz ve yüksekliğini korur. Ancak yine de sporcunun karşılaşma sırasında, başarı beklentilerine göre, bilişsel kaygının dalgalanma gösterebileceği de göz ardı edilmemelidir. Yarışmaya bir hafta kala sakatlığı olan bir futbolcu gelecek hafta oynayıp oynamayacağı ile ilgili olarak yüksek düzeyde bilişsel kaygı gösterebilir. Ancak bu futbolcu, spor doktorundan bir hafta sonraki maça hazır olabileceğinin söylenmesi üzerine bilişsel kaygı durumunda azalma gösterebilir. Bedensel kaygıda yükselme, bilişsel kaygıya göre, daha geç ve maça yakın bir zamanda yükselme gösterir. Bedensel kaygının yükselmesi sporcudan sporcuya farklılık gösterebilir. Bazı sporcularda bu karşılaşmadan bir gün önceki akşam, bazılarında karşılaşmanın olacağı gün ve diğer bazılarında ise, soyunma odasında ve sahaya çıkarken yükselme kaydedebilir (Konter,1998).

Buton (1988), Goult, Petlichkoff, Simons ve Vevera (1987), - Krane ve Williams (1987), Martens ve meslektaşları (1990) gibi spor psikologları kaygını çok

yönlü doğasına yönelmişlerdir. Çok yönlü kaygı modellerine Borkovek (1976), Davidson ve Schwartz (1976) gibi bilim adamları öncülük etmişlerdir. Borkovek birbirinden farklı, fakat birbirleriyle etkileşimde bulunan kaygı tepkilerinin bazılarını açıklamıştır (Martens ve ark.,1990)

Kaygı'da bilişsel ve bedensel boyutların araştırılması zorunluluğu Martens, Burton, Vealey, Bump ve Smith (1990) gibi spor psikologlarının CSAİ-2'yi geliştirmelerine neden olmuştur. (CSAI-2 aynı zamanda öz-güven boyutuna sahiptir). CSAI-2, spor psikolojisinde çok yönlü kaygıyı ölçmek için en fazla kullanılan ölçüm olmuştur. Ayrıca bilişsel ve bedensel kaygıyı ölçen, Scwartz, Davidson ve Goleman (1978) tarafından geliştirilmiş, Bilişsel-Bedensel Kaygı Anketi de (Cognitive-Somatic Anxiety Qustionnaire) bulunmaktadır (Batlaş,2000).

2.4.4 Kişiler ve Gruplar Arası Durumluluk Sürekli Kaygı

Kişiler ve Gruplar arasındaki durumluluk sürekli kaygı'nın ele alınması Hanin, kaygıya sosyal-psikolojik açıdan yaklaşması ile duygusal tepkileri ve sosyal çevreyi durumluluk kaygı içinde kavramlaştırması ile farklı bir boyut kazanmıştır. Hanin kaygıya kişi ile çevre arasında karşılıklı etkileşim olarak bakmıştır. Bu yeni yaklaşıma göre, insana bir bütün olarak bakılmalı ve onlara ayrı ayrı varlıklar olarak görmemelidir. Kişilerin kaygıları diğer insanlara ve çevrenin özel istemleri ile etkileşim içinde ele alınarak değerlendirilmelidir (Öner, Comte,1983)

Performans kaygısı, özel bir konu üzerinde çalışırken yaşanan duygusal bir tepkidir. Kaygı, sosyal-psikolojik açıdan alt bölümlere ayrılabilir. Kişiler arası durumluluk kaygı ($S=A_{int}$) ve grup içi durumluluk kaygı ($S=A_{gr}$). Her iki kaygı da, belirli bir zamanda kişinin duygusal tepkileri göstermektedir. Kişi, eşiyle veya diğer bir arkadaşıyla grubun ve takımın üyesi olarak ilişki kurmaktadır. Kişinin belirli bir zamanda belirli bir kişiyle kurmuş olduğu ilişki, kişiler arası durumluluk kaygıyı ($S=A_{int}$) ve kişinin belirli bir zamanda belirli bir kişiyle takımın vya grubun üyesi olarak kurmuş olduğu ilişki ise, grup içi durumluluk kaygıyı ($S=A_{gr}$) göstermektedir. Hanin, kaygıyla ilgili daha öte gruplamalar yaparak, performans kaygısıyla, optimal durumluluk kaygıdan bahsetmiştir. Optimal durumluluk kaygı,

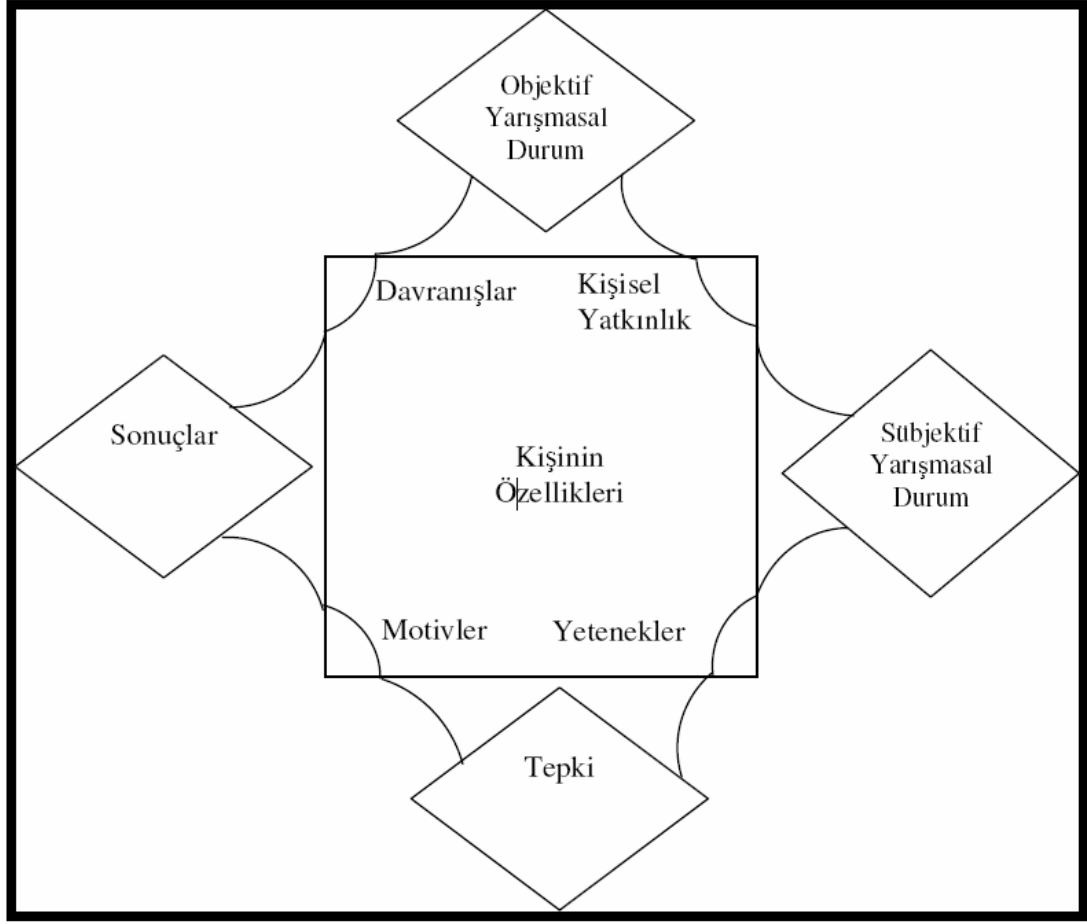
performans durumu düzeyi ile ilgili kaygıdır ve kişiye kendisinin en iyisini uygulama olanağını vermektedir. Performans kaygısı ise, belirli bir yarışmasal koşulda, özel durumluluk kaygı düzeyini göstermektedir (Artok,1994).

Kişiler arası ve grup içi durumluluk kaygı Spielberger ve Hanin tarafından Rus sporculara uygulanmıştır. Ruslarla yapılan bu araştırmada Spielberger'in STAI (Durumluluk-Sürekli Kaygı Envanteri) kullanılmıştır. Kişiler arası kaygı ölçüldüğünde kişilere belirli bir zamanda belirli bir kişiyle kurulan ilişkide, örneğin hakem, antrenör, teknik direktör, yönetici, rakip takım elemanı gibi, ne hissettikleri sorulmuştur. Grup içi kaygı ölçüldüğünde de, kişilere belirli bir anda takımın bir üyesi olarak ne hissettikleri sorulmuştur. Hanin aynı zamanda, Psikolojik Rahatlık / Rahatsızlık Ölçeğinden de yararlanmıştır. Hanin bu ölçeği, bir konuyu uygularken durumluluk kaygının ani değişimlerini değerlendirmek içinde kullanılmıştır (Artok,1994).

2.4.5 Yarışma Kaygısı

2.4.5.1 Yarışma Süreci Modeli

Martens'in geliştirdiği yarışma süreci modeli, yarışma sürecinde bütün ilgili bileşenlerin anlaşılması için gereklidir. Bu modelde Martens yarışmayı, süreç olarak gören bir model geliştirmiştir.



Şekil 3: Martens'in Yarışma Süreci Modeli

Bu model Mc Grath ve Spilberger'in modellerinden çok farklı değildir. Yarışmasal süreç modeli, uyarılma, algılama, bilişsel değerlendirmeye tepkiyi sermektedir. Ancak bu model, yarışma üzerinde yapılan diğer araştırmalara zıt olarak, uyaran ile tepki arasında aracı olan organizmada, bilişsel vurgulamaya ağırlık vermektedir. Bu modelin, durumluluk ve sürekli kaygıyla ilişkili olarak dört ana bölümü bulunmaktadır. Bunlar,

1. Objektif Yarışmasal Durum,
2. Subjektif Yarışmasal Durum,
3. Tepki,
4. Sonuçlar (Sivrikaya)

Martens'in yarışma süreci modelinde, ilk bileşen, yarışmasal süreç içinde bütün objektif uyarıları ifade eden kavram olarak Objektif Yarışmasal Durumdur (OYD). OYD, konunun çeşidini, rakibin güçlülüğünü, oyunun koşullarını, kurallarını ve dışsal ödüllerin varlığını içermektedir.

Kişi OYD'ü nasıl algılamakta, kabul etmekte ve değerlendirmektedir. Bu Subjektif Yarışmasal Durum (SYD) olarak adlandırılmaktadır. SYD'a, yetenekler, tutumlar, davranışlar, eğilimler, kişisel yatkınlıklar ve diğer kişiye ait faktörler tarafından aracı edilmektedir.

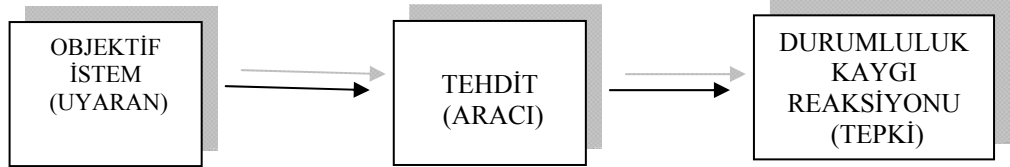
Kişinin OYD'ye nasıl tepki gösterdiği, büyük ölçüde, SYD tarafından belirlenmektedir. Kişiler üç şekilde tepki gösterebilirler. Bunlar, iyi uygulama gibi davranışsal tepkiler, avuçların terlemesinde artma gibi fizyolojik tepkiler ve yükselen durumluluk kaygı gibi psikolojik tepkilerdir (Artok,1994).

Yarışmada sonuçlar, sık sık başarı ve başarısızlıkla ilgili olarak görülmekte ve başarı, normal olarak pozitif, başarısızlık ise negatif bir sonuç olarak görülmektedir. Kişinin, sonradan olacak yarışmasal duruma nasıl yaklaşacağı, ne şiddette kaçınıp, kaçınmayacağı, önceki yarışmasal sonuçlarının etkileri altında kalmaktadır. Yarışmasal sürece katılmanın ve bundan elde edilen sonuçların meydana getirdiği birikim büyük ölçüde, sürekli yarışmasal kaygıda kişisel farklılıkları belirleyebilir (Erbaş,2000).

2.4.5.2 Yarışma Kaygı Modeli

Martens, Mc Graft ve Spielberger'in stres modellerinin dikkatlice değerlendirilmesini yaptıktan sonra Yarışma Kaygısı Modelini ortaya atmıştır ve geliştirdiği bu modelinde sözcüksel ifadeleri, Spielberger ve Mc Graft'dan yararlanarak kullanmıştır, Martens modelinde bütün süreci tanımlamada kaygı yerine Mc Graft'ın "stres" terimini kullanmaktadır. Buna neden olarak martens şunları söylemektedir "çok sıkı bir şekilde kaygı, kişilik özelliği ile ilişkilidir. Bu da sadece tehdidin algılanmasında objektif uyarı değil, durumluluk kaygı ile ilişkili olarak uyarı bölümünü içermektedir". Martens modelinde Objektif İstem kavramını da

kullanmaktadır. Martens'in kullandığı Stres Modeli ve Terminolojisi aşağıda Şekil 8'de gösterilmektedir.



Şekil 4: Martens'in Stres Modeli

Deneysel ve deneyimsel kanıtlar kaygının yarışmasal durumlarda yaygın olarak yaşandığını göstermektedir. Her yarışmasal durumda ve özellikle de üst düzeyde yapılan profesyonel sporlarda dışsal ödüllerin ve cezaların varlığı, sonucun belirsizliği, rakibin güçlülüğü, takımın veya kişilerin son karşılaşmalarında aldıkları sonuçlar, sonucun sporcular açısından ne derece önemli görüldüğü ve sporcuların fiziksel, teknik, taktik ve psikolojik kapasitelerini karşılaşılan rakiple ilişkili olarak nasıl algıladıkları, kaygı ve stres durumunu belirleyici olmaktadır (Gümü,2002)

2.4.6 Genel Kaygı ve Duruma Özgü Kaygı

Bir çok davranış bilinci durumluluk kaygı ile çeşitli davranışlar arasındaki ilişkiyi aramıştır. Ancak öncelemesi ve sezinlemesi yapılabilecek sonuçlar elde etmede başarısız olunmuştur. Bir psikologa göre bunun nedeni, yetersiz ve bütünsel olmayan ölçüm teknikleridir (Yücel,2003). Kaygının duruma karşı öğrenilmiş bir tepki olduğu düşünülmüştür. Başka bir deyişle, bir kişi matematik dersi alırken veya dişçi koltuğuna otururken kaygılı olabilir. Ancak bu kişi basketbol maçına çıkmadan önce aynı kaygıları taşımayabilir veya kendini çok daha rahat hissedebilir. Aynı şekilde bu kişi bir müzik aletini çalarken veya araba kullanırken kendini rahat hissedebilir. Bu nedenle bizim davranışı daha iyi tahmin edebilmemiz için, yeterli özel durumların bilgisine ve kişilerin bu özel durumlarla nasıl etkileştiklerine önemle dikkat etmemiz gerekir. Bu nedenle son zamanlarda eğitimi ve spor ortamına özgü olarak geliştirilen, gerçek durumları daha iyi temsil eden testlerin kullanılması giderek önem kazanmaktadır (Koç,2004).

Kişinin duruma özgü kaygı yatkınlığı ve diğer durumsal özellikleri bilindiğinde, davranış tahmini daha iyi gerçekleşecektir. Daha önce yapılan

araştırmaların değerlendirilmesi yapıldığında, genel olarak duruma özgü sürekli kaygının ölçümünün, belirli bir stres niteliğinde olan durumlarda, durumluluk kaygısı, genel durumluluk kaygı ölçümlerine göre, daha iyi tahmin ettiğini söyleyebiliriz.

2.4.7 Spor ve Kaygı

Kaygı ve diğer duygusal faktörlerin performans ve karşılaşmalar üzerindeki etkileri bir çok araştırmacı tarafından değişik boyutları ile incelenmiştir. Farklı motorsal testlerle eşit yeteneklere sahip olduğu saptanan sporcuların, sportif eylemlerde farklı başarı göstermelerinin nedenleri üzerinde çalışmalar, bilim adamlarını bu başarı farkını belirleyen nedenlerden biri olarak da, “sporcuların psikolojik yapılarının farklılığından ileri gelebileceği” görüşü üzerinde birleştirmiştir. Sporcuların psikolojik boyutuyla ilgili yapılan araştırmalar ilerledikçe, sporun salt fiziksel eylemlerden oluşan bir olgu olmadığı, bireyin psikolojisi ile bütünleşen “psiko-sosyal ve fizyolojik bir olgu olduğu ortaya çıkmıştır. 1950’li yıllarda ortaya çıkan bu yeni görüşlerden sonra sportif eylemler daha değişik bir boyut kazanmış ve tüm sportif eylemlerde, zihinsel etkinlikler yani, zeka, dikkat, bellek, irade, yargılama, kıyaslama, yorumlama, kaygı gibi psikolojik ve işlevlerin bulunduğu ve rol oynadığı saptanmıştır (Kemler,1989).

Bu sportif performansın çok boyutlu doğası içinde yer alan kaygı, evrensel bir karaktere sahip olup bütün sporlarda performansı olumlu veya olumsuz yönlerde etkileyebilmektedir. Sportif performansta kaygı, sporcuların uyum yeteneklerini, dikkat ve konsantrasyonlarını, koordinasyon ve dengeli, karar verme ve değerlendirmelerini, öz-güven ve değerliliklerine, motivasyon ve aktivasyonlarını önemli ölçülerde etkilemektedir. Bu etkiler sporcuların ortaya koyacakları performanslarında, gerek duyacakları kuvvet, sürat, dayanıklılık, esneklik, teknik ve taktik özelliklerde de kendini gösterebilir (Dorel,1998).

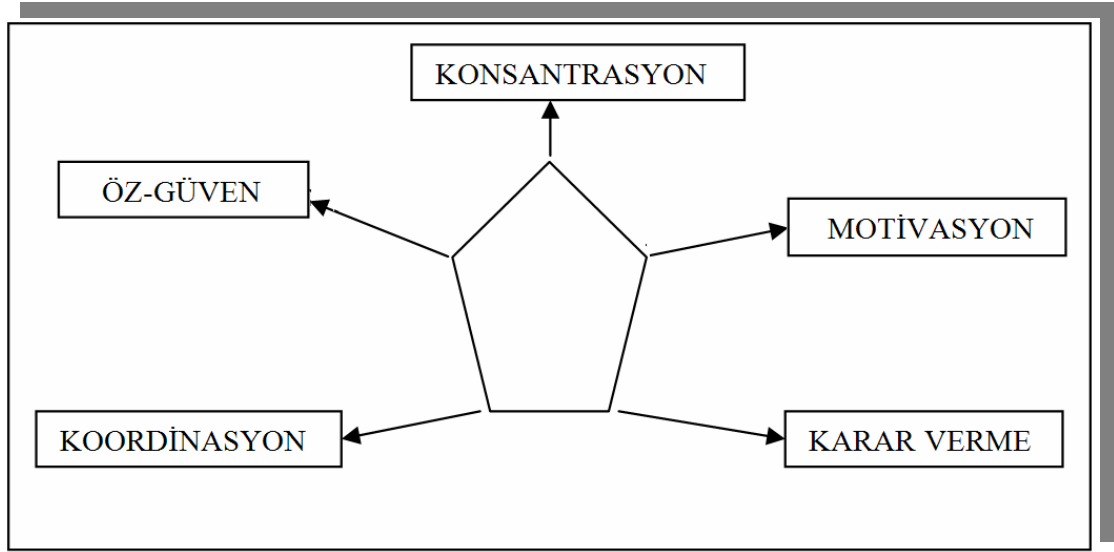
Sporcularda kaygı sporla ilişkili ise de, asıl neden duruma ilişkin algıdır. Sporculardan başarılı olması belirli bir başarı düzeyine ulaşması beklenir. Sporcunun fiziki ve psikolojik kapasitesinin kendisinden bekleneni karşılamakta yetersiz

kalması halinde hedeflenen başarıya ulaşması mümkün olmaz. Bu olumsuz durumda daha fazla gayret gereklidir. Tüm gayrete rağmen arzulanan sonuca ulaşılmaz ise mevcut şartlar tehdit edici olarak algılanır. Bu algılamanın sonucunda duygusal tepki olan kaygı ortaya çıkar.

Sporcuların, seyircilerin izlemesi ve sporun sağladığı kararlılık, sevinç ve takım ruhu gibi duyguları yaşaması ve göstermesi olasıdır. Duygusal kuvvetlenme, harekete geçirici gücü sağlamadığı sürece fiziksel ve zihinsel kuvvetlenme ve becerinin başarılmaması zorlaşır. Bununla birlikte, bazen duygunun kendisi yada duyguların aşırı düzeye çıkması, performansı engeller ve böyle olaylarda kaygı duyma olasılığı oldukça yaygındır (Biçer,1998).

Sporcular, değişen düzeylerde kaygıdan etkilenirler. Gerçekte, kaygıyı canlılığın zorunlu bileşeni olarak ifade etmiştik ve bazen onu heyecandan ayırmanın oldukça güç olduğunu belirtmiştik. Bununla birlikte, ölçekte aşırı canlılık düzeyine ulaşılan bir nokta vardır. Bu noktadan itibaren kaygı performansı zararlı yönde etkiler. Birçok sporcu aşırı canlılığın uç sınırında bulunur ve genellikle deneyimleri, duyguyu nasıl kontrol edeceklerini öğretir. Ölçeğin çok daha yukarısı geçmiş travmatik bir olaya eşlik eden yoğun kaygıdır. Bunlar özellikle acı veren bir şekilde önemli bir yarışmayı kaybetme yaralanma anlarında ortaya çıkar.

Birçok durumda kaygı performansı etkilemektedir. Ancak bu etkinin nasıl ve hangi faktörler tarafından yönlendirildiği henüz tam olarak açıklanamamaktadır. Kaygının etkili olduğu ilişkiler aşağıdaki şekil 'da görülmektedir.



Şekil 5: Kaygının Etkili Olabileceği Psikolojik Faktörler

Yüksek düzeyde kaygı, düşük düzeyde olan öz güvenle ilişkilidir. Bunun tersi de ileriye sürülebilir. Yüksek kaygı düzeylerinde sporcular görevlerini yerine getirmede yeteneklerinden kuşku duyabilirler ve kompleks becerileri yapmaktan sakınabilirler.

Çoğu kez sportif müsabaka içindeki birçok sporcunun telaşlı, huzursuz, sıkıntılı, çekingen, üzüntülü, yüzü sararmış yada kızarmış, tedirgin durumda olduğu görülmektedir. Yine bazı sporcuların antrenmanlarda rahatlıkla yaptıkları hareketleri müsabakada yapamadıkları takım arkadaşlarına uyum sağlayamadıkları ve kendilerinden bekleneni yerine getiremedikleri gözlenmektedir. Bu olumsuzluklar aslında sportif eylem içinde kaygılı bir sporcunun davranışını yansıtmaktadır. Bir spor ekibi içinde kendisine verilen görevi yerine getirmeyen bir sporcu, takımın kolektif oyun düzenini bozacak ve sonunda önce kendisinin sonrada takımın başarısında olumsuz yönde etkili olacaktır.

Jones'un uluslar arası İngiliz sporcularıyla yapmış olduğu araştırmalarda, trampolin de uluslar arası derecelere sahip olan Sue Challis şunları söylemiştir, "Ara sıra belirli becerileri yerine getirebilme yeteneğimden şüphe ettim. Bir hareketi yapmaya giriştim ve hemen onun ardından daha kolay olanına yöneldim". Aynı şekilde, uluslar arası hokey oyuncusu olan Mary Nevili de benzer değerlendirme

yaparak, “yüksek baskı koşullarında belirli becerileri yerine getirebilme yeteneğinden şüphe ettiğini” belirtmiştir (Erbaş,2000).

Sportif becerilerin başarılı bir performansla ortaya konulmasında, belirli motivasyon düzeylerine gereksinim vardır. Bu motivasyon düzeyleri de kaygıyla yakından ilişkilidir. Bazı antrenörler, yanlış bir şekilde, çok motivasyonun her zaman faydalı olacağını düşünürler. İyi performans ortaya koymada, yapılan spor ve aktiviteye göre, optimal uyarılmışlığı yakalamak oldukça önemlidir.

Martens’e göre, “Sporcular doruk performanslarını, optimal uyarılmışlıkta ve akış deneyimi (flow experience) yaşadıklarında gösterirler. Sporcularla yapılan çeşitli araştırmalar, optimal düzeyde olan kaygı ve motivasyonla ilgili olarak akış deneyimi bulgularını şu şekilde ileri sürmektedir. Akış deneyimi yaşandığında sporcular kendilerini tamamen aktivitenin içine gömülmüş hissederler. Zaman duygularında belirsizlik ve kaybolmalarla karşılaşılır. Sporcularda kendileri için her şeyin doğru gittiği hisleri vardır. Konsantrasyon tamamen aktivitenin kendisine yöneliktir. Aktivitenin içinde olan konsantrasyon ve dikkat sporcuların kendilerini eleştirmelerine yönelik değildir. Sporcular kendilerini yaptıklarından ayrı bir şey olarak algılamazlar. Sporcular memnunkluk ve keyif alma hislerini tadarlar (Martens ve ark.,1990).

Özetle, oyuncunun kaygı seviyesine maçın yada yarışmanın zorluğu ve önemi belirler. Yarışma sporlarında görülen yüksek kaygı performans için bir dezavantaj teşkil eder. Kaygılı sporcular başarısızlıklarını genelde kendilerindeki yetenek eksikliğine bağlarlar ve neticede kendilerini suçlarlar. Şiddetli bir rüzgar, farklı saha, alışılmadık teknikte oynayan bir rakip kaygılı yarışmacı için problem yaratır. Bu durumları aşmak sporcu için uzun zaman alabilir. Ne yapacağını bilememe, doğru zamanı belirleyememe, yeni durumların belirsizliği kaygıyı arttırır. Yarışmacıların yeterince olgun ve kendilerine güven duymaları kaygıyı önemli derecede azaltacaktır.

Sporcu yarışmalar sırasında başarılı olabilmek için rakibiyle rekabet içindedir. Aslında sporcu her yarışmada aynı zamanda kendisiyle ve çevresiyle yarışır.

Çocuklardaki hareket zorlamasının özel bir ifade şekli de rekabettir. Psikolojik bir güdü olan rekabet, çocuğun kendini başkalarıyla karşılaştırma, kendi yeteneklerini değerlendirme ihtiyacından doğar. Rekabet ayrıca verilen durumların üstesinden gelebilme merakı olarak da ortaya çıkar. Spor disiplinlerinin sınırlı olması ve rakiplerin güçlerinin birbirine yakınlığı, rekabeti artırırken, stres de, buna paralel olarak artar. Rekabet, organizmanın uyarıcılarını maksimum kapasite ile çalışması için çoğunlukla en üst düzeye yükseltirken, yarış ortamı da sporcuların önceden var olan yüzeye çıkmamış rekabet duygularını kamçılar. Sporcu yarışa sadece fiziksel kapasite ile değil, duygu ve düşüncelerini içeren psikolojik durumlarıyla da katılırlar. Rekabetin bir yandan kuvvetli bir güdülünem aracı olduğu, birçok yarışmalar için optimal düzeyde göstermelerini sağladığı belirtilirken, diğer yandan da aynı yarış ortamının düşük ve yüksek kaygılı sporcuları rekabeti ne pahasına olursa olsun kazanmak noktasında yaşarlar. Bu durumda hırsla hareket ederler. Hırs duygusu sporcunun kendisine ya da çevresine zarar verecek şekilde davranmasına yol açtığından istenmemektedir. Ancak mücadelecî ve azimli olma yerine hırslı olma antrenörlerce yanlış olarak sıkça kullanılmaktadır. Hırslı oynamak üzere talimat sporcular tehlikeyi göze alırlar, koordinasyonu bozuk davranışlar, çarpışmalar, faullü hareketler artar. Yaralanmalar ortaya çıkabilir ve performans riske girebilir.

Kondisyon yeteneklerinin düşüklüğü, vücut ölçülerinin yapılan spor türüne uygun olmaması veya antrenmansızlık gibi sebeplerden dolayı, sporcunun başarı ihtimalinin başından beri düşük olduğu durumlarda, rekabetten kaçınmak gerekir. Rekabet güdüsü bilinçli bir sev ve idareye ihtiyaç gösterir. Aksi taktirde algı bozuklukları, hatalı ve yanlış davranışlar, koordinasyonu bozukluğu sonucu istenen performansa ulaşmak güçleşir (Cüceloğlu,1991).

2.5 Literatür Bildirişleri

Beck (2002) Southern Missisipi Üniversitesinde “*Üzerinde yeni Baş koçun kabullenilmesinin Birinci Bölüm Kolej atletleri üzerine etkileri*” konulu bir araştırma yapmıştır.

Schoendfeld (1993) Amrikada San Diego Üniversitesinde “*Korku Boyutları ve Onların Performans Süreçlerine Etkileri: Zihinsel Hatalar Komisyonu*” başlıklı bir çalışma yürütmüştür.

Çobanoğlu (1993) Dokuz Eylül Üniversitesinde “*Sporda Saldırganlık Olgusu Ve Bu Olgunun Sportif Performans Üzerine Etkisi*” konulu doktora çalışması tamamlamıştır.

Dursunoğlu (1998) Gazi Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulunda “*Sporda Saldırganlık*” konulu yüksek lisans çalışmasını tamamlamıştır.

Yücel (2003) Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsünde “*Taekwondocuların Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Düzeyleri ve Müsabaka Başarılarına Etkisi*” konulu yüksek lisans tezini tamamlamıştır.

Artok (1994) Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsünde “*Üniversitelerarası Basketbol Müsabakalarına Katılan Basketbolcuların Maç Öncesi Durumluk Kaygı Düzeylerinin Performansa Etkisi*” konulu doktora tezini sunmuştur.

Koç (2004) Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsünde “*Profesyonel Futbolcularda Durumluk Kaygı Düzeylerinin Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi*” konulu yüksek lisans çalışmasını yürütmüştür.

Sivrikaya (1998) Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsünde “*Farklı Yaş Kategorilerindeki Erkek ve Bayan Hentbolcuların Fiziksel Özellikleri, Kaygı Düzeyleri ve Müsabaka Performanslarının Analizi*” konulu yüksek lisans çalışmasını yürütmüştür.

Kozcu (1984) Ege Üniversitesinde “*Anaokulu Çocuklarında Saldırgan Davranışların ve Anne Tepkilerinin İncelenmesi*” konulu doktora tezini yürütmüştür.

Gümüş (2002) Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsünde “*Profesyonel Futbol Takımlarında Puan Sıralamasına Göre Durumluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi*” konulu yüksek lisans çalışması yürütmüştür.

Tiryaki (1996) Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında “*Spor Yapan Bireylerin Saldırganlık Düzeylerinin Belirlenmesi: (Takım ve Bireysel Sporlar Açısından Bir İnceleme)*” konulu yüksek lisans çalışmasını yürütmüştür.

3. YÖNTEM

Bu çalışma bayan voleybolcular ve güreşçilerin bazı davranış özelliklerinin karşılaştırılması (saldırganlık, kaygı) amacı ile yapılmıştır.

3.1.Denekler

Bu çalışmada denekler 2006-2007 sezonunda 1. Ligde oynayan bayan voleybolcu ve Türkiye Şampiyonasına katılan bayan güreşçiler arasından seçilmiştir.

Voleybolda branşından; Birinci Ligde oynayan Şahinbey Belediye Spor, Eczacıbaşı, Fenerbahçe, Dicle Üniversitesi, İller Bankası, Türk Telekom, Beşiktaş, Vakıfbank Güneş Sigorta, Galatasaray, Emlak TOKİ takımlarındaki 111 bayan sporcuya uygulanmıştır.

Güreş branşından; Türkiye şampiyonasına katılan 37 bayan sporcuya uygulanmıştır.

3.2.VERİLERİN TOPLANMASI

3.2.1.Saldırganlık Envanteri

Bu araştırmada İpek İLTER (Kiper) tarafından geliştirilen saldırganlık envanteri kullanılmıştır. Envanter grup olarak uygulanmakta ve 30 maddeden oluşan üç alt testi içermektedir. Bunlar: *yıkıcı saldırganlık*, *atılgnlık* ve *edilgen saldırganlıktır*. Envanterde her bir alt test 10 soru ile belirlenmiştir.

Yıkıcı saldırganlıkla ilgili maddeler,1, 2, 3, 13, 14, 15, 22, 23, 24, 29, Atılgnlıkla ilgili maddeler 4, 5, 6, 10, 11, 12, 19, 20, 21, 28; Edilgen saldırganlıkla ilgili maddeler ise 7, 8, 9, 16, 17, 18, 25, 26, 27, 30 dur.

Envanterde kullanılan materyal soru formu ve yanıt kağıdından ibarettir. Sorular “bana hiç uymuyor” ve “bana çok uyuyor” uçları arasında yanıtlamayı içeren 7’li Likert tipidir. Kuramsal olarak her bir alt testte, her soruya bana çok uyuyor

şeklinde yanıt veren denek +30, bana hiç uymuyor şeklinde yanıt veren denek ise -30 puan almaktadır. Ancak istatistiksel olarak eksi puanlar kullanılmayacağından dolayı ve sıfır sayısının da istatistiksel analizde sorun yaratacağı düşüncesiyle her toplam puana 31 sayısı ilave edilmiştir. Bu sayede her bir alt testten alınan puan 1, en yüksek puan 61 olmaktadır. Envanterin kendisinde olmamakla birlikte, her üç alt ölçeğin toplam puanlarından yola çıkılarak her denek için genel bir saldırganlık puanı da elde edilmiştir.

3.2.2. Durumluk Kaygı Envanteri

Durumluk kaygı envanteri (ölçeği), bireyin belirli bir anda ve belirli koşullarda kendini nasıl hissettiğini belirler. 20 maddelik bir ölçektir. Her maddenin 4 tane cevap şıkkı vardır. Her şıkkın puanı vardır. Yanıtlar bu formlar üzerinde işaretlenir. Hiç.-1, Bazen-2, Çok-3, Tamamıyla-4 puandır.

Durumluk kaygı envanteri 10 adet olumlu 10 adet olumsuz sorudan (tersine çevrilmiş ifadedden) oluşur. 1,2,5,8,10,11,15,16,19,20. sorular olumlu puanlardır. Toplam puan değerleri 20 ile 80 arasında değişir. Büyük puan yüksek kaygı seviyesini, küçük puan ise düşük kaygı seviyesini belirtir (Aydemir, Köroğlu, 2000).

$$\text{Olumsuz puanlar- olumlu puanlar} = X$$

$$\text{Durumluk kaygı skoru} = X + 50$$

3.2.3. Sürekli Kaygı Envanteri

Sürekli kaygı envanteri (ölçeği), bireyin içinde bulunduğu durum ve koşullardan bağımsız olarak, kendini nasıl hissettiğini belirler.

20 maddelik bir ölçektir. Her maddenin 4 tane cevap şıkkı vardır. Her şıkkın puanı vardır. Yanıtlar bu formlar üzerinde işaretlenir. Hemen hiçbir zaman 1, Bazen-2, Çok zaman- 3 Hemen her zaman- 4 puandır. Sürekli kaygı envanteri 7 adet olumlu, 13 adet lüzumsuz sorudan (tersine çevrilmiş ifadedden) oluşur. 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19. sorular olumlu sorulardır.

Toplam puan değerleri 20 ile 80 arasında değişir. Hesaplanan puanlarda, büyük puan yüksek kaygı seviyesini, küçük puan düşük kaygı seviyesini belirler (Aydemir, Köroğlu, 2000).

$$\text{Olumsuz puanlar- olumlu puanlar} = X$$

$$\text{Sürekli kaygı skoru} = X + 35$$

3.3. VERİLERİN DEğERLENDİRİLMESİ

İstatistiksel analizler SPSS for Windows 11,0 paket program kullanılarak yapıldı. Araştırmada tespit edilen müsabaka öncesinde ve sonrasındaki kaygı ve saldırganlık puanları arasındaki farkları belirlemek amacıyla bağımsız gruplar arası t testi ve pearson momentler çarpımı korelasyon katsayısı ve çoklu regreasyon analizi uygulanmıştır.

4-BULGULAR

Bu çalışmada saldırganlık türlerinin bayan voleybolcular ile bayan güreşçiler arasındaki ilişki araştırıldı. Araştırmada sonuçlarıyla elde edilen bulgular aşağıdaki tablolarda özetlenmiştir.

Güvenirlik Çalışması

Saldırganlık, durumluk, sürekli kaygı Envanterinin güvenilirlik çalışması için envanterin iç tutarlılık yöntemiyle hesaplanan alfa güvenilirlik katsayılarına bakılmıştır.

Tablo 1 Saldırganlık Envanterinin Güvenirlik Çalışmasını Gösteren Dağılım

Alt Ölçekler		İç Tutarlılık Katsayıları
Yıkıcı saldırganlık		.73
Atılğanlık		.71
Edilgen saldırganlık		.68
<i>Envanterin Bütünü İçin</i>		.71

Saldırganlık envanterinin alt ölçeklerinden olan yıkıcı saldırganlık ölçeğine ilişkin iç tutarlık (Cronbach alpha) katsayısı .73, atılğanlık ölçeğine ilişkin iç tutarlık (Cronbach alpha) katsayısı .71 edilgen saldırganlık ölçeğine ilişkin iç tutarlık (Cronbach alpha) katsayısı .68 .olarak bulunmuştur.

Tablo 2 Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanterinin Güvenirlik Çalışmasını Gösteren Dağılım

		İç Tutarlılık Katsayıları
Durumluluk kaygı		.70
Sürekli kaygı		.71

Durumluk kaygı ölçeğine ilişkin iç tutarlık (Cronbach alpha) katsayısı .70, sürekli kaygı ölçeğine ilişkin iç tutarlık (Cronbach alpha) katsayısı .71 olarak bulunmuştur.

Tablo 3 Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Durumluk Kaygı Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Analizi

		Yıkıcı Saldırganlık	Atılmanlık	Edilgen Saldırganlık	Durumluk Kaygı
Yıkıcı saldırganlık	Korelasyon	1,0000	-0,5003	0,6603	0,1453
	P		0,000	0,000	0,048
	N		146	146	146
Atılmanlık	Korelasyon	-0,5003	1,0000	-0,4810	-0,2400
	P	0,000		0,000	0,003
	N	146		146	146
Edilgen saldırganlık	Korelasyon	0,6603	-0,4810	1,0000	0,2201
	P	0,000	0,000		0,007
	N	146	146		146
Durumluk kaygı	Korelasyon	0,1453	0,2400	-0,2201	1,0000
	P	0,048	0,003	0,007	
	N	146	146	146	

Tablo 3'e göre Bayan voleybolcular ile bayan güreşçilerin durumluk kaygı düzeyleri arasındaki korelasyon analizi incelendiğinde;

Yıkıcı saldırganlık düzeyleri ile durumluk kaygı düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize durumluk kaygı düzeyleri arttıkça yıkıcı saldırganlık düzeylerinin arttığını göstermektedir. ($r=0,1453$, $P< 0.05$)

Atılmanlık düzeyleri ile durumluluk kaygı arasında negatif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize durumluk kaygı düzeyi arttıkça atılmanlık düzeylerinin düştüğünü göstermektedir. ($r=-0,2400$, $P< 0.05$)

Edilgen saldırganlık düzeyleri ile durumluk kaygı düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize durumluk kaygı düzeyleri arttıkça edilgen saldırganlık düzeylerinin arttığını göstermektedir. ($r=2201$, $P< 0.05$)

Tablo 4 Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki Korelasyon Analizi

		Yıkıcı Saldırganlık	Atılgnlık	Edilgen Saldırganlık	Sürekli Kaygı
Yıkıcı saldırganlık	Korelasyon	1,0000	-0,5003	0,6603	0,0394
	P		0,000	0,000	0,049
	N		146	146	146
Atılgnlık	Korelasyon	-0,5003	1,0000	-0,4810	-0,2328
	P	0,000		0,000	0,003
	N	146		146	146
Edilgen saldırganlık	Korelasyon	0,6603	-0,4810	1,0000	0,0659
	P	0,000	0,000		0,038
	N	146	146		146
Sürekli kaygı	Korelasyon	0,0394	-0,2328	0,0659	1,0000
	P	0,049	0,003	0,038	
	N	146	146	146	

Tablo 4'e göre; Bayan voleybolcular ile bayan güreşçilerin sürekli kaygı düzeyleri arasındaki korelasyon analizi incelendiğinde;

Yıkıcı saldırganlık düzeyleri ile sürekli kaygı düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize sürekli kaygı düzeyleri arttıkça yıkıcı saldırganlık düzeylerinin arttığını göstermektedir. ($r=0,0394$, $P< 0.05$)

Atılgnlık düzeyleri ile sürekli kaygı arasında negatif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize sürekli kaygı düzeyi artıkça atılgnlık düzeylerinin düştüğünü göstermektedir. ($r=-0,2328$, $P< 0.05$)

Edilgen saldırganlık düzeyleri ile sürekli kaygı düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize sürekli kaygı düzeyleri arttıkça edilgen saldırganlık düzeylerinin arttığını göstermektedir. ($r=0,0659$, $P< 0.05$)

Tablo 5 Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Durumluk Kaygı Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

	B	SH _B	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	56,399	6,775	-	8,350	0,000	-	-
Yıkıcı saldırganlık	5,664	0,103	0,061	0,552	0,581	0,145	0,046
Atılğanlık	0,189	0,095	0,189	1,986	0,045	0,240	0,163
Edilgen saldırganlık	0,166	0,108	0,170	1,546	0,049	0,220	0,128

R=0,272 R²=0,074 F=3,826 P=0,011

Tablo 5’de görüldüğü gibi; yıkıcı saldırganlık, atılğanlık, edilgen saldırganlık düzeyleri ile anlamlı bir ilişki vermektedir. ($R = 0,272$, $R^2 = 0,074$, $P < .005$). Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin durumluk kaygı düzeylerinin önem sırası; atılğanlık, edilgen saldırganlık, yıkıcı saldırganlıktır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, atılğanlık ve edilgen saldırganlık, üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

Tablo 6 Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Sürekli Kaygı Düzeylerinin Yordanmasına İlişkin Çoklu Regresyon Analizi Sonuçları

	B	SH _B	β	t	p	İkili r	Kısmi r
Sabit	15,713	4,780	-	3,287	0,001	-	-
Yıkıcı saldırganlık	6,476	0,073	0,100	0,893	0,047	0,039	0,074
Atılğanlık	0,201	0,067	0,285	2,978	0,003	0,233	0,241
Edilgen saldırganlık	3,693	0,076	0,005	0,048	0,961	0,066	0,004

R=0,249 R²=0,062 F=3,180 P=0,026

Tablo 6’da görüldüğü gibi; yıkıcı saldırganlık, atılğanlık, edilgen saldırganlık düzeyleri ile anlamlı bir ilişki vermektedir. ($R = 0,249$, $R^2 = 0,062$, $P < .005$). Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin sürekli kaygı düzeylerinin önem sırası; atılğanlık, yıkıcı saldırganlık, edilgen saldırganlıktır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, atılğanlık ve yıkıcı saldırganlık, üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

Tablo 7 Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Durumluk Kaygı Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım

	N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Güreş	37	61,1351	9,7899	3,468	0,001
Voleybol	111	54,9910	9,1775		

Tablo 7’de görüldüğü gibi; Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Durumluk Kaygı Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [t değeri =3,468 P=0,000<.05]. Bayan güreşçilerin durumluluk kaygı düzeyine ilişkin ortalaması ($\bar{X}$ =61,1351) iken bayan voleybolcuların durumluluk kaygı düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}$ =54,9910)’dur. Bu da bize bayan güreşçilerin durumluluk kaygı düzeyleri bayan voleybolculara göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır.

Tablo 8 Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Sürekli Kaygı Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım

	N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Güreş	37	25,5405	3,5637	0,752	0,000
Voleybol	111	24,5676	7,5818		

Tablo 8’de görüldüğü gibi; Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin sürekli Kaygı Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [t değeri =0752 P=0,000<.05]. Bayan güreşçilerin sürekli kaygı düzeyine ilişkin ortalaması ($\bar{X}$ =25,5405) iken bayan voleybolcuların sürekli kaygı düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}$ =24,5676)’dır. Bu da bize bayan güreşçilerin sürekli kaygı düzeylerinin bayan voleybolculara göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır.

Tablo 9 Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Yıkıcı Saldırganlık Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım

	N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Güreş	37	51,6937	9,1739	-6,749	0,000
Voleybol	111	39,9189	9,2417		

Tablo 9’da görüldüğü gibi; Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin yıkıcı saldırganlık Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [t değeri =-6,749 P=0,000<.05]. Bayan güreşçilerin yıkıcı saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ($\bar{X}$ =51,6937) iken bayan voleybolcuların yıkıcı saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}$ =39,9189)’dur. Bu da bize bayan güreşçilerin yıkıcı saldırganlık düzeyleri bayan voleybolculara göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır.

Tablo 10 Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Edilgen Saldırganlık Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım

	N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Güreş	37	50,9910	9,0197	-5,998	0,000
Voleybol	111	40,8919	8,3924		

Tablo 10’da görüldüğü gibi; Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin edilgen saldırganlık Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [t değeri =-5,998 P=0,000<.01]. Bayan güreşçilerin edilgen saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ($\bar{X}$ =50,9910) iken bayan voleybolcuların edilgen saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}$ =40,8919)’dur. Bu da bize bayan güreşçilerin edilgen saldırganlık düzeyleri bayan voleybolculara göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır.

Tablo 11 Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Atılganlık Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım

	N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Güreş	37	26,8649	8,9214	4,293	0,000
Voleybol	111	34,3243	9,8292		

Tablo 11’de görüldüğü gibi; Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin atılganlık Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [t değeri =4,293 P=0,000<.01]. Bayan güreşçilerin atılganlık düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}$ =26,8649)’dur. İken bayan voleybolcuların atılganlık düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}$ =34,3243)’dür. Bu da bize bayan voleybolcuların atılganlık düzeyleri bayan güreşçilere göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır

Tablo 12 Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Genel Saldırganlık Düzeyine İlişkin T Testi Karşılaştırılmasını Gösteren Dağılım

	N	Ortalama	Std. Sapma	t	P
Güreş	37	129,5459	14,6918	-5,283	0,000
Voleybol	111	115,1351	13,3482		

Tablo 12’de görüldüğü gibi; Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin genel saldırganlık Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [t değeri =-5,283 P=0,000<.01]. Bayan güreşçilerin genel saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ($\bar{X}$ =129,5459) İken bayan voleybolcuların genel saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}$ =115,1351)’dir. Bu da bize bayan güreşçilerin genel saldırganlık düzeyleri bayan voleybolculara göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır.

5. TARTIŞMA ve SONUÇ

Bu araştırmanın amacı, sporla saldırganlık ve kaygı ilişkisini çok yönlü betimlemektir. Ele aldığımız amaç çerçevesinde yapılan alan araştırmasından elde edilen sonuçlar, aşağıda belirtilmiştir.

Bayan voleybolcular ile bayan güreşçilerin durumluk kaygı düzeyleri arasındaki korelasyon analizi incelendiğinde; yıkıcı saldırganlık düzeyleri ile durumluk kaygı düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize durumluk kaygı düzeyleri arttıkça yıkıcı saldırganlık düzeylerinin arttığını göstermektedir. ($r=0,1453$, $P< 0.05$) Atılganlık düzeyleri ile durumluk kaygı arasında negatif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize durumluk kaygı düzeyi arttıkça atılganlık düzeylerinin düştüğünü göstermektedir. ($r=-0,2400$, $P< 0.05$) Edilgen saldırganlık düzeyleri ile durumluk kaygı düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize durumluk kaygı düzeyleri arttıkça edilgen saldırganlık düzeylerinin arttığını göstermektedir. ($r=0,2201$, $P< 0.05$)

Bayan voleybolcular ile bayan güreşçilerin sürekli kaygı düzeyleri arasındaki korelasyon analizi incelendiğinde; yıkıcı saldırganlık düzeyleri ile sürekli kaygı düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize sürekli kaygı düzeyleri arttıkça yıkıcı saldırganlık düzeylerinin arttığını göstermektedir. ($r=0,0394$, $P< 0.05$) Atılganlık düzeyleri ile sürekli kaygı arasında negatif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize sürekli kaygı düzeyi arttıkça atılganlık düzeylerinin düştüğünü göstermektedir. ($r=-0,2328$, $P< 0.05$) Edilgen saldırganlık düzeyleri ile sürekli kaygı düzeyleri arasında pozitif ve anlamlı bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Buda bize sürekli kaygı düzeyleri arttıkça edilgen saldırganlık düzeylerinin arttığını göstermektedir. ($r=0,0659$, $P< 0.05$)

Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin Durumluk Kaygı Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [$P<0.05$]. Bayan güreşçilerin durumluk kaygı düzeyine ilişkin ortalaması ($\bar{X}=61,1351$) iken bayan voleybolcuların durumluk kaygı düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}=54,9910$)'dur. Bu da bize bayan güreşçilerin durumluk kaygı düzeyleri bayan voleybolculara göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Bu bulgu Güner (2005)'in yaptığı çalışmayla

paralellik göstermektedir. Bayan voleybolcuların Kaygı düzeylerindeki bu düşüş müsabakanın kazanılmış olması ile ilgili olabilir. Sporcuların müsabakayı kazanmış olmaları çevresel stres faktörlerine karşı duymuş oldukları kaygının, rakipten gelen engellemenin sağladığı saldırganlığın sonuca ulaşması ve istediklerini almanın verdiği bir rahatlamanın sonucu olarak düşünülmektedir.

Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin sürekli Kaygı Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [$P<.05$]. Bayan güreşçilerin sürekli kaygı düzeyine ilişkin ortalaması ($\bar{X}=25,5405$) iken bayan voleybolcuların sürekli kaygı düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}=24,5676$)'dır. Bu da bize bayan güreşçilerin sürekli kaygı düzeyleri bayan voleybolculara göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Bu bulgu Aybey (2005)'in yaptığı çalışmayla paralellik göstermektedir.

Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin yıkıcı saldırganlık Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [$P<.05$]. Bayan güreşçilerin yıkıcı saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ($\bar{X}=51,6937$) iken bayan voleybolcuların yıkıcı saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}=39,9189$)'dur. Bu da bize bayan güreşçilerin yıkıcı saldırganlık düzeyleri bayan voleybolculara göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Bu durum, Bayan güreşçilerin, rakiplerine karşı daha çok agresif davranışlarda bulunma fırsatına sahip olduklarını ve bu şekilde de daha yüksek seviyede saldırganlık sergilediklerini göstermektedir.

Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin edilgen saldırganlık Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [$P<.05$]. Bayan güreşçilerin edilgen saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ($\bar{X}=50,9910$) iken bayan voleybolcuların edilgen saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}=40,8919$)'dur. Bu da bize bayan güreşçilerin edilgen saldırganlık düzeyleri bayan voleybolculara göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Bunun nedeni, Voleybol müsabakalarında rakiple temasa sınırlı kurallar çerçevesinde izin verildiğinden bu sporları yapanların doğrudan rakibe saldırıda bulunmaları söz konusu olmadığı için saldırganlık düzeyleri düşüktür.

Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin atılmalık Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [$P<.05$]. Bayan güreşçilerin atılmalık düzeyine

ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}=26,8649$)’dur. İken bayan voleybolcuların atılgnlık düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}=34,3243$)’dür. Bu da bize bayan voleybolcuların atılgnlık düzeyleri bayan güreşçilere göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Bu sonuç, Bayan voleybolcuların Atılgnlık düzeylerinin, oyun kuralları içerisinde, kendi çıkarlarını koruması için kaygıya kapılmadan duygularını açıkça anlatabilmesi ve başkalarının haklarını kabul ederek kendi hakkını kullanmasını sağladıkları sonucunu ortaya çıkarmaktadır.

Bayan Voleybolcular İle Bayan Güreşçilerin genel saldırganlık Düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmuştur. [$P<.05$]. Bayan güreşçilerin genel saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ($\bar{X}=129,5459$) iken bayan voleybolcuların genel saldırganlık düzeyine ilişkin ortalaması ise ($\bar{X}=115,1351$)’dir. Bu da bize bayan güreşçilerin genel saldırganlık düzeyleri bayan voleybolculara göre yüksek olduğu sonucunu ortaya çıkarmaktadır. Bu bulgu Kuruç ve Bayar (1990) tarafından yapılan çalışmayla paralellik göstermektedir. Bu sonuç bize, her türlü sporun, az ya da çok fiziksel bir güç kullanımı ile yapıldığı gerçeğini ortaya koymaktadır. Fiziksel güç kullanımı, kurallara belirli sınırlar içerisinde tutulmaya çalışılsa bile, kuralların yasal sınırlarına kadar zorlanması (özellikle rakiple temasın bulunduğu sporlarda), çoğu zaman bu sınırların aşılması durumları fiziksel gücün saldırganlık içinde bulunduğunu gösterir. Sosyal değişim kuramına göre, her birey herhangi bir etkileşim avantajları ve dezavantajları hesaplayabilmektedir.

Sonuç olarak, spordaki saldırganlığın temel nedeni olarak engellenme gösterilmektedir. Bu durum engellenme-saldırganlık kuramının yeniden gözden geçirilmiş şekliyle açıklanmaya çalışılmıştır. Elde edilen sonuçlar çerçevesinde saldırganlık açısından spor dallarının sınıflandırılmasında ölçütün engellenme düzeyi olarak belirlenmesi önerilebilir. Bir başka ifade ile spor dalları “engellenmenin üst düzeyde” ve “alt düzeyde” olmasına göre sınıflandırılabilir.

6. ÖNERİLER

1. Aynı testler denek grubuna iki yıl boyunca uygulanıp sonuçlar karşılaştırılabilir.

2. Sporcular çalıştıran antrenörlerin özellikle antrenmanda ve müsabakalarda kazanma hırsı ile sporcularına agresif mücadeleyi teşvik edici tutumlardan kaçınmalar gerektiğinin söylenmesi düşüncesindeyiz.

3. Seçilen sporcu ve kulüp sayısının artırılması daha yararlı olacaktır.

5. Sporcuların müsabaka esnasında agresif tutumlardan kaçınarak, kazanma hırsını centilmenlikle sürdürmeleri gerektiği aksi taktirde aynı hareketlerin geri bildirim yoluyla kendisine de yapılabileceğini unutmamalar gerektiği düşüncesindeyiz.

6. Sporcuların saldırgan tutumlarda gerek seyirciyi gerekse rakibi galeyana getirecek saldırgan tutumlardan uzak durmaları gerektiği düşüncesindeyiz.

7. Saldırganlığın toplumsal boyutlarda ise bireylerin taraftarlık duygularını saldırgan düzeye getirmeden sporun sağlık için yapılan dostluk ve kardeşlik duygular içinde yapılması gereken bir aktivite olduğunu unutmamaları gerektiği düşüncesindeyiz.

8. Kulüplerimiz, sporcularının psiko – sosyal durumlarını sık aralıklarla değerlendirmeli, elde ettiği verileri doğrultusunda davranmalıdırlar.

9. Spor bilimlerinin ön plana çıktığı günümüz dünyasında, özellikle Türkiye’de yeni bir alan olan Spor Psikoloji konusunda kulüplerimiz daha duyarlı olmalı, yapılan çalışmaları değerlendirmeli ve yapılmak istenen çalışmaları desteklemelidir.

10. Sporcuların rakibi dikkate alarak müsabakalara çıkmaları sağlanmalıdır.

11. Antrenörler, her müsabakanın aynı öneme sahip olduğunu sporcularına etkili bir biçimde anlatabilmelidirler.

12. Oyuncuların performansları değerlendirilirken, aynı zamanda oyuncuların taşıdığı kaygı düzeyleri de performans analizleri ile birlikte değerlendirilmeli ve yapılacak çalışmalarda göz önünde bulundurulması yarar sağlayacaktır.

13. Kulüplerimizin her biri bünyesinde bir spor psikologu bulundurmalı ve sporcuların psiko-sosyal sorunlarının çözümünde oyuncu, antrenör ve psikolog arasındaki iletişimi sürekli gözden geçirmelidirler.

7. KAYNAKLAR

- Acar Batlaş, Üsütün Başarı, Remzi Kitapevi, 20. Baskı, İstanbul, 2000, s.78
- Adler.A. (1997). İnsanı Tanıma Sanatı, Say Yayınlar,**7. Baskı**, (Çev. Şipal,K.) 213-151, İstanbul
- Alderman,R.B. (1974). *Psychological behavior in sport*.24-25. Philadelphia: W.B. Sounder.
- Alderman,R.B.(1978). *Psychologiol Behavoir in sport*. 34-38.Rhiledelphia, W.B. Sounders
- Alkan, T.,(1993). Saldırganlık, Önyargı ve Yabancı Düşmanlığı, Nil Yayınları, s.171-176, **8.Baskı**, İstanbul,
- Ann J.Beck, The Percived Effects of Incumbent Versus New Head Coaches on State Cognitive Axiety Levels of Division I College Athletes, University of Southern Missisipi, U.S.A., 2002, s.152
- Arms,R, L. Russell, Sandilands Ml. (1979). Effects on the hostility of spectators after viewing aggressive sports. *Social Psychol* ,**42(2)** :275
- Atkonson,R.,L.Atkinson,R.,C.,Smith,E.,E.,Bem,D.,J.,Hoeksemo,S.,S.(1999)Psikoloji ye giriş, (Çev.Yavuzalagon) Arkadaş yayınları, s.409- 141 Ankara
- Aydemir, Ö., Koroğlu, E., “Psikiyatrıde Kullanılan Klinik Ölçekler” Hekimler Yayın Birliğı, Medicographics Ajans ve Matbaacılık, s: 153-155, Ankara 2000
- Bakker, F.C.,Whiting,H.T.A.ve Van Der Brug,H.(1990), *Sport Psychology: Concepts and Applications*.New York: John Wiley and Sons
- Balcıoğlu, İ., (2001), Şiddet ve Toplum, Bilge Yayınları, 45-46. **3.baskı**, İstanbul
- Bandura,A. Ross,O. ve Ross,S.A.(1961). Transmission of Aggression Throughimitation of Aggressive Models. *Journal of abnormal and social psuchology*, **63(3)** 575-582.

- Bandura,A.ve Walters, R.H. (1963). *Social Learning An Personality Developmant*. New York: Holt, Reinhart and Winston
- Baron,R.A., Richardson,D.R.(1994).*Humanaggression (2nd Ed)*. New York
- Berkowitz,L, (1969). *Roots of Aggression*. 47-49. New York: Atherton Press.
- Berkowitz,L. (1993) *Aggression* New York , N. Y.: 56-58 .McGraw-Hill
- Biçer, a.g.e. s.69
- Bilgin, N.(Derl.) (1991) , *Sosyal psikolojiye giriş*. Ege Üniversitesi, İZMİR
- Bilim Teknik Degisi (2001), Şubat. Sayı 399, S.37-38
- Boron,R.A.(1977), *Human Aggression.(2nd ed.)* New York. Plenum
- Bouam,S. (1994),Uygulamalı spor Psikolojisi (Çev: Özcan,O., İkizler,C.) Alfa basım yayın dağıtım, **1. baskı**, s.170-177, İstanbul
- Brown,P. ve Elliott,R. (1965). Control of aggression in a nursery school class. *Journal of experimental child psychology*,**10(2)**,103-107
- Burker, L.K., Rotelle, R.J. ve Reilly , A.S., (derl.) (1979). *Sport Psychology : Psychological Cansiderations in Maximizing Sport Performance*. Michigan: Mc Naughton And Gunn
- Cox, R.H (1985) , *Sport psychology*. Dubuque, lowo: Wm.C. Brown
- Cratty, B.J. (1973). *Psychology In Conyemporary Sport*. New Jersey: Prentice Hall
- Çobanoğlu, M.G. (1993), Sporda Saldırganlık Olgusu ve Bu Olgunun Sportif Performans Üzerine Etkisi. *Yayımlanmamış Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir*.
- Çölaşan, Ü.E. (1967), Meteorolojik Faktörlerin Cinayet ve Yakalanma Olaylarına Etkileri, s.102-104 ,Ankara

- D.Samuel Kemler, Anger in Secondary School Sport Coaches: An Investigation into Two Invertation Strategies for Its Control, Florida State University, U.S.A., 1989, s.245
- D.W. Russel, H.R.Co, Construct Validity of The Anxiety Rating Scale – 2 with Youth Wrestlers,
- David Huang, D On R. Cherek, and Scott D. Lane(1999). *Psychological Reports*, **85(3)** 1251-1261 laboratory Measurement of Aggreeion in High Scholl Age Athletes: Provocationin A Nonsporting Context
- Dennis M. O’sullivan, Marvin Zuckerman, Michael Kraft (1997).Personality Characteristics of Male and Female Participant. Team Sports, 123-126.
- Dewar, C.K (1979), Spectator Fights At Professional Baseball Games. *Review of Sport Leisure*,4,12-25
- Dollard,J.,Doob,L.,Miller,N.,Mowrer,O.H.,Sears,R.R.(1 New Haven, : CT: Yale Universty Press
- Dursunoğlu,A.,S(1898).*Sporda Saldırganlık*, Gazi Üniversitesi, Beden Eğitimi Spor Yüksek Okulu Yayım lanmamış Yüksek Lisans Tezi, S.3, Ankara
- E.Cerin, Predictors of Competitive Anxiety Direction in Male Tae Kwon Do practitioners: a
- E.Çağlar, Z.Koruç, Müsabaka Kaygısının Dinlenik Kalp Atım Hızı Üzerine Etkisi, Hacettepe Ün v, Sosyal Bilimler Dergisi, 1997, (8),3, s.18-32.
- Ebru O.Yücel, Taekwondocuların Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Düzeyleri ve Müsabaka Başarılarına Etkisi. Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 2003, s.33
- Enç, Mithat, türk dil kurumu ruhbilim terimleri sözlüğü, Türk Dil Tarih Kurumu Ankara, 1988, s. 105

- Enver Özkalp, Örgütsel Davranış, A.Ü.Yayınları, Eskişehir, 1998, s. 71
- Ergun Başer, Uygulamalı Spor Psikolojisi, M.E.B. Yayınları, yayın no: 31, Ankara, 1986, s/38
- Eripek,S. (1993) Spor Psikolojisi, Eskişehir Anadolu Üniversitesi Açıköğretim Fakültesi, Yayınları. No:281
- Erkut Konter, Sporda Psikolojik Hazırlığın Teori ve Pratiği, Bağırğan Yayınevi, Ankara, 1998,s. 62
- Erkut Konter, Sporda Stres ve Performans, Saray Kitapevi, İzmir, 1996, s.38
- Figen Artok, Üniversitelerarası Basketbol Müsabakalarına Katılan Basketbolcuların Maç Öncesi Durumluk Kaygı Düzeylerinin Performansa Etkisi, Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Doktora Tezi, Adana, 1994, s.49
- Frank Mg, Gilovich T. J,(1988). Pers soc psychol. Jan; **54(1)** : 74-85
- Frank Tallis, Kayıları Aşmak, Çev: O.C.Önertoy, Sistem Yayıncılık, İstanbul, 2003, s.11
- Freedman, J.L.,Sears,D.O. ve Carlsmith, J.M (1989). Sosyal Psikoloji (Çev. A. Dönmez). Ara Yayıncılık, İstanbul
- Fromm,E. (1993), İnsandaki Yıkıcılığın Kökenleri (Çev:P, Alpagut), **2.Basım**, Payer Yayınları, İstanbul
- G.Tenenbaum,E.Stewart,R.N.Singer,J.Duda,(1997) Journal of sports medicine psychophysical fitness, **37(2)**, syf 146-150
- Gaskell, G, Pearton,R. (1979).Aggression and Sport. in J.H. Goldstein (**2nd ed**) *Sports GamesaAnd Play Hillsdale*,263-295
- Gergen,KJ ve Gergen, M.M. (1986) *Social psyclogy*, New York, N.Y:Springer-Verlan

- Gilbert, B., Twyman, L. (1983). Violence: Out of Hand in the Stands. *Sports Illustrated*, 62-74.
- Gill, D.L. (1986). *Psychological Dynamics of Sport*. Champaign, IL: Human Kinetics
- Harun Koç, Profesyonel Futbolcularda Durumluk Kaygı Düzeylerinin Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi, Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Kütahya, 2004, s.46
- Hokanson J.E., Willers, K.R. ve Koropsak, E. (1968). The Modification of Autonomic Responses During Aggressive Interchanges. *Journal of Personality*, **36(2)**, 386-404
- Holmes, D.S. (1972). Aggression, Displacement And Guilt. *Journal of Personality and Social Psychology*, **21(3)**, 269-301.
- İkizler, C. (1993). Sporda Başarının Psikolojisi, **2. Baskı** Alfa Yayıncılık, s.140-295 İstanbul,
- Jenifer L. Dorel, Personal Goals and Winning or Losing During the Competitive Exercises: Effects on Anxiety, Lamar University, U.S.A., 1998, s.256
- Karasüleymanoğlu, A. (1992). Yeni Boyutlarıyla Spor, Engin Yayınları, Denemeler Dizisi, **3. Baskı**, s.54-56, Ankara
- Kenan Sivrikaya, Farklı Yaş Kategorilerindeki Erkek ve Bayan Hentbolcülerin Fiziksel Özellikleri, Kaygı Düzeyleri ve Müsabaka Performanslarının Analizi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Ankara, 1998, s.34
- Kerry, J.H. (1999). The role of aggression and violence in sport: A rejoinder to the ISSP position stand. *The sport psychologist*, **13(4)**, 83-88
- Kiper, İ. (1984) *Saldırganlık Türlerinin Çeşitli Ekonomik, Sosyal ve Akademik*

- Kirker B, Tenenbaum G,(2000). Res q exerc sport, dec;**71(4)**: 373-86, University of Southern Queensland
- Koruç,Z., Bayar, P. (1990). MMPI İle Sporcuların Kişiliklerinin Araştırılması. 65-57. Ankara
- Koufmann, H. (1970) *Agression and altruism*. New York. Holt, Rinehort and Winston
- Kozcu, Ş. (1984), *Anaokulu Çocuklarında Saldırgan Davranışların ve Anne Tepkilerinin İncelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Ege Üniversitesi. İzmir
- Köknel, Ö,(1996).Bireysel ve Toplumsal Şiddet, Altın Kitaplar Yayınları, s.57-59,İstanbul
- Kuru, E. (2000) Spor Psikolojisi, Gazi Üniversitesi Ütişim Fak. Yayınevi, s.128-152 Ankara
- Lancelotta, G.X. ve Vaughn, S.(1989),Relation between types of aggression and sociometric: Peer and teacher perception. *Journal of Educational Psychology*, **81(1)**,890
- Lewis, J.M.(1989), Avalue-Added Anlysis of The Heysel Stadium Soccer Riot.Current Psychollogy, 15-29
- Lorenz, K. (1968). *On Aggression*, **32(3)**, 34-36 New York, HBW
- Maxwell,J.P.(2002), *Anger Rumination: An Antecedent of Athlete Agg* 111-113, Hong Kong
- Multilevel Mixed İdiographic/Nomothetic İnteractional Approach, Psychology of Sport and Exercises, 2003. s.25
- Murat Erbaş, Türkiye Basketbol II. Ligindeki Oyuncuların Bazı Kişisel Değişkenlerinin

- Mustafa Gümüş, Profesyonel Futbol Takımlarında Puan Sıralamasına Göre Durumluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi, Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya, 2002, s.29
- Necla Öner, Ayhan Le Comte, Durumluk Kaygı Envanteri El Kitabı, Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, no: 333, İstanbul, 1983, s.6
- Ogilvie, B.C.(1968). *Psychological cansistencies within the personality of high-level competitors*. Journal of the american medical association,**205 (4)** 780-786
- Özerkan, Ş.(1996), TV de Şiddet Ögesi ve Çizgi Filmler, Marmara İletişim Dergisi Sayı: 10
- Öztürk, M.O. (1983) . Ruh Sağlığı ve Hastalıkları, s.47-49. Meteksan, Ankara
- Patterson, CM. (1983). *Nonverbal Behavior: A Functional Perspective* New York: Springer-Verlag
- Perlman, D. ve Cozby,C.P.(1983) *Social Psychology*. **11(3)**,121-123 New York, N.Y: Rinehortand Winston
- Peter,G.,Beyer,E.(1997). Saldırganlık, (Çev.Z. Kılıç), Spor ekin dergisi, sayı 2, s.36 Ankara
- Rainer Martens, Robin S.Valley, D.Burton, Competitive Axiety in Sport, Human Kinetics Boks, Champaign, Ilinois, 1990, s.91
- Rainey, D.W. (1984).A Gender Difference 4n Acceptance of Sport Aggression. *Journal of Teaching of Psychology*, **13(2)**,138–140
- Ralph R. Schoendfeld, Diemsions Anxiety and Their Effects on an Aspect of the Performance Process: Comission of the Mental Errors, University of San Diego, U.S.A., 1993,s. 381

- Reifman, A.S., Larrick, R.P., ve Rein,S. (1991). Temper and temperature on the diamond: the heat- aggressionrelationship in major league baseball. *Personality and psychology bulletin*, **17 (3)**,580-585
- Richardson, D.R., Vandenberg, R.J., Humphries,S.A. (1986) Effect of Power to Harm on Retalative Aggression Among Males and Females, *Journal of Research in Personality*, **20(4)**, 402-419
- Roadburg, A., (1980) . Factors Precipitating Fan Violence: A Comparison of Professional Soccer 4n Britain and North America. *British Journal of Sociology*, **31(5)**,265-276
- Russell,G.W.(2003), Sport Riots: *Social- Psychological Review, Depertment of Psychology and Neurosciencei University of Lethbridge, Alberta,Canada*.353-362
- S, Tiryaki.(1996). Spor Yapan Bireylerin Saldırganlık Düzeylerinin Belirlenmesi:(Takım ve Bireysel Sporlar Açısından Bir İnceleme) *Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden E?itimi ve Spor Anabilim Dal- Yüksek Lisans Tezi Mersin*
- S.Bauman, Uygulamalı Spor Psikolojisi, çev: Can İkizler, Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul, s.62
- Sabri Özbaydar, İnsan Davranışlarının Sınırları ve Spor Psikolojisi, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1983, s.84
- Semyonov, M.,Farbstein,M.(1989).Ecology of Sports Violence: The Case of Israeli Soccer. *Sociology of Sport Journal* ,**6(3)**,50-59
- Silva, J. (1984). Factors Related to the Acquisition and Exhibition of Aggressive Sport Behavior. In J.,Silva ve R. S. Weinbergm(eds.), *Psychological foundations of sport*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.

- Smith, M.D. (1979) Toward An Explanation of Hockey Violence: A Reference Other Approach. *Canadian Journal of Sociology*, 4(2), 105-124
- Şahin,H.,Kar,M.(1997) Sporda Saldırganlık, Her gün Gazetesi, Araştırma Dizisi,s.7,12-20 Temmuz 1997, Ankara
- Şahin,H.,M. (2003).Sporda Şiddet ve Saldırganlık Nobel Yayınları, 68-72. 80-85.Ankara
- Şefik Tiryaki, Spor Psikolojisi, Eylül Yayınevi, Ankara, 2000. s.46
- Terry, P.T. ve Jackson, J.J. (1985) . *The Determinant and Control of Violence in Sport. Quest*, 37 (5), 27-37
- Turgay Biçer, Doruk Performans, Beyaz Yayınları, İstanbul, 1998, s.105
- Weinberg, R.S. ve Gould, D. (1995) *Foundations of Sport and Exercise Psychology. Champaign, Il: Human Kinetics*
- William Z. Miller, The Physche Centered Zone of Peak Performance; Dept Phychology Applied to Golf, Pasifika Graduate Institute, 2002, s. 98

8. EKLER

EK-1

SALDIRGANLIK ENVANTERİ

- 1- Başkalarının önünde birisine sert ve kırıncı davranan kişi haklı olarak çevreden saygı görür.
- 2- Beni öfkeliendiren kişiye genellikle küfür ederim.
- 3- Haksızlık karşısında kişinin hakkını araması kendi bilek ve dil gücüne kalmıştır.
- 4- Rahatsızlığımı içimde tutmaktansa bu duyguyu beni rahatsız eden kişiye açabilirim, örneğin, sigara dumanından rahatsız oluyorsam yanımda içene rahatsız olduğumu söylerim.
- 5- Başarısızlık karşısında kolay kolay ümitsizliğe kapılmam.
- 6- Satın aldığım fakat sonradan içime sinmeyen biri malı değiştirmeye götürebilirim.
- 7- Bir kişi eğer beni küçük düşürmüşse içimden alay eder ve küfür ederim.
- 8- Bir şeyi çok istiyorsam, isteğimi belirtmem imada bulunurum.
- 9- Bana haksızlık ettiğine inandığım kişilerin başına kötü işler geldiğini, mahvolduklarını hayal ederek avunurum.
- 10- Eğer bir düşüncenin doğruluğuna inanıyorsam, bu düşüncüyü savunan tek kişi ben olsam bile yine fikrimi savunurum.
- 11- Yeni tanıştığım kişilerle rahatça konuşabilirim.

12- Karşımdakilere gerek olumlu gerek olumsuz duygularımı rahatça açabilirim.

13- Eğer bir insan beni çok sinirlendirmişse üzerine yürüyebilirim.

14- Sinirlendiğimde bazen öyle kendimden geçerim ki ağızımdan çıkan sözlerin farkında olmam.

15- Bu dünyada yaşayabilmeleri için insanların acımasız olması gerekir.

16- Bir dükkan, bir butik veya markette satıcının benimle ilgilenmediğine inanırsam onun sonradan çok fazla vaktini alarak intikamımı alırım.

17- Bana emretmeye hakkı olmadığına inandığım bir kişinin buyruğuna ses çıkarmasam da ya verdiği işi yapmam yada yapsamda bir şeye benzemez.

18- Bir kişi beni kırsa fakat sonradan özür dilese beni ne kadar kırmış olduğunu en az birkaç kez üstü kapalıda olsa hatırlatmadan edemem.

19- Bir kimse görevini yapmadığında her kim olurda olsun bunu kendisine söylerim.

20- Çok saygı duyduğum bir kişi benimkinin tersi bir düşüncüyü savunuyor diye kendi düşüncemi savunmaktan vazgeçmem.

21- Topluluk karşısında konuşmaktan çekinmem.

22- Benimkinin tersi olan görüş ve düşünceleri alt etmek bana keyif verir.

23- Sinirlenirsem, tanımadığım kişilerle ağız dalaşına hatta tokatlaşmaya veya yumruk kavgasına girişebilirim.

24- Kişinin hakkını yedirmemek amacıyla başkasının hakkını yemesi ters bir davranış değildir.

25- Çevremdekiler istediklerimi yapana dek imalar, iğneler ile onları tedirgin ederim.

26- İstemediğim bir şeyi yapmam, istendiğinde ya o işi yapmayı geciktiririm yada gayet baştan savma yaparım.

27- Bir arkadaşım bir isteğimi yapmakta direnirse ona, vaktiyle onun için yapmış olduğum iyilikleri hatırlatırım.

28- Bir kimseden bir istekte bulunacaksam araya bir aracı koymaktansa gider yüz yüze görüşürüm.

29- Birisi bende bir hata bulursa bende onun hatalarını bulur ve ortaya dökerim.

30- İstemediğim bir yer veya toplantıya gitme vakti gelince hastalanıveririm.

	Bana çok Uygun	Bana kısmen uygun	Bana uygun	Kararsızım	Bana uygun değil	Bana kısmen uygun değil	Bana hiç uygun değil
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							
23							
24							
25							
26							
27							
28							
29							
30							

EK- 2

STAI FORM TX – I (DURUMLUK KAYGI ÖLÇEĞİ)

İsim:..... Cinsiyet:.....

Yaş:..... Meslek:.....

Tarih:...../...../.....

YÖNERGE:Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetmeksizin **anında** nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

		HİÇ	BİRAZ	ÇOK	TAMAMIYLA
1.	1.1 Şu anda sakinim	(1)	(2)	(3)	(4)
2.	Kendimi emniyette hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
3	Su anda sinirlerim gergin	(1)	(2)	(3)	(4)
4	Pişmanlık duygusu içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)
5.	Şu anda huzur içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)
6	Şu anda hiç keyfim yok	(1)	(2)	(3)	(4)
7	Başıma geleceklerden endişe ediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
8.	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
9	Şu anda kaygılıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
10.	Kendimi rahat hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
11.	Kendime güvenim var	(1)	(2)	(3)	(4)
12	Şu anda asabım bozuk	(1)	(2)	(3)	(4)
13	Çok sinirliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
14	Sinirlerimin çok gergin olduğunu hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
15.	Kendimi rahatlamış hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
16.	Şu anda halimden memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
17	Şu anda endişeliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
18	Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
19.	Şu anda sevinçliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
20.	Şu anda keyfim yerinde.	(1)	(2)	(3)	(4)

EK- 3**STAI FORM TX – 2 (SÜREKLİ KAYGI ölÇEĞİ)**

İsim:.....

Cinsiyet:.....

Yaş:.....

Meslek:.....

Tarih:...../...../.....

YÖNERGE:Aşağıda kişilerin kendilerine ait duygularını anlatmada kullandıkları bir takım ifadeler verilmiştir. Her ifadeyi okuyun, sonra da o anda nasıl hissettiğinizi ifadelerin sağ tarafındaki parantezlerden uygun olanını işaretlemek suretiyle belirtin. Doğru ya da yanlış cevap yoktur. Herhangi bir ifadenin üzerinde fazla zaman sarfetmeksizin **anında** nasıl hissettiğinizi gösteren cevabı işaretleyin.

		Hemen hemen hiçbir zaman	Bazen	Çok zman	Hemen her zaman
21.	Genellikle keyfim yerindedir	(1)	(2)	(3)	(4)
22.	Genellikle çabuk yorulurum	(1)	(2)	(3)	(4)
23.	Genellikle kolay ağlarım	(1)	(2)	(3)	(4)
24.	Başkaları kadar mutlu olmak isterim	(1)	(2)	(3)	(4)
25.	Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım	(1)	(2)	(3)	(4)
26.	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
27.	Genellikle sakın, kendine hakim ve soğukkanlıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
28.	Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
29.	Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
30.	Genellikle mutluyum	(1)	(2)	(3)	(4)
31.	Herşeyi ciddiye alır ve endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
32.	Genellikle kendime güvenim yoktur	(1)	(2)	(3)	(4)
33.	Genellikle kendimi emniyette hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
34.	Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım	(1)	(2)	(3)	(4)
35.	Genellikle kendimi hüzünlü hissederim	(1)	(2)	(3)	(4)
36.	Genellikle hayatımdan memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
37.	Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder	(1)	(2)	(3)	(4)
38.	Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki hiç unutamam	(1)	(2)	(3)	(4)
39.	Aklı başında ve kararlı bir insanım	(1)	(2)	(3)	(4)
40.	Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin ediyor	(1)	(2)	(3)	(4)