



T.C.

YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**ANTRENÖRLERİN SALDIRGANLIK VE ÖFKE
KONTROLÜ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

SERAP KIZILAY

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman: Doç. Dr. Mehmet YILDIRIM

AĞUSTOS – 2024

YOZGAT

T.C.
YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

ANTRENÖRLERİN SALDIRGANLIK VE ÖFKE
KONTROLÜ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

SERAP KIZILAY

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman: Doç. Dr. Mehmet YILDIRIM

AĞUSTOS – 2024

YOZGAT



YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
LİSANSÜSTÜ TEZ ONAY FORMU

T.C.

YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

Enstitümüzün Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Tezli Yüksek Lisans/Doktora Programı öğrencisi Serap KIZILAY'ın hazırladığı “**Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrolü Düzeylerinin İncelenmesi**”, başlıklı tezi ile ilgili tez savunma sınavı, Lisansüstü Eğitim-Öğretim ve Sınav Yönetmeliği'nin ilgili maddeleri gereğince 06/08/2004 Salı günü saat 13:00'da yapılmış, tezin onayına oy birliği/oy çokluğu ile karar verilmiştir.

Başkan : Dr. Öğr. Üyesi Fatih DİNÇ

Jüri Üyesi : Doç. Dr. Mehmet YILDIRIM

(Danışman)

Jüri Üyesi : Dr. Öğr. Üyesi Mehmet İNAN

ONAY:

Bu tezin kabulü, Enstitü Yönetim Kurulu'nun/...../..... tarih ve sayılı Enstitü Yönetim Kurulu Kararı ile onaylanmıştır.

...../...../.....

Prof. Dr.

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü

Müdürü

TEZ BEYANI

Tez yazım kurallarına uygun olarak hazırlanan bu tezin yazılmasında bilimsel ahlak kurallarına uyulduğunu, başkalarının eserlerinden yararlanılması durumunda bilimsel normlara uygun olarak atıfta bulunulduğunu, tezin içerdği yenilik ve sonuçların başka bir yerden alınmadığını, kullanılan verilerde herhangi bir tahrifat yapılmadığını, tezin herhangi bir kısmının bu üniversite veya başka bir üniversitedeki başka bir tez çalışması olarak sunulmadığını beyan eder, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

İmza

Serap KIZILAY

06/08/2004

ÖN SÖZ

Lisansüstü eğitim sürecimde beni her konuda destekleyen, akademik olarak yönlendiren, tecrübelerini benimle paylaşan kıymetli danışmanım Doç. Dr. Mehmet YILDIRIM hocama sonsuz şükranlarımı sunarım. Sabırlı davranışı ve bilime verdiği önemi bilgileri ile bana aktardığı için minnettarım.

Bu süreçte desteklerini esirgemeyen Sayın hocalarım Prof. Dr. Mehmet GÜÇLÜ' ye Dr. Öğr. Üyesi Mehmet İNAN'a ve Dr. Öğr. Üyesi Fatih DİNÇ' e teşekkürlerimi sunarım.

Zamanlarını ayırıp gönüllü olarak bu çalışmaya katılan tüm antrenörlere ayrıca teşekkür ediyorum.

Son olarak da bu süreçte bana her konuda destek olan kıymetli eşim ve çocuklarıma sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Serap KIZILAY

06/08/2024

ÖZET

YÜKSEK LİSANS TEZİ

ANTRENÖRLERİN SALDIRGANLIK VE ÖFKE KONTROLÜ DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

SERAP KIZILAY

YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

TEZ DANIŞMANI: DOÇ. DR. MEHMET YILDIRIM

Bu çalışmada, farklı spor branşlarında antrenör olarak görev yapan bireylerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri bazı değişkenler bakımından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmada, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın evrenini aktif olarak görev yapmakta olan antrenörler oluşturmakta iken, araştırmanın örneklemini ise, kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile belirlenen, 403 antrenör oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak “Kişisel Bilgi Formu, Buss-Perry Salırganlık Ölçeğı ve Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeğı” kullanılmıştır. Araştırma dahilinde toplanan verilerin SPSS programına aktararak normal dağılım gösterdiği tespit edilmiş ve “Bağımsız Örneklem T Testi, Tek Yönlü Anova Testi ve Pearson Korelasyon Testi” kullanılmıştır. Yapılan analizler sonucunda. Antrenörlerin cinsiyet, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, görev yılı, lisanslı spor yapma durumu, kendini gördüğü kişilik durumu ile saldırganlık düzeyi arasında anlamlı farklılaşma bulunduğu, yine antrenörlerin, cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, görev yılı, lisanslı spor yapma durumu, mesleğini isteyerek yapma durumu, kendini gördüğü kişilik durumu ile öfke kontrol düzeyi arasında anlamlı farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Ayrıca, antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile öfke kontrol düzeyleri arasında pozitif yönlü yüksek bir ilişki bulunduğu da tespit edilmiştir.

2024, xii + 75 Sayfa

Anahtar Kelimeler: Antrenör, Salırganlık, Öfke, Öfke Kontrol

ABSTRACT

MASTER THESIS

EXAMINATION OF COACHES' AGGRESSION AND ANGER CONTROL LEVELS

SERAP KIZILAY

YOZGAT BOZOK UNIVERSITY

SCHOOL of GRADUATE STUDIES

DEPARTMENT OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORTS

SUPERVISOR: ASSOC. PROF. MEHMET YILDIRIM

This study aimed to examine the aggression and anger control levels of individuals working as coaches in different sports branches in terms of some variables. In the research, the relational screening model, one of the quantitative research methods, was used. While the population of the research consists of actively working coaches, the sample of the research consists of 403 coaches determined by the easily accessible sampling method. "Personal Information Form, Buss-Perry Aggression Scale and Trait Anger and Anger Expression Style Scale" were used as data collection tools in the study. The data collected within the research was transferred to the SPSS program and it was determined that it showed a normal distribution and "Independent Sample T Test, One-Way ANOVA Test and Pearson Correlation Test" were used. As a result of the analyses. There was a significant difference between the coaches' gender, education level, income level, years of service, licensed sports activities, personality status and aggression level, and again, coaches' gender, age, education level, income level, years of service, licensed sports activities, It has been determined that there is a significant difference between the status of doing one's job willingly, the personality state in which one sees oneself, and the level of anger control. Additionally, it has been determined that there is a high positive relationship between coaches' aggression levels and anger control levels.

2024, xii + 75 Pages

Keywords: Coach, Aggression, Anger, Anger Control

İÇİNDEKİLER

Sayfa

LİSANSÜSTÜ TEZ ONAY FORMU.....	ii
TEZ BEYANI.....	iii
ÖN SÖZ.....	iv
ÖZET	v
ABSTRACT	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar LİSTESİ	xi
SİMGELER ve KISALTMALAR LİSTESİ	xii
1. GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Durumu.....	1
1.2. Araştırmanın Amacı.....	3
1.3. Araştırmanın Önemi	3
1.4. Araştırmanın Problem ve Alt Problem Durumları.....	3
1.5. Araştırmanın Varsayımlar.....	5
1.6. Sınırlılıklar.....	5
1.7. Tanımlar.....	5
2. GENEL BİLGİLER.....	6
2.1. Spor	6
2.1.1. Sporun Faydaları	7
2.1.1.1. Sporun Fizyolojik Faydaları.....	7
2.1.1.2. Sporun Zihinsel Faydaları	8
2.1.1.3. Sporun Sosyal Faydaları.....	8
2.2. Saldırganlık.....	8
2.2.1. Saldırganlık Türleri	9

2.2.1.1. Araçsal (Edilgen) Saldırganlık	9
2.2.1.2. Düşmanlık İçeren (Yıkıcı) Saldırganlık	10
2.2.1.3. Atılganlık.....	10
2.2.2. Saldırganlığın Nedenleri	11
2.2.2.1. Biyolojik Nedenler	11
2.2.2.2. Psikolojik Nedenler	12
2.2.2.3. Sosyal Nedenler.....	12
2.2.2.4. Kültürel Nedenler	12
2.3. Spor ve Saldırganlık İlişkisi.....	13
2.3.1. Sporda Saldırganlığın Nedenleri	14
2.3.2. Sporda Saldırganlık Türleri.....	15
2.3.2.1. Emir Altındaki Saldırganlık	15
2.3.2.2. Amaç Yönelimli Saldırganlık.....	15
2.3.2.3. Atılganlık.....	16
2.3.3. Sporda Saldırganlığın Yönü	16
2.3.3.1. Dışa Yönelik Saldırganlık	16
2.3.3.2. Kendine Yönelik Saldırganlık	17
2.4. Öfke	18
2.4.1. Öfkenin Nedenleri	19
2.4.2. Öfke İfade Ediliş Şekilleri.....	20
2.4.2.1. Öfkenin İçe Yönelmesi.....	20
2.4.2.2. Öfkenin Dışa Yönelmesi	20
2.4.3. Öfkenin Boyutları.....	21
2.4.4. Öfke Kontrolü	21
2.4.4.1. Öfke Kontrol Yöntemleri	22
2.4.4.1.1. Etkili iletişim	23

2.4.4.1.2. Problem çözme	23
2.4.4.1.3. Bilişsel yeniden yapılandırma	24
2.4.4.1.4. Mizah kullanma	24
2.4.4.1.5. Gevşeme teknikleri	24
2.4.4.1.6. Çevreyi değiştirmek	25
2.4.5. Saldırganlık ve Öfke Arasında Bulunan İlişki	25
3. GEREÇ VE YÖNTEM	26
3.1. Araştırmanın Modeli	26
3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	26
3.3. Veri Toplama Araçları	28
3.3.1. Kişisel Bilgi Formu	28
3.3.2. Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği	28
3.3.3. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği	29
3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi	30
4. BULGULAR	32
4.1. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Cinsiyet Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?	33
4.2. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Yaş Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?	34
4.3. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?	36
4.4. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?	38
4.5. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Görev Yılı Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?	41
4.6. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Spor Branşı Türü Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?	42

4.7. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Daha Önce Lisanslı Spor Yapma Durumu Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?	43
4.8. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Mesleğini İsteyerek Yapma Durumu Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?	44
4.9. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Kendini Nasıl Bir Kişilikte Gördüğü Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?.....	45
4.10. Antrenörlerin Öfke Kontrol Düzeyleri ile Saldırganlık Düzeyleri ile Lisanslı Spor Yapma Süresi Arasında Anlamlı Fark Var Mıdır?.....	46
4.11. Antrenörlerin Öfke Kontrol Düzeyleri ile Saldırganlık Düzeyleri Arasında Bir İlişki Var Mıdır?	47
5. TARTIŞMA.....	48
6. SONUÇ VE ÖNERİLER	56
7. KAYNAKLAR.....	59
EKLER	69
Ek-1. Kişisel Bilgiler ve Buss Pery Saldırganlık Ölçeği	69
Ek-2 Öfke Kontrol Ölçeği.....	72
Ek-3 Etik Kurul Onayı/İzni.....	73
Ek-4. Araştırmanın Evren Büyüklüğü Tablosu	74

TABLÖLAR LİSTESİ

<u>Tablo</u>	<u>Sayfa</u>
Tablo 3.1. Araştırmanın örnekleme ilişkin frekans analizi sonuçları	27
Tablo 3.2. Araştırmanın evren büyüklüğü	28
Tablo 3.3. Verilerin çarpıklık basıklık katsayıları	30
Tablo 4.1. Araştırmada kullanılan ölçeklere dair betimleyici istatistik sonuçları	32
Tablo 4.2. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları.....	33
Tablo 4.3. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile yaş değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları	34
Tablo 4.4. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile eğitim düzeyi değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları.....	36
Tablo 4.5. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile gelir düzeyi değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları.....	38
Tablo 4.6. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile görev yılı değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları.....	41
Tablo 4.7. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile branş türü değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları.....	42
Tablo 4.8. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile lisanslı spor yapma değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları	43
Tablo 4.9. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile mesleğini isteyerek yapma değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları.....	44
Tablo 4.10. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile kendini nasıl bir kişilikte gördüğü değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları	45
Tablo 4.11. Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ve saldırganlık düzeyleri ile lisanslı spor yapma süreleri arasında yapılan analiz sonuçları	46
Tablo 4.12. Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında bir ilişkiye dair analiz sonuçları.....	47

SİMGELER ve KISALTMALAR LİSTESİ

Bu çalışmada kullanılmış simgeler ve kısaltmalar, açıklamaları ile birlikte aşağıda sunulmuştur.

Simgeler	Açıklamalar
F	: Frekans
N	: Kişi Sayısı
P	: Anlamlılık düzeyi
X	: Ortalama
SS	: Standart sapma

Kısaltmalar	Açıklamalar
TBMM	: Türkiye Büyük Millet Meclisi
TDK	: Türk Dil Kurumu
Vb.	: Ve benzeri

1. GİRİŞ

1.1. Problem Durumu

İnsanlar, bireylere, canlılara ya da nesnelere yönelik sergiledikleri davranışlar aracılığıyla ilişki kurarlar ve bu ilişki, hayatın farklı evrelerini zaman içinde olumlu ya da olumsuz etkileyebilir. İnsanoğlunun temel duygularından biri olan ve davranışları önemli ölçüde etkileyen saldırganlık, diğeri ise cesaret duygusudur. Yıllardır üzerinde bilimsel çalışmaların yapıldığı önemli konulardan biri olan saldırganlık, çağımızda en geniş araştırma konularından biridir. Saldırgan ve cesur davranışlar, duygusal ya da fiziksel zarar vermeyi amaçlayan tüm davranış biçimlerini kapsar (Özdevecioğlu, 2010). Saldırganlık olgusu, bir bireyin canlı veya cansız bir nesneye yönelik fiziksel ya da duygusal olarak zarar verme amacını taşıyan bir davranış biçimini ifade eder.

Saldırganlık, iki farklı boyutta ele alınmıştır. Uyuma yönelik saldırganlık, çevre uyumuyla ilgili olarak yaşamı hem kolaylaştıran hem de uyumu bozan bir davranış biçimi olarak tanımlanmıştır. Diğer bir boyut olan yer değiştirmiş saldırganlık ise engelleme davranışlarından kaynaklanan huzursuzluk ve ardından duyguların ifadesizliği ile karakterizedir. Bu durumda, duyguların başka bir değışkene veya bireye yönlendirildiği varsayılmaktadır. Genel olarak saldırganlık, engelleme durumlarına tepki olarak ortaya çıkan davranış kalıplarını ifade eder (Cüceloğlu, 1997).

Zarar veren ve inciten davranışlar ile ilişkilendirilen saldırganlık, geniş bir tanım alanına sahiptir ve sadece zarar vermekle sınırlı olmayan çeşitli nedenlerden kaynaklanabilir. Bireyler, saldırganlık göstererek sadece zarar vermek amacıyla değil, aynı zamanda otorite kurma, özgürlük arama, statü elde etme, başarıya ulaşma gibi çeşitli hedefleri gerçekleştirmek amacıyla da hareket edebilirler (Kurtyılmaz, 2005). Saldırganlık, genellikle kendine veya başkalarına yönelik yıkıcı ve zarar verici bir davranış şekli olarak nitelendirilebilir. Ancak, bazı durumlarda birey, kişisel güvenliğini sağlamak amacıyla bu tür davranışları sergileyebilir. Bu bağlamda, saldırganlık, bireyin kendisini koruma hedefi doğrultusunda sergilediği davranışların bir bütünü olarak tanımlanabilir (Çelik, 2006).

İnsanlar saldırganlık içinde olduklarında, genellikle herhangi bir konuda açıklık getirmek daha zor hale gelir. Birçok bilim adamı saldırganlık konseptini tanımlarken, bu tutumların tek bir nedenle değil, bir dizi faktörle ilişkilendirilebileceğini belirtmiştir. Saldırganlığın hem doğuştan gelen bir özellik olabileceği hem de sonradan öğrenilen bir davranış şekli olabileceği, ayrıca çeşitli olaylardan etkilenebileceği vurgulanmıştır (Korkut, 2002). Buna

karşı, bazı araştırmacılar, diğerlerine zarar veren her türlü davranışın sadece saldırganlık olarak kabul edilmesinin hatalı olduğunu savunmuşlardır. Onlar, davranışın temelinde niyet olgusunun bulunmasının bu konuyu daha doğru bir şekilde değerlendirmeyi gerektirdiğini ifade etmişlerdir (Çelik, 2006).

Öfke, bir dizi olayın tetiklemesi sonucu ortaya çıkabilir. Örneğin, bir rakip veya antrenörden gelen tehditler, performansla ilgili baskı veya geçmiş yenilgilerin anıları, dış etkenlerin öfkenin ortaya çıkmasına neden olabileceği durumlar arasındadır. Öfke, spor alanında sıkça karşılaşılan duygulardan biridir ve bu psikolojik durum, rekabeti olumlu veya olumsuz yönde etkileyebilir. Kavramsallaştırılmış öfke, ortaya çıkan ayırık ve olumsuz tonlu duygulardan birini temsil eder. Öfkenin, bireyin ego kimliğini etkileyebileceği bilinmektedir. Öfke, kişinin kendisine karşı aşağılayıcı bir suç olarak algılanabilir. Bu agresif davranış hali, özellikle spor alanında önemli bir düzeyde gözlemlenebilir. Agresif davranışlar, spor yarışmasının çeşitli yönlerine yansıyabilir ve farklı yapılar veya süreçler içinde öfke, saldırganlık, antisosyal davranış, öfke ruminasyonu ve provokasyon gibi öfke durumları, birçok sporcuda gözlemlenebilir (Gentry, 2007).

Öfke genellikle saldırganlığın öncüsü olarak görülür ve bir dizi karmaşık etkileşimden, nörolojik ve çevresel değişkenlerden etkilenir. Öfkenin oluşumunda, önceki durumlar ve değerlendirme süreçleri, anılar ve görüntüleri tetikleyen harici olaylar gibi çoklu kişisel ve çevresel faktörler etkilidir. Öfke, belirgin bir dış uyarıcı tarafından tetiklenebilir ve genellikle birey tarafından kolayca tanımlanabilir, ancak bilinçsiz süreçler de öfkenin deneyimini ve ifadesini etkileyebilir. Sporcuların öfkelerini ifade etme şekilleri, fiziksel kullanım gibi, spor deneyimleri üzerinde önemli bir etkiye sahip olabilir. Salırganlık ve şiddetin spor içinde ve dışında var olduğu ifade edilebilir (Christoforidis, 2010).

Öfke ve saldırganlık davranışlarının en çok görüldüğü alanlardan birisi de spor alanlarıdır. Kimi zaman taraftar, kimi zaman, sporcular, kimi zaman antrenörler, kimi zaman ise kulüp yetkilileri, müsabaka içerisinde anlık öfkelerini kontrol edemediklerinden dolayı saldırgan tavırlar sergileyebilmektedirler. Öfke kontrolü, öfke duygusundan kaynaklanan uyarıcıların yarattığı gerilimi yönetme becerisidir. Öfkesini kontrol altına alan bireyler, duygularını ifade biçimlerine ve tepkilerine bilinçli bir şekilde yön verebilirler. Öfke kontrolü; öfkenin saldırgan davranışlarla ifade edilmesini engelleme ve öfkeye sebep olan etmenlere karşı sakin kalmayı başarma anlamına gelir. Öfke duygusunu kontrol etmek, içe kapatma veya tepkisizlik olarak algılanmamalıdır. Kontrol altına alınan öfke, bireyin sakinliğini korumasına ve mantıklı bir şekilde hareket etmesine olanak tanır. Bu sayede olumsuz

duygulardan kurtulabilir ve ihtiyaçlarına ifade ederek yanıt verebilir. Bu yöntem, diğerk öfke ifade biçimleriyle karşılaştırıldığında genellikle en sağlıklı olanıdır (Martin ve Watson, 1997).

Bu bilgiler göz önünde bulundurulduğunda, antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrolü düzeyleri ile ilgili bilimsel ve güncel bir çalışma ortaya koymak antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrolü düzeyleri ile ilgili güncel durumu ortaya koyacaktır.

1.2. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada, farklı spor branşlarında antrenör olarak görev yapmakta olan bireylerin, saldırganlık ve öfke kontrol düzeylerinin bazı değişkenler bakımından araştırılması ve antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır.

1.3. Araştırmanın Önemi

Son yıllarda ismi saldırganlık olayları ile duyulmaya başlanan spor kavramı, fairplay ruhundan uzak, şiddet ve saldırganlığa yatkın bir kavram haline gelmiştir. Son günlerde özellikle hakemlere karşı yapılan saldırganlık ve şiddet davranışları, spor ortamında öfke kontrolü ile ilgili sorunlar olduğunu bizlere göstermektedir. Bu durumdan dolayı, sporla iç içe olan antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeylerinin incelenerek güncel bir kaynak ile alan yazına sunulması, öfke kontrolü üzerine farkındalık uyandırabilmek bakımından oldukça önemlidir.

1.4. Araştırmanın Problem ve Alt Problem Durumları

Bu araştırmanın ana problem cümlesi “antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri bazı değişkenlere göre değişmekte midir? Olarak belirlenmiştir.

Araştırmanın alt problem cümleleri ise aşağıdaki gibidir:

- Antrenörlerin saldırganlık düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin saldırganlık düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin saldırganlık düzeyleri eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

- Antrenörlerin saldırganlık düzeyleri gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin saldırganlık düzeyleri görev yılı değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin saldırganlık düzeyleri spor branşı türü değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin saldırganlık düzeyleri daha önce lisanslı spor yapma durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin saldırganlık düzeyleri lisanslı spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin saldırganlık düzeyleri mesleğini isteyerek yapma durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin saldırganlık düzeyleri kendini nasıl bir kişilikte gördüğü değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri eğitim düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri görev yılı değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri spor branşı türü değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri daha önce lisanslı spor yapma durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

- Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri lisanslı spor yapma süresi değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin saldırganlık düzeyleri mesleğini isteyerek yapma durumu değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri kendini nasıl bir kişilikte gördüğü değişkenine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında bir ilişki var mıdır?

1.5. Araştırmanın Varsayımlar

- Katılımcıların ölçek sorularına verdikleri cevaplar doğru kabul edilecektir.
- Araştırmaya katılan antrenörler soruları doğru anlayıp samimi bir şekilde cevapladıkları varsayılmaktadır.

1.6. Sınırlılıklar

- Bu çalışma, Gençlik ve Spor Bakanlığı'na bağlı olarak antrenörlük yapan bireyler ile sınırlandırılmıştır.
- Bu çalışmada katılımcıların kimlik bilgileri istenmemiştir.
- Araştırma, saldırganlık ölçeği, öfke kontrol ölçeği ve kişisel bilgi formunun kapsadığı sorular ile sınırlandırılmıştır.

1.7. Tanımlar

Antrenör: Spor etkinliklerini ve antrenmanları genel veya ilgili spor dalına özgü bir biçimde yönlendirerek, sporcuları teknik, taktik, kondisyon, psikolojik, sosyolojik ve zihinsel açılarından hedeflerine uygun şekilde kademeli olarak üst düzey performansa ulaştıran eğitmen, disiplin öğreticisi olarak tanımlanır (Sevim, 1997).

Saldırganlık: Başkalarını incitmeyi hedefleyen herhangi bir eylem veya davranıştır (Freedman, Sears, Carlsmith, 1998).

Öfke: İncinme, engellenme gibi durumlarda gösterilen saldırganlık ve hışımdır. (TDK)

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Spor

Spor, bir kişinin doğal çevresini insan yapımı ortama dönüştürürken kazandığı yetenekleri daha da geliştirebilen, kurallara dayalı olarak bireysel ya da grupça boş zamanları değerlendirmek amacıyla yapılan bir faaliyet ya da bu aktiviteyi bir mesleğe dönüştürebilen, toplumsal etkileri olan, sosyal beceriler kazandıran, toplumla bütünleştiren, zihinsel ve fiziksel açıdan gelişmeyi sağlayan, rekabeti teşvik eden ve dayanışma duygularını güçlendiren kültürel bir olgudur (Yetim, 2005).

Spor, “tek başına veya toplu olarak yapılan, kendine özgü kuralları olan, genelde yarışmaya dayanan bedensel ve zihinsel yeteneklerinin gelişimini sağlayan, eğitici ve eğlendirici” uğraşlardır (Açıkada , 1990). Spor, “bireyin tabii çevresini beşeri çevre haline getirirken elde ettiği yetenekleri geliştiren, belirli kurallar altında araçlı veya araçsız, bireysel ya da toplu olarak boş zaman faaliyeti kapsamı içinde veya profesyonelce mekleştirerek yaptığı, sosyalleştirişi toplumla bütünleştirici, ruh ve fiziği geliştiren rekabetçi, dayanışmacı ve kültürel bir olgudur” (Amman,2000). Yıldırım ve Yetim’e göre beden eğitimi ve spor “yetişmekte olan nesillerin temel kaynağı olan insanın fiziksel, zihinsel, sosyal ve duygusal gelişimini amaç edinen ve genel eğitimin tamamlayıcısı ve ayrılmaz bir parçası olarak görünen bilinçli ve planlı faaliyetlerdir” (Yıldırım,1996).

Dünya genelindeki ülkelerin spor konusundaki bakış açılarının değişmesi, spor alanına olan ilgiyi artırmış ve bu da sporun modern toplumsal yaşamın belirleyici özelliklerinden biri haline gelmesine neden olmuştur. Sosyolojik açıdan değerlendirildiğinde, sporun herhangi bir ayırım gözetmeksizin sahalarda veya televizyon başında milyarlarca insanı aynı zamanda bir araya getirebilen bir faaliyet olduğu sonucuna varılmaktadır. Bu durum, sporun dünya çapında geniş bir toplumsal etki yarattığını göstermektedir (Fişek, 1998).

Günümüz toplumlarında sporun yaygın bir etkinlik olduğu bilinmektedir. Spor, kültür, edebiyat, sanat gibi diğer alanlarla kıyaslanamayacak kadar yaygındır. Boş zamanların nitelikli bir şekilde değerlendirilmesine, hoşgörü, dayanışma ve rekabet ruhunun ortaya çıkmasına, sosyal sorumlulukların farkına varılmasına ve bireyin hem kendi grubuna hem de topluma karşı aidiyet hissi geliştirmesine yardımcı olmaktadır. Ayrıca toplumların sosyal, kültürel ve ekonomik gelişimlerine katkıda bulunmaktadır (Yetim, 2005).

2.1.1. Sporun Faydaları

Bu bölümde sporun birey üzerinde sağladığı faydalardan söz edilmiştir.

2.1.1.1. Sporun Fizyolojik Faydaları

Sağlık açısından, düzenli yapılan beden egzersizlerinin önemi sürekli olarak vurgulanmaktadır. Beden egzersizlerinin temel amacı, eklemlerin, kemiklerin, kasların, kalp-damar sisteminin ve yarattığı işlevlerin sağlıklı bir biçimde işlemesini sürdürerek vücudun genel sağlığını korumaktır. Dayanıklılık sporlarıyla uğraşan bireylerin, diğerlerine kıyasla koroner arter hastalığı, şeker hastalığı ve hipertansiyon gibi rahatsızlıklara daha az yakalandığı bilinmektedir. Bu sebeple düzenli fiziksel aktivitenin sağlık üzerindeki olumlu etkileri önemlidir (Akgün, 1989).

Egzersiz sırasında, koroner arterlerden gelen kan akışı damarları genişleterek kalbe daha fazla kan gitmesine yardımcı olur. Periyodik olarak yapılan aerobik egzersizler hafif düzeyde yüksek tansiyonda kan basıncını azaltabilir. Ancak ileri derecede rahatsızlıklarda etkisi sınırlıdır (Pehlivan, 2000).

Oksijen oranının maksimum düzeyde kullanılması, bireylerin kondisyonunu öngörmek veya belirlemek için genellikle başvurulmuş bir ölçüdür (Gür, 1992). Periyodik olarak spor egzersizleri yapılması büyük ölçüde kasları etkiler. Roux'un değerlendirmesine göre, egzersizlerin sonucunda kaslar üç şekilde gelişir.

Kasların egzersizler sonucu kuvvetlenmesi, kas kuvveti ve hızının artışıyla sonuçlanmaktadır. Hızdaki artış, sinir sistemiyle yakından ilişkilidir. Bu tür gelişme sürecinde, kaslar aşırı kasılmalarla kısa süreli bir çalışma gerçekleştirir (Muratlı, 1976).

Spor ayrıca kas kuvvetinin gelişimi için oldukça faydalıdır. Kas kuvvetindeki gelişim, kas kesitinin kalınlığıyla ilişkilidir. Reizma'nın yaptığı bir çalışmada, iskelet ve kalp kasları ele alınmıştır; burada, kas lifi kalınlığının 20-50 mikrondan fazla olması durumunda kas lifi sayısının artabileceği belirlenmiştir (Muratlı, 1976). Kas lifleri;

- Tip I: Bazı sporcuların kas lifleri yavaş kasılır ve dayanıklılık sporlarında bu özelliklerini kullanarak başarılı sonuçlar elde edebilirler.
- Tip II: Bazı sporcuların hızlı kasılma özelliğine sahip lifleri vardır ve bu tür sporcular genellikle hız ve kuvvet odaklı sporlarda başarılı olurlar (Demir, 1997). Spor egzersizleri sonucunda kas liflerinde gelişme gözlemlenir, bu da antrenmanın etkili olduğunu gösterir (Akgün, 1989).

Müller ve Hettinger, yaptıkları çalışmada dinamik özellikte gerçekleştirilen egzersizlerin tümünde %75 ila 90 arasında yüklenme seviyelerinin kas kuvveti üzerinde etkili olduğunu belirtmektedir. Rarik ise kas kuvvetinin gelişmesi için gereken yüklenmenin %80 olduğunu ifade etmektedir (Muratlı, 1976).

Bir kasın çapı, yüksek gerilim altında uyarıların gönderilmesiyle artar. Enerji depolarındaki genişleme ve kılcıl damarlardaki büyüme, kasın dayanıklılık yeteneğini oluşturur (Sevim, 1997).

2.1.1.2. Sporun Zihinsel Faydaları

Spor, her alandaki bireysel gelişimi destekleyen önemli bir faaliyettir. Eğitim bağlamında sporun kullanılması özellikle öğrencilerin olumlu yönde gelişimlerine katkı sağladığı için son derece önemlidir. Spor, bireylerin kişisel gelişimini önemli ölçüde etkileyebilir. Grup oyunları aracılığıyla, bireyler kendi çıkarlarından önce grupları için fedakarlık yapmayı öğrenerek aidiyet ve fedakarlık duygularını geliştirirler (Özbaydar, 1999).

Spor yapan kişiler, egzersiz sırasında mutluluk ve haz duygularını hissedebilirler. Günümüzün en yaygın sorunu olan stresle başa çıkmanın önemli yollarından biri de spor yapmaktır. Spor, bireylerin günlük monoton yaşam tarzını ortadan kaldırmalarına yardımcı olabilir. Ayrıca, psikolojik olarak rahatlama ve gevşeme sağlamanın yanı sıra bireylerin kendilerini mutlu ve zinde hissetmelerine de yardımcı olur (Güçlü, 2005).

2.1.1.3. Sporun Sosyal Faydaları

İnsanlar, spor aracılığıyla toplum normlarını, gelenekleri, iyi ve kötü kavramlarını, doğruyu ve yanlış öğrenirken aynı zamanda hayatlarını ve kendilerini disipline etmeyi de öğrenebilirler. Bunun yanı sıra spor kuralları da bu süreci destekler (Hazar, 1996).

Spor, tarihten bugüne kadar ahlak ve kültürün bir okulu olmuştur. Spor, bireylerin irade kontrolünü, başarıma isteğini geliştirmelerine ve saldırgan, yıkıcı dürtüleri kontrol altına almalarına yardımcı olarak olumlu bir kişilik kazanmalarını sağlar (Bauman, 1994).

2.2. Saldırganlık

Saldırganlık günümüzde her alanda kelime veya davranış olarak sık sık karşılaştığımız bir terimdir. Saldırganlık ile ilgili her bilim dalı kendi alanında incelemelerde bulunduğu için geniş bir tanımlaması vardır. Literatür araştırmalarında saldırganlığın; psikoloji, sosyoloji, spor, eğitim ve tıp gibi alanlarda çalışılması farklı tanımlarla ifade edilmesi ve çok yönüyle ele alınabilir bir konu olması araştırmaları çeşitlendirmektedir. Saldırganlık, genellikle

başka bir kişiye veya kişilere zarar verme amacı taşıyan bir davranış biçimi olarak tanımlanır (Deptula ve Cohen, 2004).

Saldırganlık, çevresel faktörlere yanıt olarak ortaya çıkan bir davranış biçimi değil, içsel kaynaklı bir uyarılma durumudur. Bu durum, kişinin içinde biriken ve serbest kalma isteği duyan enerjinin dışı vurumu olarak açıklanabilir (Çobanoğlu, 2005). Balcıoğlu (2016) ise saldırganlığı, “bireyin yaşamını devam ettirebilmesi için doğuştan getirdiği ya da sonradan öğrendiği davranışlar olarak tanımlanan içgüdülerdir” şeklinde tanımlar. Saldırganlık, sadece karşı tarafı zarara uğratmakla sınırlı kalmayıp, bireyin kendi fiziksel ve psikolojik sağlığına zarar verme şeklinde de görülebilir (Şahin, 2003).

Bir başka tanımda Kerr (2008) saldırganlığı şöyle tanımlar. Toplum, saldırganlık davranışını genellikle gereksiz bir düşmanlık veya saldırı şeklinde algılar ve bu davranışı uygun bulmaz. Saldırganlık, fiziksel veya sözlü olarak başkalarını incitmeyi ya da malı tahrip etmeyi amaçlayan bir davranış biçimidir. Kasıt olmadan gerçekleşen bir davranış saldırganlık olarak sınıflandırılmaz (Atkinson, Smith, Bem ve Hoeksema, 2002). Saldırganlık kelimesi, genellikle negatif bir davranış olarak algılansa da temel olarak bir yere veya bir şeye yaklaşmak ve aynı zamanda saldırmak üzere atılmak anlamlarını taşır (Yamak, İmamoğlu, Eliöz, Çebi ve İslamoğlu, 2019).

2.2.1. Saldırganlık Türleri

Saldırganlık üzerine yapılan çalışmalarda, araştırmacılar, saldırganlığı çeşitli türlere ayırarak incelemişlerdir. Saldırganlık, aktif ve pasif saldırganlık olmak üzere iki gruba ayrılır. Aktif olarak saldırganlık; kasti ve bilerek zarar vermek, zarar vermeyi düşünmek, alay etmek, küçümsemek gibi davranışları kapsar. Pasif olarak saldırganlık; yok saymayı ve küsmek gibi davranışları kapsar (Gülbaktı, 2017).

2.2.1.1. Araçsal (Edilgen) Saldırganlık

Bir amaca ulaşmak için planlı bir şekilde yapılan saldırı türüdür. Örneğin sporcu kendi amacına ulaşmak için yapılan spor türünün kurallarına uyarak rakibi durdurmaya yönelik çaba gösterir. Buradaki saldırganlık kurallar dâhilinde olduğundan araç olarak görülür. Bir tekvando, karate, judo, güreş müsabakasında kazanmak için sporcunun uygulamış olduğu teknikler buna örnektir. Amaç rakibe zarar vermek değil rakibin amacına ulaşmasını engelleyerek müsabakayı kazanmaktır (Ergül, 2009). Bu hedeflere ulaşabilmek için saldırganlık araç olarak kullanılır. Araçlı saldırılar kurallara uygun olarak geliştirilebileceği gibi kuralların dışına da çıkabilir. Sporda şöhret olma, para kazanma

arzusu olabilir. Saldırgan davranışta bulunan sporcu bu amaçlarına erişmede saldırganlığı bir araç olarak görebilir. Örneğin bir futbol maçının son dakikalarında skoru korumak adına cezalı duruma düşme pahasına rakip takımın golcüsünü tutarak çekmek eyleme dönüştüğü anda araçsal saldırganlık örneği ortaya çıkar. Bu davranışın sonucunda hedefe ulaşılmış ise saldırgan davranış pekişir ve sporcu bu davranışı her zaman amacına ulaşmak için sergileyebilir (Yorulmaz, 2019). Spor etkinliklerinde gözlenme olasılığı en yüksek olan saldırganlık biçimlerinden biri, araçsal saldırganlıktır. Spor müsabakaları, zafer kazanma, prestij elde etme, mağlubiyeti engelleme gibi hedefler doğrultusunda uygun koşulların bulunduğu bir platformdur. Bu derecede önem atfedilen zaferin peşinde, araçsal saldırganlık normal karşılanmakta ve hatta stratejik bir şekilde kullanılmaktadır.

2.2.1.2. Düşmanlık İçeren (Yıkıcı) Saldırganlık

Düşmanlık içeren saldırganlıkta amaç kişiye zarar vermek onu incitmektir. Bu davranış öfke, kızgınlık, nefret vb. duygularla ortaya çıkar. Buradaki eylem, kazanmak ya da üstün gelmek değil zarar verme niyeti taşımaktadır. Örneğin judo branşında rakibe karşı tekme ya da yumruk atmak veya tekvando müsabakasında belden aşağıya yapılan diskalifiye içeren vuruşlar buna örnektir (Acak, 2011). Yıkıcı saldırganlıkta saldırgan bireyler tamamen muhatabına zarar verme amacı güderler ve bunu gerçekleştirecek davranışlar sergilerler.

2.2.1.3. Atılganlık

Bireyin özgüven içerisinde, kendi haklarını korurken başkalarını küçük görmeden onların haklarını yok saymadan davranmasıdır. Kimsenin hakkına müdahale etmeden kendi istek ve doğrularını ifade edebilmesi insanlar için önemlidir. Cesaret seviyesi yüksek olan bir kişi, başkalarının hoşuna gitmese de kendi düşüncelerini açıkça dile getirebilir (Esentürk, 2014). Cesur davranışlar, bireyin toplumsal konumunu güçlendirme ve diğerleri üzerinde daha etkili olma yeteneği bakımından önemli bir rol oynar. Cesur davranış biçimi, kişinin kendisiyle barışık olmasına yardımcı olur, diğer bireyler tarafından saygı görmesini sağlar, güvene dayalı ilişkiler kurma olasılığını artırır ve kişiye yaşamındaki olayların kontrolünün kendisinde olduğu hissini verir.

Lazarus (1993), atılgan davranışın birbirini tamamlayan dört özelliği olduğunu belirterek, bu özellikleri şöyle sıralamıştır;

- “Hayır diyebilme yeteneği,
- İsteyebilme, ricada bulunabilme yeteneği,

- Olumlu ve olumsuz duyguları ifade edebilme yeteneği,
- Bir davranışı başlatabilme, sürdürebilme ve sona erdirebilme yeteneği” (Zimmerman ve Luecke, 2010).

2.2.2. Saldırganlığın Nedenleri

2.2.2.1. Biyolojik Nedenler

Biyolojik faktörler arasında beyin kimyası, hormonal dengesizlikler, genetik yatkınlık, beyin hasarı, nörolojik hastalıklar gibi etkenler yer alır. Bu faktörler, saldırganlık ve şiddet davranışlarına yatkınlığı arttırabilir. Saldırgan davranışların nedenlerine ilişkin birçok etken göz önünde bulundurulabilir. Bu etkenler arasında bireyin bilişsel yetenekleri, hiperaktivite veya dikkat eksikliği, öğrenmede yaşanan güçlükler, ince veya kaba motor becerilerindeki eksiklikler, doğum öncesi veya sonrası dönemde ortaya çıkan bazı problemler gibi bazı etkenler yer alabilir (Obuz, 2015).

Bireylerin genleri, bazı davranışlara yatkın olmalarını etkileyebilir. Kalıtsal faktörler, kişisel farklılıkların büyük bir kısmını açıklar ve saldırganlık da bu farklılıklar arasında yer alır. Bu nedenle, bazı kişilerin saldırgan davranışlara yatkın olmaları genetik etkenlerle açıklanabilir (Yalçın, 2016).

Saldırgan davranışı belirleyen etkenlerin en başında ise cinsiyet faktörü öne çıkmaktadır. Erkeklerin saldırgan davranışlarını genel anlamda kadınlara göre daha sık tercih ettikleri görülmektedir. Bu cinsiyet farklılığı hem toplumsal hem de biyolojik faktörlere bağlı olabilir. Erkeklerde testosteron seviyelerinin daha yüksek olması ve beyin kimyasındaki farklılıkların saldırgan davranışlarla ilişkili olduğu düşünülmektedir. Bununla birlikte, testosteronun sadece saldırganlık üzerinde etkili olan tek hormon olmadığına dair kanıtlar da vardır. Örneğin, kortizol adrenalin ve noradrenalin gibi stres hormonları da saldırgan davranışlarla ilişkili olabilir. Bu farklılıkların yanı sıra, cinsiyet rolleri de saldırgan davranışlar üzerinde etkili olabilir. Erkeklerin daha fazla fiziksel güce sahip olması, saldırganlığı fiziksel olarak gösterme eğilimini artırabilir. Kadınlar ise daha çok dolaylı saldırganlık, sözlü saldırganlık veya sosyal saldırganlık yoluyla agresyonlarını ifade edebilirler. Bazı nörolojik hastalıklarında saldırganlıkla bağlantısı vardır. Alzheimer, şizofreni ve demans gibi nörolojik hastalarda saldırganlık davranışı gözlenmektedir (Yalçın, 2016).

2.2.2.2. Psikolojik Nedenler

Saldırganlıkta psikolojik faktörler oldukça etkilidir. Saldırgan davranışlar, biyolojik ve nörolojik faktörlerin yanı sıra, bireyin zihinsel ve duygusal durumuna da bağlıdır. Düşük özgüven, yüksek stres seviyeleri, zayıf öfke yönetimi becerileri, depresyon ve diğer ruhsal bozukluklar gibi psikolojik faktörler saldırgan davranışların ortaya çıkmasına yol açabilir. Bunun yanı sıra, saldırganlığı meydana getirebilecek duygular arasında acı, sıkıntı, endişe, baskı, korku, öfke, aşırı hassasiyet, düşmanlık, kin ve nefret gibi duygular da yer alabilir (Köknel, 1996). Engellenme sonucu ortaya çıkan saldırganlık, psikolojik etkiler arasında en yaygın olan davranıştır. Engellenme, bir kişinin belirli bir amaca ulaşmasının engellenmesi olarak tanımlanabilir. Eğer bir kişi ulaşmak istediği hedefe ulaşmak için engellenirse, saldırgan davranışlar gösterebilir (Oda, 2014). Engellenmeler sonucunda duygusal uyarılmalarla beraber kişilerde öfke, stres oluşur ve bu saldırgan davranışlara neden olur. İnsanlar dürtülerini açığa çıkararak saldırgan davranışlar gösterirler.

2.2.2.3. Sosyal Nedenler

Bireyler davranışlarını içinde bulundukları ortamlara göre belirleyebilirler. Davranışlarını çevresinde bulunan kişilerin tutumları, düşünceleri ve saldırgan davranışlara verebilecekleri tepkilere göre sınırlandırabilir veya tam tersi rahatça sergileyebilirler. Sosyal faktörler arasında maruz kalınan şiddet, yoksulluk, aşırı iş yükü, çatışmacı ev ve iş ortamı, işsizlik ve toplumsal baskı yer alır. Bu faktörler, bireylerin duygusal gerilimlerini arttırarak, saldırgan davranışlar sergilemelerine neden olabilir. Bazı kültürlerde, saldırganlık davranışları, hedefe ulaşmak için kabul edilebilir bir davranış biçimi olarak değerlendirilebilmektedir. Bu tür toplumlarda saldırganlık, sorunları çözmek için bir araç olarak kabul edilir ve şiddet içeren eylemler genellikle sorun olarak algılanmazlar. Yapılan araştırmalar, şiddetin toplumda normalleştirildiği durumlarda, bu eylemler de bir sorun olarak görülmezler ve çözüme ulaşmak için kabul edilebilir bir araç olarak değerlendirilirler sonucuna ulaşılmıştır (Kaya, 2006).

2.2.2.4. Kültürel Nedenler

Kültürel faktörler arasında aile, okul, medya ve toplumun genel kültürü yer alır. Bu faktörler, bireylerin nasıl davranması gerektiği konusunda fikirler edinmelerine ve saldırgan davranışları sergilemelerine neden olabilir. Bir topluluktaki bireyler o grubun içerisinde geçirdiği zamana bağlı olarak bir süre sonra o grubun içerisindeki gibi davranışlar sergilemeye başlayabilir. Başka bir ifadeyle bireyin içinde bulunduğu çevrede

ya da grupta sergilenen davranışlar bireyin kendi davranışlarının belirleyici olmaktadır. Saldırganlık, insanlar tarafından farkında veya farkında olmadan çevrelerinde öğrenilebilen bir davranıştır. Toplumda saldırgan davranışların kabul edilmesi, teşvik edilmesi ve ödüllendirilmesi, diğer bireylerin saldırganlık eğilimlerini artırabilir (Köknel, 1996).

2.3. Spor ve Saldırganlık İlişkisi

Belli kurallar çerçevesinde yapılan sportif faaliyetler hem sporcuların hem de seyircilerin haz ve heyecan ihtiyaçlarını karşılayan, insanları bir araya getiren etkinlikleridir. Spor yapmanın, saldırganlığı azalttığı ve spor yapmayan kişilerin de saldırganlık eğilimlerini kontrol altına almalarına yardımcı olabileceği genellikle kabul edilen bir görüştür (Koruç, Bayar ve Arslan 2004).

Sporun içinde saldırganlık, sporcunun, antrenörün veya seyircinin psikolojik, biyolojik ya da sosyal etkenlerden etkilenecek, spora özgü kuralların dışına çıkarak ve genellikle karşı tarafı incitmek veya bir amaca ulaşmak için gerçekleştirdiği sözlü veya fiziksel eylemler olarak ifade edilebilir (Dervent, 2007).

Saldırganlığı spor ile ilişkilendirdiğimizde yapılan davranışın karşı tarafı incitme veya zarar verme niyetinin varlığının olması gerekmektedir. Ancak sportif aktiviteler sosyalleşme amacının dışına çıkıp, gelir elde edilen bir müsabaka ve kazanma amaçlı niteliğe evirildiğinde, spora ve sportif aktivitelere olan bakış açısı da değişime uğramaktadır. Söz konusu durum hem sporcu hem de taraftarlar açısından geçerlidir. Yarışma ve zafer hedefiyle gerçekleştirilen spor etkinliklerinde saldırgan davranışların normalleştirilmesi, şiddet olaylarının sıklıkla yaşandığı ve sporun amacından uzaklaştığı bir ortam yaratmıştır (Yetim, 2011).

Spor açısından saldırganlıkla ilgili iki önemli hususa değinmek gerekir. İlki, saldırganlığın amaç ve motivasyonudur. İkincisi ise, saldırının hedefidir. Rakibe yönelik darbelerin veya herhangi bir davranışın genelinin saldırganlık olarak nitelendirilmesi doğru değildir. Saldırganlığın sınırı, o sporda belirlenmiş kuralların ve hareketin niyet ve amacının bir arada değerlendirilmesiyle belirlenir. Sporcular saldırgan dürtülerini müsabaka esnasında kendi amaçlarına uygun şekilde kullanamadıklarında sergiledikleri performans enerjilerini yok yere tüketmelerine sebep olur (Yetim, 2011).

Farklı spor dallarında uygulanan hareketlerin her zaman transfer edilemeyeceği bir gerçektir. Örneğin, güreşte yapılan bir elense çekme hareketi hentbol sahasında uygulanamaz. Boks müsabakalarında kullanılan saldırgan hareketler, diğer spor dallarında

cezaı gerektiren davranışlar olarak değerlendirilir. Beden temasının artması, saldırganlığın da artabileceği bir durumdur (Özerkan, 2004).

2.3.1. Sporda Saldırganlığın Nedenleri

İnsan doğasında var olan bir dürtü olan hükmetme isteği, eğer doğru yönde kullanılmazsa şiddet ve saldırganlık gibi olumsuz davranışlara sebep olabilir (Pulur, 2001). Saldırganlık sebeplerinin anlaşılabilmesi için belirli toplumsal alanlara daha yakından bakılması gerekmektedir. Bu bağlamda spor, saldırganlığın en sık görüldüğü alanlardan biri olması nedeniyle ayrı bir önem taşımaktadır (Dever ve Bulut, 2017).

Sporun içinde bulunan unsurlar arasında oyunun özellikleri, sporcular, hakemler, spor yöneticileri, antrenörler, tribün liderleri, taraftarlar ve medya saldırganlığın oluşumunda belirleyici bir rol oynar (Erden, 2007). Sporcuların saldırganlık içeren hareketlerinde aldıkları eğitimin düzeyi, kişilikleri, ebeveyn tutumları, yetiştikleri ve yaşadıkları coğrafi bölge, kültürel ve bazı demografik etkenlerinde neden oldukları belirtilebilir. Spor, saldırganlığın nedenlerinin ortaya çıkmasına en uygun alanlardan biridir. Sporda, oyuncuların davranışları, hakemlerin tavrı, seyircilerin tutumu, spor ortamının koşulları ve spor dalının türü, saldırganlığın belirleyici faktörlerindendir. Spor müsabakalarında saldırganlığın sınırı, ilgili spor dalının kuralları ve yapılan hareketin kasıt ve niyeti tarafından belirlenir (Özmaden ve Yıldiran, 2003).

Spor müsabakalarındaki saldırgan davranışların sebepleri arasında en önemlisi rakibin sürekli sergilediği saldırgan davranışların müsabakanın bileşenleri (hakemler, antrenörler, seyirciler vb.) tarafından takdir edilmesi veya görmezden gelinmesi yer almaktadır. Bunun yansıra skorun değişmezliği ile ortaya çıkan hırs, rakibin direncinin yüksek olması ve performanslarının devamlılığı, fiziksel yorgunluğun artması gibi durumlarda saldırgan davranışların arasında yer almaktadır (Köknel, 1982).

Spor alanında meydana gelen saldırganlık ve şiddet olaylarında, toplu davranışın etkisi büyüktür. Bireyler, yalnız başlarına yapamayacakları kötülükleri kitle içinde kolaylıkla gerçekleştirebileceklerine inanırlar ve her türlü engeli kolayca aşabilir, tahrip edebilir, yakabilir ya da yıkabilirler (Doğan ve Moralı, 1996). Taraftar gruplarının içinde yer alan gençler, henüz duygusal ve bilişsel gelişimlerini tamamlamamış, kültür düzeyi düşük ve sosyalleşme süreçleri tamamlanmamış yetişkinlerdir. Bu nedenle, saldırganlık eğilimleri kontrol edilememekte ve liderlerinin tutumlarını taklit ederek saldırgan davranışlarını güçlendirebilmektedirler (Solak, 2011).

Yapılan bazı araştırmalarda, sporcuların yapmış oldukları spor branşlarda yaşadıkları duyguların, spor dışı hayatlarında da devam ettirdiği görülmüştür. Yapılan araştırmalarda sporcuların yaptıkları spor branşlarında saldırgan hareketlerin yoğun olması o sporları yapan sporcuların spor dışı hayatlarında da daha fazla saldırgan davranış gösterdiklerini göstermektedir. Yapılan diğer çalışmalara baktığımızda ise branşlarında saldırgan davranışların çok görülmediği sporlarda yarışan sporcuların spor dışındaki hayatlarında saldırgan davranışlarını kontrol edebildikleri ve daha az saldırganlık sergilediklerini göstermektedir (Eripek, 1993).

Spor, insanların içindeki agresif enerjiyi boşaltmak için ideal bir platformdur. Saldırgan davranışlar spor alanında kabul edilebilir olduğu için kişiler, toplumsal normlarda yasaklanan saldırganlık eğilimlerini burada sergileyerek tatmin olabilirler. Bu sayede, bireyler isyan veya baskıya karşı çıkmanın yerine spor aktivitelerinde hırs ve rekabet duygularını ortaya çıkararak ceza almayı seçerler. Bazıları ise spor yaparken saldırganlık eğilimlerinin daha da arttığını iddia ederken, diğerleri ise bu davranışların kontrol altına alınabileceğini savunmaktadır (Bayram, 2012).

2.3.2. Sporda Saldırganlık Türleri

2.3.2.1. Emir Altındaki Saldırganlık

Sporcular, başarının sadece kazanmakla ölçüldüğü algısının hâkim olduğu çalışma ve sosyal ortamlarda, kendilerinin veya takımlarının kesinlikle kazanmaları gerektiği müsabakalarda, koçların daha sert oynamaları konusunda yönlendirmeleriyle karşılaşırlar. Ko un direktiflerine uyan sporcular, amaçlarını gerçekleştirmek için sınırsız saldırgan davranışlara başvurabilirler (Dervent, 2007).

2.3.2.2. Amaç Yönelimli Saldırganlık

Kişinin hedefleri doğrultusunda kararlı, tutkulu ve azimli olması amaç yönelimli saldırganlığın temel özelliklerindendir. Bu saldırgan davranışlar, genellikle spor gibi kaybedilme riskinin yüksek olduğu durumlarda, kazanmak ve şampiyon olmak gibi hedeflere ulaşmak için ortaya çıkar (Solak, 2011). Örneğin, bir sporcu rakibini yenerken agresif bir tutum sergileyebilir, ancak bu durumda saldırganlık, rakibine zarar vermek yerine kendisinin başarılı olması için motivasyon kaynağı olabilir.

2.3.2.3. Atılganlık

Atılganlık terimi, genellikle kararlı, cesur ve özgüvenli olma durumunu ifade eder ve kişinin düşüncelerini, inançlarını ve isteklerini, başkalarının haklarını çiğnemenen ifade edebilme becerisini tanımlar (Dervent, 2007). Bu kişilerde kendilerini karşısındaki kişilere kabul ettirme davranışı görülür. Bunun yanı sıra atılgan bireylerin iletişim becerileri kuvvetli olur ve bu becerileri sayesinde kendilerini ve duygularını karşı tarafa geçirebilme becerileri vardır. İkili ilişkilerde kendilerini her zaman odak noktasında görerek isteklerini kabul ettirirler.

Atılganlık ve saldırganlık arasında önemli farklılıklar bulunmaktadır. Saldırganlıkta kişi, karşısındakilerin haklarına saygı göstermez, düşüncelerini kabul ettirmek için şiddet veya baskı gibi yollara başvurur. Ancak atılgan davranışta, düşünceler kabul ettirilmeye çalışılırken saygı çerçevesi içinde hareket edilir. Atılgan kişiler, karşısındaki bireyler tarafından kendilerine yapılan olumsuz bir davranışa, bir eleştiriye veya bir haksızlık durumuna karşı son derece hassastırlar (Kabak, 2009).

Atılganlık çok yönlü bir kavram olması nedeniyle saldırganlık davranışıyla karıştırılmaktadır. Tiryaki (1996), antrenörlerin eğittikleri sporcularının atılgan olmalarını istemelerinden dolayı onları saldırgan davranışlara yöneltildiğini söylemiştir. Bu yöneltilmenin ise rakibe zarar verme amacını taşımadığını sporcuların atılgan bireylerdeki özelliklerin kazandırılmasını amaçladığını belirtmiştir. Fakat herhangi bir sebeple istemeden rakibe verilen zararı ise tesadüfi bir durum olarak nitelendirir.

2.3.3. Sporda Saldırganlığın Yönü

2.3.3.1. Dışa Yönelik Saldırganlık

Spor ortamlarında bulunan kişilere karşı gerçekleşen saldırılar, dışa yönelik saldırganlıklar olarak nitelendirilir. Dışa yönelik saldırıda genellikle kurban olarak rakip oyuncular ön plana çıkarlar. Bu tür saldırılarda saldırgan davranışların yöneleceği kişiler rakip oyuncularla beraber, hakemler, kendi taraftarları veya rakip taraftarlar, antrenörlerden biri de olabilir. Dışa yönelik saldırılar, tepkisel ve araçlı olarak iki gruba ayrılır (Özerkan, 2004).

Tepkisel saldırganlık; kişinin kendisine yönelik bir saldırı veya haksızlığa karşı verdiği bir tepkidir. Örneğin, bir rakibin kendisine saldırması durumunda, sporcu tepkisel

saldırganlık gösterebilir. Ancak buradaki amacı rakibe zarar vermek değil, kendini savunmaktır (Acet, 2005).

Saldırganın amacı, doğrudan rakibine zarar vermek değil, karşı tarafın kızmasına veya hata yapmasına neden olmak için zararlı uyaranlar kullanmaktır. Bu uyaranlar, sözlü ya da fiziksel olabilir ve amaçlanan etki genellikle rakibi etkisiz hale getirmek ya da performansını düşürmek için kullanılır (Özkatarkaya, 2010). Burada tahrik eden ve saldırıya uğrayan kişi aynı kişidir (İkizler ve Karagözlü, 1997). Örneğin; bir sporcunun, rakibinin ona karşı yaptığı hareketleri kendisine tehdit olarak algılayıp öç alma duygusuyla rakibine vurması doğrudan tahrik edene yönelik saldırganlıktır.

Sporcunun amacını gerçekleştirmek için verdiği performansın rakip oyuncu tarafından tahrik edilmesi veya engellenmesi durumunda düşmesiyle ortaya çıkan saldırganlık türüdür. Bu saldırganlıkta gösterilen saldırgan davranış tahrik edenin dışındaki bireylere veya nesnelere yönelir. Örneğin; müsabaka esnasında hakemin kararlarına öfkelenen sporcunun rakibine vurması tahrik edenin dışındakine yapılan bir saldırganlıktır.

Araçlı Saldırganlık; Araçlı saldırganlık kişiler tarafından öğrenilmiş saldırgan davranışlardır. Bu saldırganlık türünde, ödüllendirilmek, dereceler kazanmak, sporcuların başarıların ve performanslarını karşısındaki bireylere kabullendirmek öncelikli amaçtır (T.B.M.M., 2005).

2.3.3.2. Kendine Yönelik Saldırganlık

Sporcuların bazı sportif faaliyetler sırasında kendilerine karşı yaptıkları saldırgan davranışlar görülür. Bireylerin müsabakaları kazanma amaçları doğrultusunda ortaya çıkan bu davranışlar spor ortamlarında da kendine yönelik zarar verici saldırgan davranışlar sergilediklerini ortaya koyar. Örneğin; bir futbol maçında gol yiyen kalecinin öfke duygusuyla beraber kale direğine veya saha zeminine yumruk atması bu sporcunun kendine yönelik saldırgan bir davranışta bulunduğu göstergesidir. Dışa yönelik saldırganlık engellendiği zaman, bu tip saldırganlıklar kendine yönelik saldırganlıklara dönüşebilir. Özellikle saldırganlığına ket vurulduğu için kendini suçlayan biri, bu engeli aşamazsa, kendisini yeni bir engel olarak görecektir ve bu sefer saldırganlığını kendisine yöneltecektir. Bu tür saldırganlıklar, kendini aşağılama ve suçlamayla başlar ve kendini öldürme gibi ciddi sonuçlara kadar uzanabilir (Karayılmaz, 2006). Örneğin; kural dışı hareket nedeniyle oyundan ihraç edilen bir oyuncunun oyundan çıkarken kendini tokatlaması kendine yönelik bir saldırganlıktır.

2.4. Öfke

Spielberg, öfkeyi "psikobiyojik duygu durumu", "hafif kızgınlık", "otonom sinir sisteminden kaynaklı kızgınlık" veya "hiddet" gibi terimlerle tanımlamaktadır. Öfke, diğer duygular üzerinde en fazla etkiye sahip olanıdır. Novaco'ya göre, öfke; bireyin bir olayla, durumla veya bir kişiyle karşı karşıya geldiğinde beynin uyarılma durumudur. Bu duygu çoğu insan tarafından olumsuz bir duygu olarak algılsa da, bireyin kontrolünü kaybettiği durumlarda yıkıcı bir hal alabilir. Kişiler, problemlerle karşılaştıklarında öfke hissettiklerinde, bu duyguyu yapıcı bir şekilde yönlendirip çözüm odaklı bir şekilde kullanabilirler. Ancak bireyler öfkeyi doğru bir şekilde yönlendirse bile, intikam duygusu veya kötü niyet güdüsüyle hareket ettiklerinde, bu duygunun yapıcı özelliği ortadan kalkar (Bowlby, 1973; Novaco, 1998).

Öfke, insanlar için zarar verici bir boyuta dönüşebilse de diğer duygulardan farklı değildir ve dengeli bir şekilde yaşandığında gereklidir. İnsanlar şiddet ve adaletsizlikle karşılaştıklarında öfkeyi yoğun bir şekilde hissedebilir ve bu durum onları saldırgan davranmaya sevk edebilir (Soykan, 2003). Öfkenin hissedildiği anlarda fiziksel, zihinsel ve psikolojik yetilerimizi etkileyebilir. Diğer tüm duygular gibi, öfke de insanın savunma mekanizmasına katkıda bulunur ve tehlikeleri fark etmesine yardımcı olur. Öfke, hafif bir rahatsızlıktan hiddete kadar çeşitlilik gösterebilen değişken bir duygudur. İnsanın tecrübesine bağlı olarak öfke duygusu çeşitlilik gösterebilir (Sukhodolsky vd., 2004).

Öfke duygusu bilişsel açıdan incelendiğinde, tanımların öznel bir nitelik taşıdığı ortaya çıkar. Birey, dış uyaranları zihinsel olarak değerlendirdiğinde, sözlü, fiziksel veya kısıtlayıcı herhangi bir tehdit algılsa öfkelenme eğilimindedir ve bu duruma tepki verme veya önlem alma çabası gösterir (Yöndem ve Bıçak, 2008).

İnsanların öfkeyi dışa vurarak davranışlarla başa çıkma eğilimi, karşılaşılan sorunlardan uzaklaşma ve rahatsızlık düzeyinin azalmasına yardımcı olabilmektedir. Öfkenin davranışları etkileme biçimi, yapılan uyarıların algılanmasına, zihinsel değerlendirmeye ve öfkenin yoğunluğuna bağlı olarak değişiklik göstermektedir. Genetik çeşitlilikle ilişkili olarak, bazı insanlar öfke duygusunu içlerinde tutarken diğerleri ise dışa vurmayı tercih edebilmektedir. Öfke duygusunun deneyimlendiği durumlarda, en yaygın görülen davranışlar öfkenin içe atılması ve öfkenin kaynağına olumlu veya olumsuz tepki verilmesidir. Bireylerin tepkileri genellikle aile ve çevreleri tarafından etkilenecek

şekillenmektedir. Öfke duygusu, ortaya çıkarken ve yaşanırken birçok değişkeni içermektedir (Özmen, 2006).

2.4.1. Öfkenin Nedenleri

Bireyler, topluma uyum sağlayabilmek için sosyal ilişkilerini ve davranışlarını geliştirmek zorundadırlar. Bu konuda eksiklik veya yetersizlik yaşayan bireyler genellikle kızgınlık, öfke ve şiddet eğilimli davranışlar sergileyebilirler (Kanoğlu, 2008).

İnsanlar genellikle karşılarında öfkeli birini görmek istemezler çünkü onların öfkeli olduğunu görmek rahatsız edicidir. Bu durumda kendilerine karşı öfkeli olan kişilere karşı da gergin hissedebilirler ve bu da onların kendi öfkelerini tetikleyebilir. Öfkenin ortaya çıkışının birden fazla nedeni olabileceğini fark ediyoruz (Öztürk, 2012). Öfkenin sebepleri arasında; kayıplar, tehditler, korkular, engellenme, incinme, hayal kırıklıkları ve reddedilme gibi birçok faktör rol oynayabilir (Özmen, 2006).

Bireyler herhangi bir olaya farklı tepkiler verme kapasitesine sahiptir. Öfkeye neden olan durumlara ilişkin olarak, literatürde, engellenmiş planlara %52 oranında, küçümseyici duruma düştüklerinde ve öz saygıları zarar gördüğünde %20,9 oranında, aile içi ilişkilerde ortaya çıkabilecek sorunlara ise %12,7 oranında öfkeli oldukları ifade edilmiştir (Öztürk, 2012). Araştırmalar, bireylerde en yaygın öfkeye neden olan durumun engellenme olduğunu göstermektedir (Averill, 2001). Günlük yaşamda karşılaşılan engellemeler, bireylerde öfke duygusuna yol açmakta ve bu durumda öfkeyi kontrol etme konusunda zorluklar ortaya çıktığında saldırganlık sergileyebilmektedir (Kesen, Deniz ve Durmuşoğlu, 2007).

İnsan yaşamının her aşamasında farklı durumlara tepki olarak ortaya çıkan bir duygu olan öfke, geniş bir yelpazede görülebilmektedir. Örneğin, süt çocuklarında herhangi bir hareket kısıtlaması öfkeye sebep olabilirken, çocukluk döneminde belirli kuralların getirilmesi veya okul başarısızlığı da öfkeye yol açabilmektedir (Ulu, 2011). Törestad'ın yaptığı bir çalışmada, bireylerin öfkelenmelerine oranla en çok neden olan durumların zorbalık, iftiraya uğrama, aşağılanma, hoş olmayan davranışlarla karşılaşma, birey ile alay edilme ve dalga geçilme, engellenme, kişiler arası çatışma, fiziksel taciz ve saldırıya maruz kalma, kişisel eşyaların zarar görmesi veya çalınması olduğu belirtilmiştir (Törestad, 1990).

2.4.2. Öfke İfade Ediliş Şekilleri

Öfkenin ifade edilme tarzı, sosyokültürel özellikler, yaş, cinsiyet ve eğitim durumu gibi faktörlere bağlı olarak değişebilir. Daha önce belirtildiği gibi, öfke kavramı olumsuz olarak ele alınsa da uygun bir şekilde ifade edildiğinde olumlu ve sağlıklı bir duygu olabilir. Öfkenin ifade edilişi; öfkeyi içe yöneltme, öfkeyi dışa yöneltme ve öfke kontrolü olmak üzere üç başlık altında incelenebilir (Albayrak ve Kutlu, 2009; Özer, 1994b; Zorlu, 2017).

2.4.2.1. Öfkenin İçe Yönelmesi

Öfke bastırma, bireylerin içsel olarak hissettikleri öfkeyi ve bu duyguya bağlı düşünceleri kontrol altında tutma çabasıdır. Bu süreçte, insanlar öfkeyi bastırdıkları için bu duygudan haberdar olmayabilirler. Eğer öfkenin kaynağı, bireyin sevdikleriyle ilgili ise, bu duyguyu bastırmak daha kolay olabilir çünkü zarar görmesini istemedikleri kişi ile ilişkilidir (Bridewell ve Chang, 1997).

Öfkenin bastırılması veya içte tutulması veya öfkenin kendi içinde olduğunun fark edilmesi durumunda, öfke duygusunun işlevini kaybettiği bilinmektedir. Öfkesini içinde tutan insanlar, tepkilerini dolaylı yollardan ortaya koyarlar. Öfkeli insanlar, kızmış bir şekilde, yüz ifadeleriyle veya sessiz kalarak duygularını ifade etmeyi tercih ederler. Eğer öfke duygusu sürekli olarak içte tutulursa, psikolojik veya fizyolojik sağlık sorunlarına yol açabilir. İnsanlar, içlerinde hissettikleri üzüntü ve acıdan ötürü intihar eğilimine girebilirler (Goulston ve Goldberg, 2003).

Öfkenin içine atılıp kontrol edilmesi o an için yapıcı bir durum gibi görünebilir, ancak gerçek sorunun kaçırıldığı unutulmamalıdır. Bastırılmış öfkenin en yaygın ifade biçimi pasif saldırganlık olur. Öfke duygusu pasif bir şekilde yaşanır ve öfke gizlenir. Öfkeyle dolu kişi kendini kullanılmış hisseder, fakat bunu paylaşmak yerine öfkesini içine atmayı tercih eder (Spielberger, 1983).

2.4.2.2. Öfkenin Dışa Yönelmesi

Öfkenin sözel ve davranışsal olarak engellenmeden dışa vurulması durumunda kişi, öfkesini ifade etmiş olur. Öfkeyi açığa vuran bireyler, bu sayede bedende yarattığı stres ve sıkıntıdan da kurtulabilir, bu da onların faydasıdır. İnsanlar genellikle öfkelerini saldırgan davranışlarla dışa vururlar çünkü bu en kolay yoldur. Bireyler, kendilerini tehdit altında hissettiklerinde veya engellendiklerinde kendilerini savunmak amacıyla saldırgan davranışlar sergileyebilirler. Tehlikede olduklarını hissettiklerinde ve korunmaya karar

verdiklerinde fiziksel tepki vererek öfke duygusunu tetikleyebilirler. Eğer bir kişi sürekli olarak öfkesini saldırgan davranışlarla ifade ederse, bu durum ailesi ve yakın çevresiyle birçok soruna sebep olabilir (Westen, 1996).

2.4.3. Öfkenin Boyutları

Öfke duygusunun incelenmesi sırasında, bilişsel, fiziksel ve davranışsal yönleri ayrı ayrı ele alınmıştır. Fizyolojik açıdan incelendiğinde, öfke sırasında salgılanan hormonal ve sinirsel bağışıklıklara bağılı olarak insan vücudunda birtakım değışiklikler gözlemlenir. Beynin hipotalamusu tarafından uyarılmasıyla, öfke duygusu davranışları etkilemeye başlar. İnsan vücudu, öfkeyi dışa vurarak eski fizyolojik ve duygusal durumuna geri dönmeyi ister. Beynin hipotalamusunun aşırı uyarılması durumunda, fizyolojik sağıık problemleri ortaya çıkabilir (Yılmaz, 2004).

Öfke duygusu bilişsel açıdan incelendiğinde, tanımların kişisel yorumunun ön planda olduğı görölmektedir. İnsanın dışardan gelen uyarıları zihinsel olarak değıerlendirdiğı zaman, sözlü veya fiziksel herhangi bir tehdit algıladığıında öfkelenir ve bu duruma tepki göstermek veya önlem almaya çalışır (Yöndem ve Bıçak, 2008).

Öfkenin dışa vurulması, insanların karşılaştıkları sorunlardan uzaklaşmalarına ve rahatsızlık düzeylerinin azalmasına yol açabilir. Öfke duygusunun davranışlara etkisi, kişinin uyarıları nasıl algıladığı, zihinsel olarak nasıl değıerlendirdiğı ve öfkenin şiddetine bağılı olarak değışiklik gösterir. Bu etkiler, genetik çeşitlilikle birlikte gelir; bazı insanlar öfkesini içlerinde tutabilirken diğerkleri dışa vurmayı tercih eder. Öfkenin yaşandığı durumlarda en yaygın görölen iki tepki öfkenin içinde tutulması veya öfkenin kaynağına yönelik tepkide bulunulmasıdır. Bu tepkiler genellikle kişinin ailesi ve çevresinden etkilenererek şekillenir. Öfke duygusu, içinde birçok değışkeni barındıran bir deneyimdir (Özmen, 2006).

2.4.4. Öfke Kontrolü

Bireylerde öfke aniden ortaya çıkabilir ve kısa sürede tartışmaların şiddetini artırabilir, bu nedenle kontrol etmek zor olabilir. Öfkenin uygun bir şekilde ifade edilmesi, bireyin isteklerini fark etmesi ve duygularını düşüncelerini açıkça ortaya koyarak karşısındaki kişiye zarar vermeden aktarması anlamına gelir. Aksi takdirde, öfke bastırılırsa veya uygun şekilde ifade edilmezse, birey başkalarına karşı kin ve düşmanlık besleyebilir ve bu da kontrolsüz bir şekilde öfkeyi dışa vurmasına yol açabilir (Özmen, 2004).

Öfke kontrolü, açığa çıkan öfkenin içte tutulması veya saldırgan davranışlar biçiminde dışa vurulması yerine sağlıklı bir şekilde ifade edilmesi veya kontrol edilmesi olarak tanımlanabilir (Kökdemir, 2004). Öfkenin kontrolsüz bir şekilde ortaya konması durumunda, iş hayatında ve sosyal ilişkilerde ciddi problemlere yol açabileceği vurgulanmaktadır (Akdeniz, 2007). Bir çalışmada sürekli öfke duygusu yaşayan ve öfkesini kontrol etmekte güçlük çeken öğrencilerin, öfkeyi bastırdıkları veya dışa vurdukları ve bunun sonucunda yalnızlık hissettikleri belirtilmiştir (Kaya vd. 2012).

Öfke kontrolünde temel amaç bireyin kendisine ve çevresine zarar vermeden, duygu ve düşüncelerini saldırganlıktan uzak, şiddet barındırmayacak şekilde ifade edebilmesidir (Kökdemir, 2004; Canpolat ve Atıcı, 2017; Lipman vd. 2006). Öfke kontrolü bir bakıma duygusal dengeyi sağlayan önemli bir işlevdir. (Bridewell ve Chang, 1997). Birey öfkesini kontrol edemez veya öfkesini görmezden gelirse saldırganlık davranışı gösterebilmektedir (Keskin 2019). Öfke kontrolü sağlamanın birinci adımı, öfke duygusunun doğal olduğunun farkına varmak, bireyin kendisine ve çevresinde bulunanlara karşı sağlıklı ve uygun bir biçimde ifade etmesini sağlamaktır (Adana ve Arslantaş, 2011; Tuna, 2012; Baltaş ve Baltaş, 2008).

2.4.4.1. Öfke Kontrol Yöntemleri

Öfkenin kişilerarası ilişkilerde zarara yol açabileceği ve yıkıcı etkiler yaratabileceği konusuna daha önce değinilmiştir (Brown ve Marshall, 2001). Bu nedenle, insanlar tarih boyunca çeşitli öfke kontrol yöntemleri geliştirmişlerdir. Öfkeyi tetikleyen olaylar karşısında genellikle bağırarak, kötü sözler söylemek, sakın ve sessiz kalmaya çalışmak gibi yöntemlere başvurulmuştur (Önem, 2010).

Öfke kontrolünü sağlamak için doğru yöntemlerin seçilmesi, bireyin kişiliği, yaşam tarzı ve günlük yaşamda olumsuz etkilere yol açmayacak faktörler göz önünde bulundurularak yapılmalıdır (Gizir ve Baran, 2003).

Öfke kontrol yöntemleri;

- “Bilişsel,
- Duygusal,
- Duyuşsal,
- İletişim
- Davranışsal boyutları içermektedir” (Gizir ve Baran, 2003).

Öfke kontrolü alanında yapılan çalışmalar incelendiğinde, genellikle bilişsel-davranışçı temellere dayalı yöntemlerin öne çıktığı görülmektedir (Deffenbacher vd., 2002; Williams vd., 2004). Bu yaklaşımlar, öfke yönetimi konusunda etkili olduğu ve özellikle ergenler üzerinde yapılan detaylı çalışmalarda kullanılabilirliğinin kanıtlandığı belirtilmektedir [Novaco, 2006; Sukhodolsky, 2004).

Genel olarak öfke kontrol yöntemleri; etkili iletişim problem çözme, bilişsel yeniden yapılandırma, mizah kullanma, gevşeme teknikleri ve çevreyi değiştirmektir.

2.4.4.1.1. Etkili iletişim

Öfke kontrolünü sağlamak için ilk ve en önemli adımlardan biri iletişim becerilerinin geliştirilmesidir (Tayfun, 2007). Bireyler tartışma sırasında öncelikle sakin kalmayı başarmalı ve iyi bir gözlemci olmalıdırlar. Anlatılmak istenenin temel noktasını anlamaya odaklanarak düşünmeden ilk tepkiyi vermek yerine sağlıklı iletişim kurmaya özen göstermelidirler (Sülün, 2013). İyi iletişimin ana unsurları arasında, bireylerin birbirlerine karşı anlayışlı ve saygılı olmaları, karşıdaki kişinin duygu ve düşüncelerini kabul ederek ona saygı göstermeleri bulunmaktadır (Yüksel, 2014).

İletişimde kullanılan empatik dil, bireylerin öfke durumlarını daha sağlıklı bir şekilde yönetmelerine yardımcı olabilir. Bu nedenle iletişimde kullanılan dil, bu süreçlerin başarılı bir şekilde ilerlemesi için oldukça önemlidir. Ben Dili ve Sen Dili, iletişimde sıkça kullanılan iki farklı yaklaşımdır. İletişim sırasında ben dili tercih edilmesi önerilir çünkü sen dili genellikle suçlayıcı ve yargılayıcı olabilir. Ben dili ise bireyin kendi duygu ve düşüncelerini karşı tarafa aktarmanın en etkili yoludur (Yüksel, 2014). Sen dili kullanmak, karşıdaki kişiyi incitebilir, kırabilir ve aşağılayıcı olabilir. Bu tür bir dil, genellikle karşıdakini savunmaya geçirebilir ve iletişimi daha da zorlaştırabilir. Öte yandan, ben dili bireyin kendi duygularını samimi bir şekilde ifade etmeye odaklanır (Acar, 2006). Ben dilinde amaç, bireyin duygularını ve düşüncelerini eleştiri veya tehdit içermeksizin ifade etmesini sağlamaktır. Bu yaklaşım, karşıdaki kişinin olumlu davranışlarını teşvik etmede etkili olabilir (Yüksel, 2014).

2.4.4.1.2. Problem çözme

Öncelikle öfkeye neden olan durumun belirlenmesi ve çözüm odaklı bir yaklaşım benimsenmesi önemlidir (Soykan, 2003). Bireyler bazen kaçınılmaz sorunlarla karşılaştıklarında öfkelenebilirler. Bu tür durumlarla karşılaşan bireylerin ilk olarak sorunun değiştirilip değiştirilemeyeceğini sorgulamaları gerekmektedir. Eğer sorun

değiştirilebilirse, çözüm yolları aranmalıdır. Değiştirilemeyen durumlar için ise sorunla yüzleşme ve kabullenme önemlidir. Çünkü çözüm getirmeyen yaklaşımların benimsenmesi durumunda birey çıkmaza girebilir ve öfkesi daha da artabilir. Bu nedenle öfke kontrolü için, öncelikle sorunun doğru bir şekilde tanımlanması ve bu soruna uygun çözüm yollarının araştırılması önemlidir (Gizir ve Baran, 2003).

2.4.4.1.3. Bilişsel yeniden yapılandırma

En basit ifadeyle bu yöntem, kişinin düşünme şeklini değiştirmesi anlamına gelir. Bir kişi öfkeli olduğunda, gerçek düşüncelerinden ziyade olayları abartır, yorumlar veya yansıtır. Bilişsel yeniden yapılandırma yöntemine göre, kişi düşüncelerinin farkına vararak ve onlara gerçek anlamlarını vererek onları işler. Sonuç olarak, kişi öfke uyandıran bir durumla karşılaştığında mantık sınırları içinde hareket etmeli, karşılaştığı sorunların geçici olduğunu hatırlamalı, duygu ve düşünceleri konusunda dengeli bir politika benimsemelidir (Gizir ve Baran, 2003).

2.4.4.1.4. Mizah kullanma

Mizah, olaylara veya durumlara farklı bir perspektiften bakmamızı sağlayarak öfkenin yoğunluğunu azaltabilir. Mizahın olduğu yerde öfkenin sonuçları daha az ciddi olur. Birey öfkesinin farkına vardıkdan sonra mizahtan yararlanma gibi yöntemlere başvurabilir (Gizir ve Baran, 2003). Freud ayrıca mizah kullanmanın öfkeyi azaltmanın iyi bir yolu olduğunu vurgulamıştır (Cüceloğlu, 2015). Burada üzerinde durulması gereken en önemli şey mizahı kullanırken rencide etmemeye dikkat etmektir (Aydoğan vd. 2020).

2.4.4.1.5. Gevşeme teknikleri

Öfkeli bir kişi o anda kendini huzursuz hissedebilir ve sağlıklı düşünemeyebilir. Aynı zamanda birçok soruna da neden olabilir. Bu gibi durumlarda hem fiziksel hem de ruhsal olarak olumsuz etkiler ortaya çıkabilmektedir. Bu noktada 'eğlence amaçlı uygulamalar' çok faydalı olabilir (Soykan, 2003). Gevşeme etkili ve etkili bir öfke yönetimi tekniğidir. Diyaframdan derin nefes almak vücudu sakinleştirir ve öfkenin sakinleşmesine yardımcı olur. Kişi nefes alırken göğüs değil karın kaslarını kullanmalı ve kendi kendine "Rahatla!" demelidir. "Sakin olun, sakin olun" gibi yorumlar yapmalı. Yoga gibi gevşeme egzersizleri de bir rahatlama biçimi olarak kullanılabilir (Öztürk, 2012). Hindistan'da öğrenciler için yapılan bir çalışmada, yoga yapan öğrencilerin öfke düzeylerinde önemli ölçüde azalma olduğu görülmüştür (Hendricks ve Aslina, 2013).

2.4.4.1.6. Çevreyi değiştirmek

Genel olarak öfke insanın yaşadığı her yerde ortaya çıkar. Kişi, çevresinde sorun yaratabilecek insanlardan ya da kaygılı hissettiğı ortamdan geçici olarak uzaklaşarak öfkesini kontrol altına almanın faydasını görebilir (Öztürk, 2012; Sülün, 2013).

2.4.5. Saldırganlık ve Öfke Arasında Bulunan İlişki

Öfkenin modern bir biçimi olan suç günümüzde araştırılmaktadır. Bir şeyin kişiye yönelik bir tehdit olarak algılanması durumunda öfke duygusu ortaya çıkar. Saldırgan davranışlar öfke duygusunun bir sonucu olarak ortaya çıkar (Balkaya, 2001). Öfke ve saldırgan davranışların miktarı kişiden kişiye değişir. İnsanların günlük yaşamda karşılaştıkları engeller öfkelenmelerine neden olur ve kontrolsüz öfkeye neden olabilmektedir.

Bireyin yaşı, eğitim düzeyi ve çevresi saldırganlık eğilimlerinin ortaya çıkmasını etkilemektedir. Öfke ve saldırganlık birbiriyle ilişkili olarak incelenmiştir. (Avarill, 1983'ten Akt. Mustafayeva, 2020) Törestad (1990) öfke duygusunun önceden planlı olarak ifade edilen durum değil; genellikle haksızlığa uğrama, küçümseme, engellenme gibi hoş olmayan durumlarda ifade edildiğini, Biaggio (1989) ise öfke duygusunun, bireyi, hoş olmayan uyarıcıları yok etmeye yönelik bir duygu" olduğunu ifade etmektedir (Akt. Mustafayeva, 2020).

Araştırmalarda düşmanlık ve saldırgan davranışların eşit olduğu görölmüştür. Düşmanlık, kişinin başkalarına karşı nefret duymasına ve başkalarını kötü görmesine neden olabilmektedir Berkowitz (1990), hostilete ve saldırgan davranışların dışa yöneltilen öfke sonucu ortaya çıktıkları sonucuna varmaktadır.

Saldırganlık ve öfke duyguları birbiriyle ilişkili olmasına rağmen öfke duygusu bağımsız bir duygudur. Öfke her zaman saldırgan davranışın temeli değildir. Örneğin profesyonel sporcuların maddi nedenlerden dolayı yaptıkları davranışların ardındaki temel neden öfke değildir (Berkowitz, 1990).

3. GEREÇ ve YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, farklı spor branşlarında antrenör olarak görev yapan bireylerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri bazı değişkenler bakımından inceleneceğinden dolayı nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modeli, “geçmişte ya da günümüzdeki bir durumu var olduğu şekliyle betimleyen, öğrenmenin gerçekleşmesi ve bireyde istenen davranışların gelişmesi için uygulanan süreçlerin tümüdür. Genel tarama modelinde, çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak için evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde tarama yapılmaktadır. İlişkisel tarama modeli, iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişimin varlığını belirlemeyi amaçlayan tarama yaklaşımına denir. İlişkisel tarama modelinde, değişkenlerin birlikte değişip değişmediği; değişme varsa bunun nasıl olduğu” saptanmaya çalışılır (Karasar, 2011).

3.2. Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini, aktif olarak görev yapmakta olan 316776 antrenörler oluşturmakta iken (shgm.gsb.gov.tr), araştırmanın örneklemi ise, kolay ulaşılabilir örnekleme yöntemi ile belirlenen, 403 antrenör oluşturmaktadır. Büyüköztürk ve arkadaşları (2014: 98), “500.000 sayılı bir evreni temsile, 0,05 anlamlılık düzeyi için 665 sayılı bir örneklem büyüklüğünün; 0,01 anlamlılık düzeyi için 384 sayılı bir örneklemin büyüklüğünün uygun olacağını” belirtmektedirler. Bu tanıma göre araştırmanın örneklem sayısının yeterli olduğu ve evreni temsile edebildiği görülmektedir. Kolay ulaşılabilir örnekleme ise araştırmaya hız ve pratiklik kazandırır ve araştırmacı yakın olan ve erişilmesi kolay olan bir durumu seçer ve örnekleme kişi sayısı istenen örneklem büyüklüğüne ulaşınca kadar devam eder Ural ve Kılıç 2006; Altunışık vd., 2005).

Tablo 3.1. Araştırmanın örneklemine ilişkin frekans analizi sonuçları

		N	%
Cinsiyet	Kadın	220	54.6
	Erkek	183	45.4
Yaş	21-30	229	56.8
	31-40	84	20.8
	41-50	76	18.9
	51 ve üzeri	14	3.5
Eğitim Düzeyi	Lise ve dengi	54	13.4
	Ön lisans	94	23.3
	Lisans	219	54.3
	Yüksek Lisans/Doktora	36	8.9
Gelir Düzeyi	Çok düşük	40	9.9
	Düşük	123	30.5
	Orta	181	44.9
	Yüksek	46	11.4
	Çok yüksek	13	3.2
Görev Yılı	1 yıldan az	143	35.7
	1-5 yıl	128	31.8
	6-10 yıl	85	21.1
	11 yıl ve üzeri	47	11.4
Spor Branşı	Bireysel Spor	170	42.2
	Takım Sportu	233	57.8
Daha önce lisanslı spor yapma	Evet	320	79.4
	Hayır	83	20.6
Lisanslı spor yapma süresi	1 yıldan az	56	13.9
	1-5 yıl	144	35.7
	6-10 yıl	104	25.8
	11 yıl ve üzeri	53	12.2
Mesleğinizi isteyerek mi seçtiniz?	Evet	373	92.6
	Hayır	30	7.4
Kendinizi nasıl bir kişilikte görüyorsunuz?	Duygusal	98	24.3
	Öfkeli	91	22.6
	Sakin	214	53.1

Tablo 3.2. Araştırmanın evren büyüklüğü

Kademeler	Erkek	Kadın	Genel Toplam
1.Kademe	153191	82618	235809
2.Kademe	36941	18712	55653
3.Kademe	15015	6614	21629
4.Kademe	2225	288	2513
5.Kademe	1079	93	1172
Genel Toplam	208451	108325	316776

Kaynak: shgm.gsb.gov.tr

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada, örneklem grubunun kişisel bilgilerini toplamak amacıyla araştırmacı tarafından kişisel bilgi formu hazırlanmış ve kullanılmıştır. Araştırmaya katılan antrenörlerin saldırganlık düzeyini belirlemek amacıyla Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği ve öfke düzeylerini belirlemek için Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği kullanılmıştır.

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmacı tarafından literatür incelenerek oluşturulan kişisel bilgi formu, “cinsiyet, yaş, eğitim düzeyi, gelir düzeyi, görev yılı, spor branşı türü, daha önce lisanslı spor yapma durumu, lisanslı spor yapma süresi, mesleğini isteyerek yapma durumu, kendini nasıl bir kişilikte gördüğü” şeklinde 10 sorudan oluşmaktadır.

3.3.2. Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği

Ölçek, Buss ve Perry (1992 yılında) tarafından geliştirilmiş olup 29 madde 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek daha sonra Buss ve Warren (2000 yılında) tarafından güncellenmiş ve 34 madde, 5 alt boyuta çıkarılmıştır. Ölçeğin 34 madde ve 5 faktörlü formu, Can (2002) tarafından uzmanlık tezi olarak Türkçe’ye uyarlanmış, ancak çalışma yayımlanmamıştır. Literatür incelendiğinde ölçeğin 29 maddelik 4 alt ölçekli formunun pek çok dile çevrilmiş olup daha yaygın bir şekilde kullanıldığı görülmüştür (108). Buss ve Perry’nin (1992) özgün çalışmalarında elde edilen ölçek iç tutarlılık katsayıları fiziksel saldırganlık için 0,85, sözel saldırganlık için 0,72, öfke için 0,83, düşmanlık için 0,77, toplam puan için 0,89’dur. Ölçeğin 29 maddelik formu, 2012 yılında Madran tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçeğin Türkçe formunun geçerlilik ve güvenilirlik çalışmasında özgün ölçekteki gibi dört faktörlü bir yapıyı destekleyen bulgulara ulaşılmış, Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları toplam puan için 0.85, fiziksel saldırganlık için 0.78, sözel saldırganlık için 0.48, öfke için 0.76, düşmanlık için 0.71 olarak hesaplanmıştır. Bu çalışmada yapılan

analiz sonuçlarına göre ise ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlılık katsayıları toplam puan için 0.71, fiziksel saldırganlık için 0.83, sözel saldırganlık için 0.57, öfke için 0.74, düşmanlık için 0.79 olarak hesaplanmıştır. Ölçeğin test-tekrar test güvenirliğini belirlemek için hesaplanan Pearson korelasyon katsayıları toplam puan için 0,97, sözel saldırganlık için 0,82; fiziksel saldırganlık için 0,98; öfke için 0,85; düşmanlık için 0,85 olarak bulunmuştur. Bu bulgular, ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğunu göstermiştir. Bu nedenle çalışmada da ölçeğin 29 maddelik özgün formu kullanılmıştır. BPSÖ 5'li likert tiptedir ve seçenekler “Kesinlikle Katılmıyorum (1 puan), Katılmıyorum (2 puan), Kararsızım (3 puan), Katılıyorum (4 puan) ile “Tamamen Katılıyorum (5 puan)” arasında yer almaktadır. Ölçeğin 9 ve 16 numaralı maddeleri ters kodlanarak puanlanmaktadır. Ölçekte 13, 8, 2, 11, 25, 16, 29, 22, 23 numaralı maddeler fiziksel saldırganlık alt ölçeğini; 27, 6, 21, 14, 4 numaralı maddeler sözel saldırganlık alt ölçeğini; 20, 24, 3, 26, 10, 15, 7, 17 numaralı maddeler düşmanlık alt ölçeğini; 19, 28, 1, 18, 9, 23, 12 numaralı maddeler ise öfke alt ölçeğini oluşturmaktadır. Ölçeğin orijinalinde, elde edilen puanın saldırganlığın derecelendirilmesinde kullanılabileceği belirtilmiştir. Bu sınıflamaya göre; ≤ 58 düşük saldırganlık düzeyini, 59-110 orta saldırganlık düzeyini, ≥ 111 yüksek saldırganlık düzeyini gösterir (116). Ölçekten alınabilecek en düşük puan 29, en yüksek puan 145'dir. Ölçeğin kısa formu için puan sınıflandırması yapılmamış olup, yüksek puanların yüksek saldırganlığı göstereceği belirtilmektedir.

3.3.3. Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği

Spielberger ve arkadaşlarının (1983) geliştirdiği ve Özer'in (1994) Türkçeye uyarladığı ölçek 34 maddeden oluşmaktadır. Ergen ve yetişkinlerin öfke düzeylerini belirlemek amacıyla hazırlanmıştır. Dörtlü likert tipi yanıtlar içermektedir ve Hiç:1, Tümüyle: 4 olmak üzere değerlendirmeler kullanılmaktadır (Özer, 1994). Maddeler öfkenin varlığı ile ilgili ölçüm yapar. İlk on madde, Sürekli Öfke alt boyutunun; 13, 15, 16, 20, 23, 26, 27 ve 31 Nolu maddeler içe öfke alt boyutunun; 12, 17, 19, 22, 24, 29, 32, 33 Nolu maddeler dışa öfke alt boyutunun 11, 14, 18, 21, 25, 28, 30, 34 Nolu maddeler öfke kontrol alt boyutunun maddeleridir (Savaşır ve Şahin, 1997). Sürekli Öfke alt boyutunda, kişinin nasıl hissettiğini; Öfke Tarz alt boyutunda ise, öfke davranışını ne yoğunlukta yaşadığını belirtmesi istenmektedir. Ölçeğin öfke tarz alt boyutuna ait maddeler rastgele bir dağılıma göre sıralanmıştır. Yine bu bölümde, “öfkeli olduğumda ya da kızdığımda” ortak tümcesi her üç maddede bir tekrarlanmaktadır (Özer, 1994). Sürekli Öfke 'den alınan yüksek puanlar, öfke düzeyinin, yüksek olduğunu; İç öfkenin yüksek puanları, öfkenin bastırıldığını;

Dışa öfkenin yüksek puanları, öfkenin kolay ifade edilebildiğinin; Öfke Kontrol' ün yüksek puanları, öfkenin kontrol altına alınabildiğinin göstergesidir (Özer, 1994; Savaşır ve Şahin, 1997; Spielberger, 1988). Güvenirlilik Çalışmaları İç Tutarlık: Tüm grup verilerinden alınan Cronbach Alfa değerleri tek tek hesaplanmıştır. Sürekli Öfke boyutu .79; Öfke kontrol boyutu .84; Dışa Vurulmuş Öfke boyutu .78 ve İç Öfke boyutu için .62 olarak hesaplanmıştır (Savaşır ve Şahin, 1997). Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına göre ise, Cronbach Alfa değerleri, İç Öfke alt boyutunda .68, Dışa Öfke alt boyutunda .73, Öfke Kontrol alt boyutunda .79 ve Sürekli Öfke alt boyutunda .81 olarak tespit edilmiştir.

3.4. Verilerin Toplanması ve Analizi

Araştırma verilerini toplanmadan önce, katılımcılara gönüllü onam formu imzalatılmış ve araştırmaya sadece gönüllü katılımcıların katılım göstermesi sağlanmıştır. Verilerin yüz yüze doldurulması sağlanarak ve ölçekler ile ilgili ön bilgilendirmeler yapılmıştır. Verilerin toplanmasının ardından veriler SPSS programına aktararak analizlerin yapılması sağlanmıştır.

Tablo 3.3. Verilerin çarpıklık basıklık katsayıları

	n	Çarpıklık	Basıklık
Fiziksel Saldırganlık	403	0.330	-0.472
Sözel Saldırganlık	403	0.157	-0.601
Düşmanlık	403	-0.44	-0.809
Öfke	403	-0.043	-0.627
Saldırganlık Ölçeği Toplam	403	-0.001	-0.548
İç Öfke	403	0.542	0.014
Dışa Öfke	403	0.744	-0.067
Öfke Kontrol	403	-0.203	-0.656
Sürekli Öfke	403	-0.632	-0.176

Verilerin normal dağılımını belirlemek amacıyla araştırmada kullanılan ölçeklerin alt boyutlarının basıklık ve çarpıklık değerlerine bakılmış ve değerlerin ± 2 aralığında olduğu tespit edilmiştir. Cooper-Cutting çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2 aralığında olmasını normallik açısından uygun bir durum olarak açıklarken, Büyüköztürk ise bu değerlerin ± 1 aralığında olmasının normallikten herhangi bir sapma olmaması olarak yorumlamaktadır. Ayrıca Kline (2016), çarpıklık katsayısının 3'ten, basıklık katsayısının ise 10'dan büyük olmamasının dağılımın normal olduğunu gösterdiğini belirtmiştir. (Akt. Uslu ve Yıldırım,

2021). Yapılan çalışmada verilerin çarpıklık-basıklık değerlerinin uç düzeylerde olmadığı ve normal dağılım eğrilerinde aşırı sapmalar olmadığı görüldüğü için parametrik testler uygulanmıştır. Antrenörlerin demografik özelliklerini betimlemek amacıyla frekans ve yüzde analizinden, iki grup karşılaştırılmasında “Bağımsız Örneklem T Testi”, ikiden fazla grup karşılaştırmasında ise “Tek Yönlü ANOVA” testinden, gruplar arasındaki farklılıkları ortaya koymak için Post Hoc, ele alınan değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla “Korelasyon Testi” uygulanmıştır. Anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak dikkate alınmıştır.



4. BULGULAR

Bu bölümde araştırma dahilinde toplanan verilere uygulanan analizler sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Tablo 4.1. Araştırmada kullanılan ölçeklere dair betimleyici istatistik sonuçları

	N	Min	Max	Ort	SS
Sözel Saldırganlık	403	5.00	25.00	12.17	4.71
Fiziksel Saldırganlık	403	9.00	45.00	20.46	8.43
Düşmanlık	403	8.00	40.00	19.60	7.92
Öfke	403	7.00	35.00	17.42	6.53
Saldırganlık Toplam	403	29.00	145.00	69.36	25.72
İçe Öfke	403	7.00	28.00	13.12	4.64
Dışa Öfke	403	8.00	32.00	14.61	5.82
Öfke Kontrol	403	8.00	32.00	19.13	6.63
Sürekli Öfke	403	10.00	40.00	18.42	7.28

Tablo 4.1’ de araştırma verilerine uygulanan betimleyici analizler sonucu elde edilen, ölçeklere ait değerler verilmiştir. Sözel saldırganlık alt boyutuna ait minimum değer, min=5.00, maksimum değer max=25.00; fiziksel saldırganlık alt boyutunda minimum değer min=9.00, maksimum değer max=45.00; düşmanlık alt boyutunda minimum değer min=8.00, maksimum değer max=40.00; öfke alt boyutunda minimum değer, min=7.00, maksimum değer max=35.00; saldırganlık toplam alt boyutunda ise minimum değer min=29.00, maksimum değer ise max=69.36 olarak tespit edilmiştir. İçe öfke alt boyutunda minimum değer min=7.00, maksimum değer max=28.00; dışa öfke ve öfke kontrol alt boyutlarında minimum değer min=8.00, maksimum değer max= 32.00; sürekli öfke alt boyutunda ise minimum değer min=10.00, maksimum değer ise 40.00 olarak tespit edilmiştir.

4.1. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Cinsiyet Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?

Tablo 4.2. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları

	Cinsiyet	n	X	Ss	t	p
Sözel Saldırganlık	Kadın	220	19.37	8.22	-2.860	0.04*
	Erkek	183	21.77	8.51		
Fiziksel Saldırganlık	Kadın	220	11.64	4.60	-2.510	0.01*
	Erkek	183	12.87	4.76		
Düşmanlık	Kadın	220	18.82	7.82	-2.170	0.03*
	Erkek	183	20.54	7.97		
Öfke	Kadın	220	16.83	6.52	-1.995	0.04*
	Erkek	183	18.13	6.49		
Saldırganlık Toplam	Kadın	220	66.41	25.57	-2.542	0.01*
	Erkek	183	72.91	25.52		
İçe Öfke	Kadın	220	12.48	4.58	-3.097	0.00*
	Erkek	183	13.90	4.62		
Dışa Öfke	Kadın	220	13.71	5.62	-3.448	0.00*
	Erkek	183	15.69	5.88		
Öfke Kontrol	Kadın	220	19.07	6.81	-0.188	0.85
	Erkek	183	19.20	6.43		
Sürekli Öfke	Kadın	220	17.28	7.22	-3.501	0.00*
	Erkek	183	19.79	7.12		

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçları incelendiğinde, saldırganlık ölçeği alt boyutlarının tamamı ve saldırganlık ölçeği toplam boyutu ile cinsiyet arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde, erkeklerin saldırganlık ölçeği alt boyutlarında ve toplam boyutunda skorlarının, kadınların skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Öfke kontrol ölçeği ile cinsiyet değişkeni arasında yapılan analiz sonuçlarına göre ise, içe öfke, dışa öfke, sürekli öfke alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak erkeklerin lehine anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir.

4.2. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Yaş Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?

Tablo 4.3. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile yaş değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları

	Yaş	n	X	Ss	F	p	Tukey HSD
Sözel Saldırganlık	21-30	229	20.09	8.38	1.333	.26	
	31-40	84	22.07	8.65			
	41-50	76	20.05	7.85			
	51 ve üzeri	14	19.21	10.35			
Fiziksel Saldırganlık	21-30	229	12.25	4.81	1.757	.15	
	31-40	84	12.90	4.70			
	41-50	76	11.25	4.17			
	51 ve üzeri	14	11.57	5.34			
Düşmanlık	21-30	229	19.31	8.17	1.282	.28	
	31-40	84	21.08	7.79			
	41-50	76	19.02	7.31			
	51 ve üzeri	14	18.64	7.61			
Öfke	21-30	229	17.17	6.82	.918	.42	
	31-40	84	18.45	6.69			
	41-50	76	17.17	5.29			
	51 ve üzeri	14	16.57	6.64			
Saldırganlık Toplam	21-30	229	68.48	26.39	1.363	.24	
	31-40	84	74.27	25.67			
	41-50	76	67.23	23.27			
	51 ve üzeri	14	66.07	26.91			
İçe Öfke	21-30	229	12.56	4.25	3.579	.01*	1<2*
	31-40	84	14.41	4.96			
	41-50	76	13.22	4.79			
	51 ve üzeri	14	14.14	6.53			
Dışa Öfke	21-30	229	14.01	5.51	2.622	.05*	1<2*
	31-40	84	15.96	5.78			
	41-50	76	14.69	6.22			
	51 ve üzeri	14	16.00	7.49			
Öfke Kontrol	21-30	229	18.55	6.93	1.951	.12	
	31-40	84	19.94	6.51			
	41-50	76	20.25	5.39			
	51 ve üzeri	14	17.64	7.83			
Sürekli Öfke	21-30	229	17.84	6.73	2.147	.09	
	31-40	84	20.00	7.20			
	41-50	76	18.10	8.39			
	51 ve üzeri	14	20.21	8.98			

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına göre antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı fakat öfke kontrol alt boyutlarından içe öfke ve dışa öfke alt boyutları ile yaş değişkeni arasında anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise içe öfke dışa öfke alt boyutunda 31

40 yaş aralığında bulunan antrenörlerin öfke düzeylerinin 21-30 yaş aralığında bulunan antrenörlerin öfke düzeylerinde yüksek olduğu görölmüştür.



4.3. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?

Tablo 4.4. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile eğitim düzeyi değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları

	Eğitim Düzeyi	n	X	Ss	F	p	Tukey HSD
Sözel Saldırganlık	Lise ve Dengi ¹	54	17.98	9.85	8.833	0.00*	1<2
	Ön Lisans ²	94	18.13	8.04			2<3
	Lisans ³	219	22.38	8.02			3>4
	Yüksek ⁴	36	18.58	6.72			
	Lisans/Doktora						
Fiziksel Saldırganlık	Lise ve Dengi ¹	54	10.59	5.34	11.508	0.00*	2<3
	Ön Lisans ²	94	10.55	4.22			
	Lisans ³	219	13.36	4.46			
	Yüksek ⁴	36	11.52	4.46			
	Lisans/Doktora						
Düşmanlık	Lise ve Dengi ¹	54	17.14	9.33	8.865	0.00*	3>1
	Ön Lisans ²	94	17.13	7.17			3>2
	Lisans ³	219	21.35	7.52			4>1
	Yüksek ⁴	36	19.08	7.41			4>2
	Lisans/Doktora						
Öfke	Lise ve Dengi ¹	54	15.11	7.65	9.968	0.00*	3>1
	Ön Lisans ²	94	15.46	6.02			3>2
	Lisans ³	219	18.96	6.18			3>4
	Yüksek ⁴	36	16.58	5.72			
	Lisans/Doktora						
Saldırganlık Toplam	Lise ve Dengi ¹	54	60.74	30.97	10.507	0.00*	3>1
	Ön Lisans ²	94	61.25	23.89			3>2
	Lisans ³	219	75.65	24.06			3>4
	Yüksek ⁴	36	65.25	22.02			1>4
	Lisans/Doktora						2>4
İçe Öfke	Lise ve Dengi ¹	54	11.87	4.48	4.990	0.00*	3>1
	Ön Lisans ²	94	12.04	5.07			4>1
	Lisans ³	219	13.74	4.21			4>2
	Yüksek ⁴	36	14.11	5.42			
	Lisans/Doktora						
Dışa Öfke	Lise ve Dengi ¹	54	13.44	6.21	4.644	0.00*	3>1
	Ön Lisans ²	94	13.09	6.11			3>2
	Lisans ³	219	15.41	5.39			4>1
	Yüksek ⁴	36	15.50	6.07			4>2
	Lisans/Doktora						
Öfke Kontrol	Lise ve Dengi ¹	54	16.37	7.05	5.472	0.00*	3>1
	Ön Lisans ²	94	18.42	6.61			3>2
	Lisans ³	219	20.17	6.35			3>4
	Yüksek ⁴	36	18.80	6.55			1>4
	Lisans/Doktora						4>2
Sürekli Öfke	Lise ve Dengi ¹	54	17.25	8.57	5.693	0.00*	3>1
	Ön Lisans ²	94	16.13	7.25			3>2
	Lisans ³	219	19.58	6.72			4>1
	Yüksek ⁴	36	19.08	7.14			4>2
	Lisans/Doktora						

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile eğitim düzeyleri arasında saldırganlık ölçeği alt boyutlarında anlamlı farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise lisans düzeyinde öğrenim gören antrenörlerin saldırganlık skorlarını en yüksek olduğu ve diğer eğitim düzeylerinin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca araştırmaya katılan antrenörlerin eğitim düzeyi ile öfke kontrol ölçeği alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde saldırganlık ölçeğinin sözel saldırganlık alt boyutunda ön lisans mezunlarının skorlarının lise ve dengi mezunlarının skorlarından, lisans mezunlarının skorlarının ise ön lisans ve yüksek lisans/doktora mezunlarının skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel saldırganlık alt boyutunda, lisans mezunlarının skorlarının ön lisans mezunu skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Düşmanlık alt boyutunda, lisans mezunlarının skorlarının lise ve dengi ve ön lisans mezunlarının skorlarından, yüksek lisans ve doktora mezunlarının skorlarının ise lise ve dengi ve ön lisans mezunu skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke alt boyutunda, lisans mezunu antrenörlerin skorlarının diğer mezuniyet derecelerinin skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Saldırganlık toplam boyutunda ise lisans ve yüksek lisans doktora mezunu antrenörlerin skorlarının diğer mezuniyet derecelerinin skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke kontrol ölçeğinin içe öfke alt boyutunda lisans mezunu antrenörlerin skorlarının lise ve dengi mezunlarının skorlarından, yüksek lisans ve doktora mezunlarının skorlarının ise lise ve dengi mezunu ile ön lisans mezunu antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dışa öfke alt boyutunda ise lisans mezunu antrenörlerin skorlarının lise ve dengi ile ön lisans mezunu antrenörlerin skorlarından, yüksek lisans ve doktora mezunu antrenörlerin skorlarının lise ve dengi ile ön lisans mezunu antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke kontrol alt boyutunda lisans mezunu antrenörlerin skorlarının lise ve dengi mezunları ile ön lisans mezunları skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu, yüksek lisans ve doktora mezunu antrenörlerin skorlarının ise diğer mezuniyet derecelerinden skorlarında anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sürekli öfke alt boyutunda ise lisans mezunu antrenörlerin skorlarını lise dengi ile ön lisans mezunu antrenörlerin skorlarından yüksek lisans ve doktora mezun antrenörleri skorlarının ise lise ve dengiyi mezunu ve ön lisans mezunu antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

4.4. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?

Tablo 4.5. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile gelir düzeyi değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları

	Gelir Düzeyi	n	X	Ss	F	p	Tukey HSD
Sözel Saldırganlık	Çok Düşük ¹	40	14.80	6.98	11.514	0.00*	3>1
	Düşük ²	123	18.57	8.41			4>1
	Orta ³	181	23.06	7.59			3>2
	Yüksek ⁴	46	19.97	8.75			
	Çok Yüksek ⁵	13	21.38	10.10			
Fiziksel Saldırganlık	Çok Düşük ¹	40	9.35	4.92	16.565	0.00*	3>1
	Düşük ²	123	10.73	4.46			3>2
	Orta ³	181	14.06	4.07			4>3
	Yüksek ⁴	46	11.06	4.63			4>1
	Çok Yüksek ⁵	13	12.15	5.11			
Düşmanlık	Çok Düşük ¹	40	13.97	7.34	14.569	0.00*	3>1
	Düşük ²	123	17.46	7.87			4>1
	Orta ³	181	22.36	6.88			3>2
	Yüksek ⁴	46	19.15	7.99			
	Çok Yüksek ⁵	13	20.38	8.98			
Öfke	Çok Düşük ¹	40	12.70	5.69	16.861	0.00*	1<3
	Düşük ²	123	15.46	6.32			1<4
	Orta ³	181	19.90	5.57			2<3
	Yüksek ⁴	46	17.23	7.19			
	Çok Yüksek ⁵	13	16.61	7.05			
Saldırganlık Toplam	Çok Düşük ¹	40	50.87	23.89	15.783	0.00*	2>1
	Düşük ²	123	62.17	25.83			3>1
	Orta ³	181	78.81	21.71			3>2
	Yüksek ⁴	46	67.21	26.10			3>4
	Çok Yüksek ⁵	13	70.38	29.69			4>1
İçe Öfke	Çok Düşük ¹	40	11.30	4.66	6.017	0.00*	3>1
	Düşük ²	123	12.02	4.81			5>1
	Orta ³	181	13.92	4.03			4>1
	Yüksek ⁴	46	13.89	4.81			
	Çok Yüksek ⁵	13	15.46	6.69			
Dışa Öfke	Çok Düşük ¹	40	13.12	4.64	6.004	0.00*	4>1
	Düşük ²	123	12.27	5.39			4<2
	Orta ³	181	13.20	6.05			5>1
	Yüksek ⁴	46	15.69	5.33			5>2
	Çok Yüksek ⁵	13	15.65	5.72			
Öfke Kontrol	Çok Düşük ¹	40	14.65	6.54	10.317	0.00*	2>1
	Düşük ²	123	18.27	6.83			3>1
	Orta ³	181	21.01	5.63			4>1
	Yüksek ⁴	46	18.82	7.13			3>2
	Çok Yüksek ⁵	13	16.00	7.47			5>1
Süreklili Öfke	Çok Düşük ¹	40	15.35	6.94	9.980	0.00*	1<3
	Düşük ²	123	16.25	7.63			1<4
	Orta ³	181	20.13	6.44			2<3
	Yüksek ⁴	46	19.56	7.29			
	Çok Yüksek ⁵	13	20.53	8.32			

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılan antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile gelir düzeyi değişkeni arasında saldırganlık ölçeği alt boyutları ve toplam boyutu ile öfke kontrol alt boyutlarında anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde saldırganlık ölçeğinin sözel saldırganlık alt boyutunda gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından ve gelir düzeyi düşük olan antrenörlere skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu, gelir düzeyi yüksek olan antrenörden skorlarından ise gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel saldırganlık alt boyutunda gelir düzeyi orta olan antrenörlere skorlarının gelir düzeyi çok düşük ve düşük olan antrenörleri skorlarından, gelir düzeyi yüksek olan antrenörlerin skorlarının ise gelir düzeyi çok düşük ve orta olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Düşmanlık alt boyutuna bakıldığında gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyleri çok düşük ve gelir düzeyleri düşük olan antrenörlerin skorlarından, gelir düzeyi yüksek olan antrenörleri skorlarının ise gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarında anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Saldırganlık ölçeği toplam boyutunda ise gelir düzeyi düşük olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından, gelir düzeyi orta düzeyi olan antrenörlerin skorlarını gelir düzeyi çok düşük düşük ve yüksek olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke kontrol ölçeğinin gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyi çok düşük ve düşük olan antrenörler skorlarından, gelir düzeyi çok yüksek olan antrenörlerin skorlarını gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından anlamda da bir yerde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dışa öfke alt boyutunda gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyi çok düşük ve düşük olan antrenörlerin skorlarından, gelir düzeyi yüksek olan antrenörlerin skorlarını ise gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke kontrol alt boyutunda gelir düzeyi düşük olan antrenörlerin gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından, gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarından gelir düzeyi çok düşük ve gelir düzeyi düşük olan antrenörlerin skorlarından, gelir düzeyi yüksek olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin

skorlarından, ve gelir düzeyi çok yüksek olan antrenörlerin skordardan gelir düzeyleri orta olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sürekli öfke alt boyutunda ise gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarını gelir düzeyi çok düşük ve düşük olan antrenörleri skorlarından, gelir düzeyi yüksek olan antrenörlere skorlarını ise gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir.



4.5. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Görev Yılı Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?

Tablo 4.6. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile görev yılı değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları

	Görev Yılı	n	X	Ss	F	p	Tukey HSD
Sözel Saldırganlık	1 Yıldan az	56	18.85	8.42	3.105	.02*	3>1
	1-5 Yıl	144	19.34	8.41			3>2
	6-10 Yıl	104	22.02	8.44			3>4
	11 yıl ve üzeri	53	19.01	6.08			
Fiziksel Saldırganlık	1 Yıldan az	56	11.17	4.83	3.691	.01*	4>3
	1-5 Yıl	144	11.75	4.84			
	6-10 Yıl	104	13.05	4.49			
	11 yıl ve üzeri	53	10.83	3.62			
Düşmanlık	1 Yıldan az	56	17.83	8.14	2.560	.055	
	1-5 Yıl	144	19.00	8.23			
	6-10 Yıl	104	20.92	7.72			
	11 yıl ve üzeri	53	18.24	5.97			
Öfke	1 Yıldan az	56	15.78	7.06	2.983	.03*	3>1
	1-5 Yıl	144	16.58	6.79			
	6-10 Yıl	104	18.57	6.14			
	11 yıl ve üzeri	53	16.90	4.61			
Saldırganlık Toplam	1 Yıldan az	56	63.21	26.90	3.452	.01*	3>1
	1-5 Yıl	144	66.41	26.40			3>2
	6-10 Yıl	104	74.35	24.58			3>4
	11 yıl ve üzeri	53	64.64	18.25			
İçe Öfke	1 Yıldan az	56	4.692	.62	.526	.66	
	1-5 Yıl	144	4.582	.38			
	6-10 Yıl	104	4.604	.45			
	11 yıl ve üzeri	53	4.875	.66			
Dışa Öfke	1 Yıldan az	56	14.17	5.87	1.351	.25	
	1-5 Yıl	144	14.16	5.92			
	6-10 Yıl	104	15.12	5.32			
	11 yıl ve üzeri	53	13.26	5.48			
Öfke Kontrol	1 Yıldan az	56	16.58	6.53	4.653	.00*	3>1
	1-5 Yıl	144	18.45	7.07			4>1
	6-10 Yıl	104	19.75	6.18			
	11 yıl ve üzeri	53	20.79	5.46			
Sürekli Öfke	1 Yıldan az	56	18.03	7.73	2.600	.052	
	1-5 Yıl	144	17.89	6.77			
	6-10 Yıl	104	19.22	7.17			
	11 yıl ve üzeri	53	15.94	6.30			

Araştırmaya katılan antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile görev yılı değişkeni arasında yapılan analiz sonuçlarına göre antrenörlerin saldırganlık düzeylerinin sözel saldırganlık fiziksel saldırganlık öfke ve saldırganlık toplam boyutunda görev yılı ile aralarında anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde Sözel saldırganlık alt boyutunda 6 ve 10 yıl süreyle görev yapan antrenörlerin skorlarının 1 yıldan az, 1-5 yıl ve 11 yıl ve üzeri yıldır görev yapan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek

olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel saldırganlık alt boyutunda 6-10 yıl süredir görev yapan antrenörleri skorlarını 11 yıl ve üzeri yıldır görev yapan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke alt boyutuna bakıldığında 6-10 yıldır antrenörlük yapanların skorlarını bir yıldan az süredir antrenörlük yapanları skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Saldırganlık toplam boyutunda ise 6-10 yıldır görev yapan antrenörleri skorlarının bir yıldan az, 1-5 yıl ve 11 yıl ve üzeri süredir antrenörlük yapanların skorlarından anlamlı derece yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke kontrol ölçeği alt boyutlarından öfke kontrol alt boyutunda 6-10 yıldır görev yapan antrenörlerin skorlarının bir yıldan az görev yapan antrenörlerin skorlarından 11 yıl ve üzeri yıldır antrenörlük yapanların skorlarını bir yıldan az görev yapanların skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

4.6. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Spor Branşı Türü Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?

Tablo 4.7. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile branş türü değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları

	Branş Türü	n	X	Ss	t	p
Sözel Saldırganlık	Bireysel Spor	170	20.03	8.41	-.0877	0.38
	Takım Sporu	233	20.78	8.44		
Fiziksel Saldırganlık	Bireysel Spor	170	12.12	4.77	-0.170	0.86
	Takım Sporu	233	12.21	4.67		
Düşmanlık	Bireysel Spor	170	19.30	7.98	-0.647	0.51
	Takım Sporu	233	19.82	7.90		
Öfke	Bireysel Spor	170	17.10	6.85	-0.829	0.40
	Takım Sporu	233	17.65	6.29		
Saldırganlık Toplam	Bireysel Spor	170	68.25	26.17	0.667	0.45
	Takım Sporu	233	70.18	25.41		
İçe Öfke	Bireysel Spor	170	13.22	4.69	0.370	0.71
	Takım Sporu	233	13.05	4.62		
Dışa Öfke	Bireysel Spor	170	14.80	5.70	0.553	0.58
	Takım Sporu	233	14.48	5.90		
Öfke Kontrol	Bireysel Spor	170	18.44	6.97	-1.779	0.07*
	Takım Sporu	233	19.63	6.35		
Sürekli Öfke	Bireysel Spor	170	18.54	7.15	0.289	0.77
	Takım Sporu	233	18.33	7.38		

Araştırmaya katılan antrenörlerin saldırganlık ve kontrol düzeyleri ile branş türleri arasında yapılan analiz sonuçlarına göre öfke kontrol alt boyutu olan öfke kontrol alt boyutunda anlamlı fark bulunduğu diğer öfke kontrol ölçeği alt boyutlarında ve saldırganlık ölçeği alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise öfke kontrol alt boyutunda takım sporu ile uğraşan antrenörlerin öfke

kontrol skorlarının bireysel sporlar ile ilgilenen antrenörlerin öfke kontrol skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür.

4.7. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Daha Önce Lisanslı Spor Yapma Durumu Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?

Tablo 4.8. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile lisanslı spor yapma değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları

	Lisanslı Spor	n	X	Ss	t	p
Sözel Saldırganlık	Evet	320	19.51	8.12	-4.554	0.00*
	Hayır	83	24.13	8.64		
Fiziksel Saldırganlık	Evet	320	11.70	4.58	-4.554	0.00*
	Hayır	83	14.01	4.76		
Düşmanlık	Evet	320	18.90	7.89	-3.631	0.00*
	Hayır	83	22.30	7.51		
Öfke	Evet	320	16.85	6.52	-3.439	0.00*
	Hayır	83	19.59	6.12		
Saldırganlık Toplam	Evet	320	66.66	25.24	-4.234	0.00*
	Hayır	83	79.80	25.03		
İç Öfke	Evet	320	12.72	4.61	-3.473	0.00*
	Hayır	83	14.68	4.48		
Dış Öfke	Evet	320	13.93	5.57	-4.751	0.00*
	Hayır	83	17.25	6.02		
Öfke Kontrol	Evet	320	18.83	6.78	-1.955	0.72
	Hayır	83	20.30	5.91		
Sürekli Öfke	Evet	320	17.56	6.95	-4.772	0.00*
	Hayır	83	21.73	7.60		

Araştırma dahilinde yapılan analizler sonucunda antrenörlerin saldırganlık ölçeği alt boyutları ve toplam boyutu ile lisanslı spor yapma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Yine antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile lisanslı spor yapma durumları arasında iç öfke dış öfke sürekli öfke boyutlarında istatistiksel olarak anlamda bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise lisanslı spor yapmayan antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol skorlarının lisanslı spor yapan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür.

4.8. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Mesleğini İsteyerek Yapma Durumu Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?

Tablo 4.9. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile mesleğini isteyerek yapma değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları

	Mesleğini isteyerek yapma	n	X	Ss	t	p
Sözel Saldırganlık	Evet	373	20.30	8.49	-1.397	.16
	Hayır	30	22.53	7.40		
Fiziksel Saldırganlık	Evet	373	12.14	4.78	-.543	.66
	Hayır	30	12.53	3.64		
Düşmanlık	Evet	373	19.43	7.98	-1.482	.13
	Hayır	30	21.66	7.05		
Öfke	Evet	373	17.41	6.63	-.097	.92
	Hayır	30	17.53	5.21		
Saldırganlık Toplam	Evet	373	68.98	26.01	-1.062	.28
	Hayır	30	74.16	21.67		
İç Öfke	Evet	373	12.90	4.62	-3.396	.00*
	Hayır	30	15.86	4.12		
Dış Öfke	Evet	373	14.41	5.82	-2.543	.00*
	Hayır	30	17.20	5.18		
Öfke Kontrol	Evet	373	19.19	6.77	.880	.53
	Hayır	30	18.40	4.54		
Sürekli Öfke	Evet	373	18.16	7.23	-2.579	.01*
	Hayır	30	21.70	7.22		

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına göre antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile mesleğini isteyerek yapma değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunmadığı tespit edilirken antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile mesleğini isteyerek yapma değişkeni arasında öfke kontrol alt boyutlarından olan iç öfke dış öfke sürekli öfke alt boyutunda anlamlı bir fark bulundu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise mesleğini isteyerek yapmayanların öfke kontrol skorlarının ve mesleğini isteyerek yapanların skorlarından yüksek olduğu görülmüştür.

4.9. Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrol Düzeyleri Kendini Nasıl Bir Kişilikte Gördüğü Değişkenine Göre Anlamlı Farklılık Göstermekte Midir?

Tablo 4.10. Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile kendini nasıl bir kişilikte gördüğü değişkeni arasında yapılan analiz sonuçları

	Kişilik	n	X	Ss	F	p	Tukey HSD
Sözel Saldırganlık	Duygusal ¹	98	21.64	8.17	62.162	0.00*	2>1
	Öfkeli ²	91	27.21	6.54			2>3
	Sakin ³	214	17.05	7.33			1>3
Fiziksel Saldırganlık	Duygusal ¹	98	12.94	4.89	34.441	0.00*	2>1
	Öfkeli ²	91	15.01	3.78			2>3
	Sakin ³	214	10.61	4.33			1>3
Düşmanlık	Duygusal ¹	98	21.39	8.45	43.641	0.00*	2>1
	Öfkeli ²	91	24.65	5.38			1>3
	Sakin ³	214	16.63	7.25			2>3
Öfke	Duygusal ¹	98	18.47	6.85	47.315	0.00*	2>1
	Öfkeli ²	91	22.00	4.38			3>1
	Sakin ³	214	14.99	5.96			2>3
Saldırganlık Toplam	Duygusal ¹	98	74.19	26.10	57.484	0.00*	2>1
	Öfkeli ²	91	88.67	16.95			3>1
	Sakin ³	214	58.95	23.18			2>3
İçe Öfke	Duygusal ¹	98	13.46	4.24	41.188	0.00*	2>1
	Öfkeli ²	91	16.38	4.18			3>1
	Sakin ³	214	11.58	4.26			2>3
Dışa Öfke	Duygusal ¹	98	14.82	5.09	74.687	0.00*	2>1
	Öfkeli ²	91	19.89	4.88			3>1
	Sakin ³	214	12.28	4.96			2>3
Öfke Kontrol	Duygusal ¹	98	20.22	6.88	2.441	0.08	
	Öfkeli ²	91	19.46	4.33			
	Sakin ³	214	18.49	7.25			
Sürekli Öfke	Duygusal ¹	98	19.54	6.76	92.449	0.00*	2>1
	Öfkeli ²	91	25.18	5.65			3>1
	Sakin ³	214	15.03	5.83			2>3

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile kendine nasıl bir kişilikte gördüğü değişkeni arasında saldırganlık ölçeği alt boyutlarında ve toplam boyutunda istatistiki olarak istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Aynı şekilde öfke kontrol ölçeği ile kendini nasıl bir kişilikte gördüğü değişkeni arasında içe öfke dışa öfke sürekli öfke arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise saldırganlık ölçeği alt boyutlarında ve öfke kontrol ölçeği alt boyutlarında kendisini öfkeli bir kişilikte olarak tanımlayan bireylerin skorlarının kendisini duygusal ve sakın olarak tanımlayan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür

4.10. Antrenörlerin Öfke Kontrol Düzeyleri ile Saldırganlık Düzeyleri ile Lisanslı Spor Yapma Süresi Arasında Anlamlı Fark Var Mıdır?

Tablo 4.11. Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ve saldırganlık düzeyleri ile lisanslı spor yapma süreleri arasında yapılan analiz sonuçları

	Spor yapma süresi	n	X	Ss	F	p
Sözel Saldırganlık	1 yıldan az	56	18,85	8,42	,563	.21
	1-5 yıl	144	19,34	8,41		
	6-10 yıl	104	19,02	8,44		
	11 yıl ve üzeri	53	19,01	6,08		
Fiziksel Saldırganlık	1 yıldan az	56	11,17	4,83	,349	.64
	1-5 yıl	144	11,75	4,84		
	6-10 yıl	104	11,05	4,49		
	11 yıl ve üzeri	53	10,83	3,62		
Düşmanlık	1 yıldan az	56	18,83	8,14	,399	.57
	1-5 yıl	144	19,00	8,23		
	6-10 yıl	104	20,92	7,72		
	11 yıl ve üzeri	53	18,24	5,97		
Öfke	1 yıldan az	56	15,78	7,06	,742	.54
	1-5 yıl	144	16,58	6,79		
	6-10 yıl	104	17,57	6,14		
	11 yıl ve üzeri	53	16,90	4,61		
Saldırganlık Toplam	1 yıldan az	56	65,21	26,99	,749	.37
	1-5 yıl	144	66,41	26,43		
	6-10 yıl	104	64,35	24,58		
	11 yıl ve üzeri	53	64,64	18,29		
İçe Öfke	1 yıldan az	56	12,73	4,69	,841	.70
	1-5 yıl	144	12,84	4,58		
	6-10 yıl	104	13,47	4,60		
	11 yıl ve üzeri	53	12,73	4,87		
Dışa Öfke	1 yıldan az	56	14,17	5,87	,693	.48
	1-5 yıl	144	14,16	5,92		
	6-10 yıl	104	15,12	5,32		
	11 yıl ve üzeri	53	14,26	5,48		
Öfke Kontrol	1 yıldan az	56	18,58	6,53	,443	.62
	1-5 yıl	144	18,45	7,07		
	6-10 yıl	104	19,75	6,18		
	11 yıl ve üzeri	53	20,79	5,46		
Sürekli Öfke	1 yıldan az	56	18,03	7,73	,778	.59
	1-5 yıl	144	17,89	6,77		
	6-10 yıl	104	19,22	7,17		
	11 yıl ve üzeri	53	15,94	6,30		

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılan antrenörlerin lisanslı spor yapma süreleri değişkeni ile öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir.

4.11. Antrenörlerin Öfke Kontrol Düzeyleri ile Saldırganlık Düzeyleri Arasında Bir İlişki Var Mıdır?

Tablo 4.12. Antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında bir ilişkiye dair analiz sonuçları

		Fiziksel Saldırganlık	Sözel Saldırganlık	Düşmanlık	Öfke	Saldırganlık Toplam
	N	403	403	403	403	403
İçe Öfke	r	.676**	.633**	.716**	.660**	.723**
	p	.000	.000	.000	.000	.000
	N	403	403	403	403	403
Dışa Öfke	r	.753**	.655**	.651**	.689**	.739**
	p	.000	.000	.000	.000	.000
	N	403	403	403	403	403
Öfke Kontrol	r	.428**	.504**	.537**	.533**	.527**
	p	.000	.000	.000	.000	.000
	N	403	403	403	403	403
Sürekli Öfke	r	.797**	.709**	.721**	.759**	.803**
	p	.000	.000	.000	.000	.000
	N	403	403	403	403	403

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında, antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında bulunan ilişkiye dair yapılan korelasyon sonuçlarına göre antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre öfke düzeyinin yüksek olmasının saldırganlık düzeyini de yükselterek etkilediği sonucuna ulaşılabilir.

5. TARTIŞMA

Bu çalışmada, farklı spor branşlarında antrenör olarak görev yapmakta olan bireylerin, saldırganlık ve öfke kontrol düzeylerinin bazı değişkenler bakımından araştırılması amaçlanmıştır. Belirlenen amaç doğrultusunda yapılan analizler dahilinde elde edilen bulgular bu bölümde tartışılmıştır.

Yapılan çalışmada, saldırganlık ölçeği alt boyutlarının tamamı ve saldırganlık ölçeği toplam boyutu ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde, erkeklerin saldırganlık ölçeği alt boyutlarında ve toplam boyutunda skorlarının, kadınların skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Öfke kontrol ölçeği ile cinsiyet değişkeni arasında yapılan analiz sonuçlarına göre ise, içe öfke, dışa öfke, sürekli öfke alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında istatistiksel olarak erkeklerin lehine anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir.

Alan yazın incelendiğinde, antrenörlerin saldırganlık düzeyini araştıran çalışmaların azlığı dikkat çekmektedir. Farklı çalışmalara bakıldığında ise, Şenel ve Yıldız (2016) çalışmalarında spor bilimleri fakültesinde öğrenim gören ve aktif sporcu olan kadın sporcuların erkek sporculardan daha fazla sportmenlik eğilimine sahip olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Acet vd. (2016) yapmış oldukları çalışmada, judo antrenörlerinin cinsiyet değişkeni ile saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmadığını tespit etmişlerdir. Yine, Güllü ve Şahin (2018)' in milli güreşçiler üzerinde yaptıkları çalışmada erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre rakibe daha saygılı olduğunu tespit etmişlerdir. Mazer ve arkadaşlarının (2013) yapmış olduğu çalışmada, antrenörlerin sporculara sözlü saldırganlık davranışlarında bulundukları tespit edilmiştir. Wann ve arkadaşları (2003)' da antrenörlerin sporcularına karşı saldırganlık davranışları gösterdikleri ve öfke kontrolleri konusunda zorlandıkları tespit edilmiştir. Yine Alexandra ve arkadaşlarının (2015) yapmış oldukları çalışmada, basketbol antrenörlerinin sözel saldırganlıklarının yüksek olduğu ve basketbolcuların içsel ve dışsal motivasyonlarını olumsuz etkilediği sonucuna ulaşılmıştır. Saygının saldırganlığı önleyebilecek bir davranış olduğu düşünülmektedir. Alanyazında bulunan bu sonuçların kiminin bu çalışma bulgularını desteklediği kiminin ise desteklemediği görülmüştür.

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına göre antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunmadığı fakat öfke kontrol alt boyutlarından içe öfke ve dışa öfke alt boyutları ile yaş değişkeni arasında anlamlı fark bulunduğu tespit

edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise içe öfke dışa öfke alt boyutunda 31 40 yaş aralığında bulunan antrenörlerin öfke düzeylerinin 21-30 yaş aralığında bulunan antrenörlerin öfke düzeylerinden yüksek olduğu görülmüştür.

Alan yazın incelendiğinde, Acet vd. (2016) yapmış oldukları çalışmada, antrenörlerin yaşları ile sportmenlik yönelimleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığını tespit etmişlerdir. Sunay vd. (2021) Ankara ilinde farklı branşlarda faaliyet gösteren 404 antrenör üzerinde yaptıkları araştırmada yaş değişkenine göre, büyük olan antrenörlerin öfke kontrollerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kara vd. (2021) 83 karate antrenörü üzerinde yapmış oldukları çalışmada da öfke ifade stilleri ile yaş değişkeni arasında pozitif yönlü farklılıklar tespit edilmiştir. Stoner ve Spencer'ın (1987) farklı yaş gruplarında öfke düzeylerini inceledikleri çalışmada, orta yaşlı ve genç bireylerin, yaşlı bireylere göre daha yüksek öfke düzeylerine sahip oldukları bulunmuştur. Ayrıca alan yazında yaşı genç olan antrenörlerin daha olumsuz tavırlar sergiledikleri (Gül, 2015; Nakit, 2019; Parker, 2010), sonucuna ulaşan çalışmaların bulunduğu da tespit edilmiştir. Alanyazında bulunan bu sonuçların kiminin bu çalışma bulgularını desteklediği kiminin ise desteklemediği görülmüştür. Bu durumun, antrenörlerin kişilik durumlarının, yetişmiş oldukları aile ortamının ve mensubu oldukları branş türünden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile eğitim düzeyleri arasında saldırganlık ölçeği alt boyutları ve toplam boyutunda anlamlı farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise lisans düzeyinde öğrenim gören antrenörlerin saldırganlık skorlarını en yüksek olduğu ve diğer eğitim düzeylerinin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca araştırmaya katılan antrenörlerin eğitim düzeyi ile öfke kontrol ölçeği alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde saldırganlık ölçeğinin sözel saldırganlık alt boyutunda ön lisans mezunlarının skorlarının lise ve dengi mezunlarının skorlarından, lisans mezunlarının skorlarının ise ön lisans ve yüksek lisans/doktora mezunlarının skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel saldırganlık alt boyutunda, lisans mezunlarının skorlarının ön lisans mezunu skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Düşmanlık alt boyutunda, lisans mezunlarının skorlarının lise ve dengi ve ön lisans mezunlarının skorlarından, yüksek lisans ve doktora mezunlarının skorlarının ise lise ve dengi ve ön lisans mezunu skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke alt boyutunda, lisans mezunu antrenörlerin skorlarının diğer mezuniyet

derecelerinin skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Saldırganlık toplam boyutunda ise lisans ve yüksek lisans doktora mezunu antrenörlerin skorlarının diğer mezuniyet derecelerinin skorlarından anlamlı düzeyde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca araştırmaya katılan antrenörlerin eğitim düzeyi ile öfke kontrol ölçeği alt boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulundu tespit edilmiştir. Sonuçlar incelendiğinde öfke kontrol ölçeğinin içe öfke alt boyutunda lisans mezunu antrenörlerin skorlarının lise ve dengi mezunlarının skorlarından, yüksek lisans ve doktora mezunlarının skorlarının ise lise ve dengi mezunu ile ön lisans mezunu antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dışa öfke alt boyutunda ise lisans mezunu antrenörlerin skorlarının lise ve dengi ile ön lisans mezunu antrenörlerin skorlarından, yüksek lisans ve doktora mezunu antrenörlerin skorlarının lise ve dengi ile ön lisans mezunu antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke kontrol alt boyutunda lisans mezunu antrenörlerin skorlarının lise ve dengi mezunları ile ön lisans mezunları skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu, yüksek lisans ve doktora mezunu antrenörlerin skorlarının ise diğer mezuniyet derecelerinden skorlarında anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sürekli öfke alt boyutunda ise lisans mezunu antrenörlerin skorlarını lise dengi ile ön lisans mezunu antrenörlerin skorlarından yüksek lisans ve doktora mezun antrenörleri skorlarının ise lise ve dengi mezunu ve ön lisans mezunu antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçlara göre, eğitim düzeyi arttıkça antrenörlerin öfke kontrolü konusunda daha da dikkatli olduklarını fakat saldırganlık skorlarının da aynı düzeyde arttığı görülmüştür. Buna sebep olarak, bilgilenme düzeyi artan antrenörün olumsuzluklar karşısında saldırganlık düzeyinin artmasına rağmen, öfke kontrolü konusunda da eğitim düzeyi gereği kendini geliştirdiği ve öfkesini kontrol edebildiği söylenebilir.

Alan yazın incelendiğinde, Balkaya ve Şahin, (2003), 14-50 yaş arası 756 kişilik bir örnekleme "çok boyutlu öfke ölçeği" geliştirme çalışması yapmıştır. Öfke ile eğitim düzeyi arasındaki ilişki incelendiğinde lise ve üniversite mezunlarının temel eğitim mezunlarına göre daha fazla öfke yaşadıkları ve öfkeye neden olan durumlardan daha fazla etkilendikleri belirlenmiştir (Aktaran Ekinci, 2013). İmamoğlu'nun (2003) öfke ve öfke ifade biçimleri ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmada öğretmen adaylarının sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ile anne ve babalarının eğitim durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Batıgün ve Şahin (2003), 4-62 yaş arasındaki bireyler üzerinde gerçekleştirdikleri araştırmada eğitim düzeyi düştükçe

bireylerin öfke/saldırganlık düzeylerinin ve dürtüsel davranış eğilimlerinin arttığı belirlenmiştir. Ayrıca literatüre bakıldığında yaşı genç olan antrenörlerin daha olumsuz tavırlar sergiledikleri (Gül, 2015; Nakit, 2019; Parker, 2010), sonucuna ulaşan çalışmaların bulunduğu da tespit edilmiştir. Alanyazında bulunan bu sonuçların kiminin bu çalışma bulgularını desteklediği kiminin ise desteklemediği görülmüştür.

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılan antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile gelir düzeyi değişkeni arasında saldırganlık ölçeği alt boyutları ve toplam boyutu ile öfke kontrol alt boyutlarında anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde saldırganlık ölçeğinin sözel saldırganlık alt boyutunda gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından ve gelir düzeyi düşük olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu, gelir düzeyi yüksek olan antrenörlerin skorlarının ise gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel saldırganlık alt boyutunda gelir düzeyi orta olan antrenörlere skorlarının gelir düzeyi çok düşük ve düşük olan antrenörleri skorlarından, gelir düzeyi yüksek olan antrenörlerin skorlarının ise gelir düzeyi çok düşük ve orta olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Düşmanlık alt boyutuna bakıldığında gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyleri çok düşük ve gelir düzeyleri düşük olan antrenörlerin skorlarından, gelir düzeyi yüksek olan antrenörleri skorlarının ise gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarında anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Saldırganlık ölçeği toplam boyutunda ise gelir düzeyi düşük olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından, gelir düzeyi orta düzeyi olan antrenörlerin skorlarını gelir düzeyi çok düşük düşük ve yüksek olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke kontrol ölçeğinin gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyi çok düşük ve düşük olan antrenörler skorlarından, gelir düzeyi çok yüksek olan antrenörlerin skorlarını gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından anlamda da bir yerde yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dışa öfke alt boyutunda gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyi çok düşük ve düşük olan antrenörlerin skorlarından, gelir düzeyi yüksek olan antrenörlerin skorlarını

ise gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke kontrol alt boyutunda gelir düzeyi düşük olan antrenörlerin gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından, gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarından gelir düzeyi çok düşük ve gelir düzeyi düşük olan antrenörlerin skorlarından, gelir düzeyi yüksek olan antrenörlerin skorlarının gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından, ve gelir düzeyi çok yüksek olan antrenörlerin skordan gelir düzeyleri orta olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sürekli öfke alt boyutunda ise gelir düzeyi orta olan antrenörlerin skorlarını gelir düzeyi çok düşük ve düşük olan antrenörleri skorlarından, gelir düzeyi yüksek olan antrenörlere skorlarını ise gelir düzeyi çok düşük olan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Genel olarak gelir düzeyi yüksek olan katılımcıların skorlarının yüksek olmasına sebep olarak, gelir düzeyinin yükselmesi sonucu, bireylerin özgüvenlerinin daha da artabileceği ve özgüvenin aşırı derece artmasının da saldırganlık ve öfke davranışlarını da arttırabileceği gösterilebilir.

Alan yazın incelendiğinde, Barsbuğa vd. (2022) yapmış olduğu araştırmada, antrenörlerin gelir düzeyi ile öfke kontrol düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığını tespit edilmiştir. Yöndem ve Bıçak (2008) öğretmen ve antrenör adaylarının öfke düzeylerini ve öfke tarzlarını bazı değişkenlere göre incelemiş ve araştırma sonucunda gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık bulunamamıştır. Literatürde incelenen çalışmalardan elde edilen sonuçların bu çalışma sonuçları ile zıtlık gösterdikleri görülmüştür. Sonuçlara bakıldığında, gelir durumu düşük olan antrenörlerin saldırganlık düzeylerinin daha yüksek çıkmasının kendisinin ve ailesinin maddi ihtiyaçlarını karşılayamamasının vermiş olduğu stresten kaynaklandığı söylenebilir.

Araştırmaya katılan antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile görev yılı değişken arasında yapılan analiz sonuçlarına göre antrenörlerin saldırganlık düzeylerinin sözel saldırganlık fiziksel saldırganlık öfke ve saldırganlık toplam boyutunda görev yılı ile aralarında anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde sözel saldırganlık alt boyutunda 6 ve 10 yıl süreyle görev yapan antrenörlerin skorlarının 1 yıldan az, 1-5 yıl ve 11 yıl ve üzeri yıldır görev yapan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Fiziksel saldırganlık alt boyutunda 6-10 yıl süredir görev yapan antrenörleri skorlarını 11 yıl ve üzeri yıldır görev yapan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir. Öfke alt boyutuna bakıldığında 6-10 yıldır antrenörlük yapanların skorlarını bir yılda az süredir antrenörlük yapanları skorlarından

anlamli derecede yu'ksek olduğu tespit edilmiştir. Saldırganlık toplam boyutunda ise 6-10 yıldır görev yapan antrenörleri skorlarının bir yıldan az, 1-5 yıl ve 11 yıl ve uzeri süredir antrenörlük yapanların skorlarından anlamli derece yu'ksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca fke kontrol ölçeğiyle görev süresi arasında yapılan analiz sonuçlarına göre öfke kontrol leği alt boyutlarında öfke kontrol alt boyutu ile görev süresi arasında istatistiksel olarak anlamli fark bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde öfke kontrol leği alt boyutlarından öfke kontrol alt boyutunda 6-10 yıldır görev yapan antrenörlerin skorlarının bir yıldan az görev yapan antrenörlerin skorlarından 11 yıl ve uzeri yıldır antrenörlük yapanların skorlarını bir yıldan az görev yapanların skorlarından anlamli derecede yu'ksek olduğu tespit edilmiştir.

Alan yazın incelendiğinde, Dalkılıç (2019) yapmış olduğu araştırmada, antrenörlerin görev süreleri ile öfke düzeyleri arasında anlamli bir fark bulunmadığını tespit etmiştir. Kara vd., (2021) toplamda 83 karate antrenörü uzerinde yapmış oldukları çalışmada da öfke ifade stilleri ile deneyim süresi açısından pozitif yönlü farklılıklar tespit edilmiştir. Barsbuğa vd. (2022) yapmış olduğu araştırmada, antrenörlerin görev yılı ile öfke kontrol düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamli bir fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Literatürde incelenen sonuçların, bu çalışmadan elde edilen sonuçları desteklediği grlmştir. Ayrıca çalışmadan elde edilen sonuçlara bakıldığında, görev süresi arttıkça saldırganlık düzeyinin artmasının, antrenörlerin öfke kontrol yetilerini zamanla kaybetmelerinden kaynaklandığı söylenebilir.

Araştırmaya katılan antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile branş türleri arasında yapılan analiz sonuçlarına göre öfke kontrol alt boyutu olan öfke kontrol alt boyutunda anlamli fark bulunduğu diğer öfke kontrol leği alt boyutlarında ve saldırganlık leği alt boyutlarında herhangi bir anlamli farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise bir kontrol alt boyutunda takım sporu ile uğraşan antrenörlerin eski kontrol skorlarının bireysel sporlar ile ilgilenen antrenörlerin öfke kontrol skorlarından anlamli derecede yu'ksek olduğu grlmştir. Alan yazın incelendiğinde, antrenörlerin saldırganlık düzeyini araştıran çalışmaların azlığı dikkat çekmektedir. Bu sebeple elde edilen sonuçların alan yazına güncel bir kaynak olarak katkıda bulunabileceğini göstermektedir.

Araştırma dahilinde yapılan analizler sonucunda antrenörlerin saldırganlık leği alt boyutları ve toplam boyutu ile lisanslı spor yapma durumları arasında istatistiksel olarak anlamli bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Yine antrenörlerin öfke kontrol

düzeyleri ile lisanslı spor yapma durumları arasında içe öfke dışa öfke sürekli öfke alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamda bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir skorlar incelendiğinde ise lisanslı spor yapmayan antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol skorlarının lisanslı spor yapan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür.

Alan yazın incelendiğinde, antrenörlerin saldırganlık düzeyini araştıran çalışmaların azlığı dikkat çekmektedir. Farklı çalışmalara bakıldığında, Üzüm vd. (2016) yapmış oldukları çalışmada, lisanslı spor yapan ve yapmaya bireylerin öfke kontrol düzeyleri arasında anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir. Yine farklı bir çalışmada, Certel ve Bahadır (2012) çalışmalarında, sporcuların, sürekli öfke, öfke içe ve öfke dışa yönelik puanları arasında anlamlı bir farklılık olmadığını bildirmişlerdir. Bu sonuçlar, çalışmadan elde edilen sonuç ile kısmen benzerlik göstermektedir. Sonuçlara bakıldığında, antrenör olmadan önce aktif olarak sporcu olmanın antrenörlük döneminde öfke kontrolüne yardımcı olduğu söylenebilir.

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına göre antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile mesleğini isteyerek yapma değişken arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunmadığı tespit edilirken antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile mesleğini isteyerek yapma değişken arasında öfke kontrol alt boyutlarından olan içe öfke dışa öfke sürekli öfke alt boyutlarında anlamlı bir fark bulundu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise mesleğini isteyerek yapmayanların öfke kontrol skorlarının ve mesleğini isteyerek yapanların skorlarından yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre, istenmeyerek maddi kaygılardan dolayı yapılan meslek ve işlerde saldırganlık düzeyinin daha yüksek olabileceği ve öfke kontrolünün daha zor olduğu söylenebilir. Ayrıca bu çalışmadan elde edilen sonuçların alan yazına güncel bir kaynak olarak katkıda bulunabileceğini düşünülmektedir.

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına bakıldığında antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile kendine nasıl bir kişilikte gördüğü değişkeni arasında saldırganlık ölçeği alt boyutlarında ve toplam boyutunda istatistiki olarak istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Aynı şekilde öfke kontrol ölçeği alt boyutları ile kendini nasıl bir kişilikte gördüğü değişken arasında içe öfke dışa öfke sürekli öfke düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise saldırganlık ölçeği alt boyutlarında ve öfke kontrol ölçeği alt boyutlarında kendisini öfkeli bir kişilikte olarak tanımlayan bireylerin skorlarının kendisini

duygusal ve sakin olarak tanımlayan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Bu sonuçlara bakılarak, kişilik durumunun saldırganlık ve öfke kontrolünü doğrudan etkilediği, sakin bir kişiliği olan antrenörlerin öfke kontrolünün daha iyi ve saldırganlık düzeyinin daha az olacağı, sinirli bir kişiliğe sahip antrenörlerin ise saldırganlık düzeylerinin daha fazla, öfke kontrol becerilerinin daha zayıf olabileceği söylenebilir. Ayrıca bu çalışmadan elde edilen sonuçların alan yazına güncel bir kaynak olarak katkıda bulunabileceğini düşünülmektedir.

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılan antrenörlerin lisanslı spor yapma süreleri değişkeni ile öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir.

Alan yazın incelendiğinde, antrenörlerin lisanslı spor yapma süreleri ile öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında bir ilişki bulunup bulunmadığını araştıran bir çalışmanın olmadığı görülmüş olup, elde edilen bu sonucun alan yazına katkıda bulunabileceği düşünülmektedir.

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına göre antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında bulunan ilişkiye dair yapılan korelasyon sonuçlarına göre antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre öfke düzeyinin yüksek olmasının saldırganlık düzeyini de yükselterek etkilediği sonucuna ulaşılabılır. Ayrıca, bu çalışmadan elde edilen sonuçların alan yazına güncel bir kaynak olarak katkıda bulunabileceği düşünülmektedir.

6. SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu çalışmada, farklı spor branşlarında antrenör olarak görev yapmakta olan bireylerin, saldırganlık ve öfke kontrol düzeylerinin bazı değişkenler bakımından araştırılması amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda yapılan araştırma sonucunda;

Araştırmaya katılan antrenörlerin cinsiyetleri ile saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılaşma bulunamazken, antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile cinsiyet değişkeni arasında erkeklerin lehine anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada yapılan analiz sonuçlarına göre antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark bulunmadığı fakat öfke kontrol öfke kontrol düzeyleri ile yaş değişkeni arasında anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir. Sonuç olarak 31-40 yaş aralığında bulunan antrenörlerin öfke düzeylerinin 21-30 yaş aralığında bulunan antrenörlerin öfke düzeylerinde yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırmada yapılan analiz sonuçlarına göre antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile eğitim düzeyleri arasında saldırganlık ölçeği alt boyutları ve toplam boyutunda anlamlı farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar bakıldığında ise lisans düzeyinde öğrenim gören antrenörlerin saldırganlık skorlarını en yüksek olduğu ve diğer eğitim düzeylerinin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Ayrıca araştırmaya katılan antrenörlerin eğitim düzeyi ile öfke kontrol ölçeği alt boyutlar ve toplam boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde lisans ve yüksek lisans doktora yapan antrenörlerin öfke kontrol skorlarının lise ve dengi ve önu lisans mezunu antrenörlerin öfke kontrol skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırmada yapılan analiz sonuçlarına göre araştırmaya katılan antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeyleri ile gelir düzeyi değişkeni arasında saldırganlık ölçeği alt boyutları ve toplam boyutu ile öfke kontrol ölçeği alt boyutlarında anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise gelir düzeyi daha yüksek olanları saldırganlık ve öfke kontrol skorlarının gelir düzeyi düşük olanlara göre daha yüksek olduğu görülmektedir.

Araştırmaya katılan antrenörlerin saldırganlık düzeylerinin sözel saldırganlık fiziksel saldırganlık öfke ve saldırganlık toplam boyutunda görev yılı ile aralarında anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Okullar incelendiğinde ise saldırganlık ölçeğinde 6-10 yıl arası süredir görev yapan antrenörlerin saldırganlık skorlarını diğer görev

sürelerine göre anlamlı derecede yüksek çıktığı görülmüştür. Ayrıca öfke kontrol ölçeğiyle görev süresi arasında kontrol ölçeği alt boyutlarında öfke kontrol alt boyutu ile görev süresi arasında anlamlı fark bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise öfke kontrol alt boyutunda ortaya çıkan anlamlı farkın 11 yıl ve üzeri süredir görev yapan antrenörlerin skorlarının “1 yıldan az” ve “1 ile 5 yıl” arasında görev yapan antrenörlerin skorlarında anlamda derecede yüksek çıkmasından kaynaklandığı görülmüştür.

Araştırmaya katılan öfke kontrol alt boyutu olan öfke kontrol alt boyutunda anlamlı fark bulunduğu diğer öfke kontrol ölçeği alt boyutlarında ve saldırganlık ölçeği alt boyutlarında herhangi bir farklılık bulunmadığı tespit edilmiştir.

Araştırma dahilinde yapılan analizler sonucunda antrenörlerin saldırganlık ölçeği alt boyutları ve toplam boyutu ile lisanslı spor yapma durumları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Yine antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile lisanslı spor yapma durumları arasında içe öfke dışa öfke sürekli öfke alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamda bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise lisanslı spor yapmayan antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol skorlarının lisanslı spor yapan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırmada yapılan analiz sonuçlarına göre antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile mesleğini isteyerek yapma değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunmadığı tespit edilirken antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile mesleğini isteyerek yapma değişkeni arasında öfke kontrol alt boyutlarından olan iki öfke dışa öfke sürekli öfke alt boyutlarında anlamlı bir fark bulundu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise mesleğini isteyerek yapmayanların öfke kontrol skorlarının ve seni isteyerek yapanların skorlarından yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırmada, antrenörlerin saldırganlık düzeyleri ile kendine nasıl bir kişilikte gördüğü değişkeni arasında saldırganlık ölçeği alt boyutlarında ve toplam boyutunda anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Aynı şekilde öfke kontrol ölçeği alt boyutları ile kendini nasıl bir kişilikte gördüğü değişkeni arasında içe öfke dışa öfke sürekli öfke düzeyi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılaşma bulunduğu tespit edilmiştir. Skorlar incelendiğinde ise saldırganlık ölçeği alt boyutlarında ve öfke kontrol ölçeği alt boyutlarında kendisini öfkeli bir kişilikte olarak tanımlayan bireylerin skorlarının kendisini

duygusal ve sakin olarak tanımlayan antrenörlerin skorlarından anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür.

Araştırma dahilinde yapılan analiz sonuçlarına göre, araştırmaya katılan antrenörlerin lisanslı spor yapma süreleri değişkeni ile öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmadığı tespit edilmiştir.

Araştırmada antrenörlerin öfke kontrol düzeyleri ile saldırganlık düzeyleri arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre öfke düzeyinin yüksek olmasının saldırganlık düzeyini de yükselterek etkilediği sonucuna ulaşılabilir.

Yapılan araştırmadan elde edilen sonuçlara bakılarak aşağıda bulunan öneriler dikkate alınabilir.

- Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeylerini inceleyen nitel çalışmaların sayısı artırılabilir.
- Antrenörlerin saldırganlık ve öfke kontrol düzeylerini inceleyen nicel çalışmaların sayısı artırılabilir.
- Antrenörlere bağlı bulundukları kurum bünyesinde saldırganlık ve öfke kontrolü üzerine hizmet içi eğitimler verilebilir.
- Sosyal medya aracılığı ile saldırganlık ve öfke kontrolü ile ilgili dikkat çekici reklam filmi, afiş vb. hazırlanarak bireylerin dikkatini çekerek farkındalık sağlanabilir.
- Mesleki deneyimi az ve mesleğini isteyerek yapmayan antrenörlere; öfke ile baş etme, öfke kontrol ile ilgili psikososyal eğitim programları düzenlenebilir.
- Sporda şiddet ve düzensizliğin önlenmesine dair kanun maddelerine saldırganlık ve öfke ile ilgili caydırıcı cezalar eklenebilir.
- Antrenörlük lisans bölümü müfredatına saldırganlık ve öfke kontrol ile ilgili ders eklenebilir.
- Antrenörler sporcu yetiştirirken, yaparak yaşayarak öğrenme metodu olan yaratıcı drama ile antrenman programı hazırlayabilirler.

7. KAYNAKLAR

- Acar, N. (2006). *Çocukla İletişim (Edt. Yıldız Kuzgun). İlköğretimde Rehberlik* (6. Basım). Ankara: Nobel Yayınları.
- Açıkada, C., & Ergen, E. (1990). *Bilim ve Spor. Ankara: Büro Tek Ofset Matbaacılık, (Spor Şurası 1990)* Sporda Eğitim ve Öğretim Komisyonu Raporu, Ankara (8-10).
- Adana, F., & Arslantaş, H. (2011). Ergenlikte Öfke ve Öfkenin Yönetiminde Okul Hemşiresinin Rolü, *ADÜ Tıp Fakültesi Dergisi*; 12 (1): 57-62.
- Akdeniz, M. (2007). *Öfke Kontrolü Eğitiminin Lise Öğrencilerinin Öfke Kontrolü Becerilerine Etkisi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi], Çukurova Üniversitesi.
- Akgün, N. (1989). *Egzersiz fizyolojisi*, (3. Baskı). I. Cilt, Ankara.
- Albayrak, B, & Kutlu, Y. (2009). Ergenlerde öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörler. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*; 2 (3): 57-69.
- Alexandra, B., Stefanos, P., & Vassilis, G. (2015). Verbal aggression in basketball: perceived coach use and athlete intrinsic and extrinsic motivation. *Journal of Physical Education and Sport*, 15(1), 96.
- Altunışık, R., Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S., & Yıldırım, E. (2005). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri: SPSS Uygulamaları* (4. Baskı) Sakarya: Sakarya Kitabevi.
- Amman. M.T., (2000). Spor Sosyolojisi. (Ed.: İkizler C.) *Sporda Sosyal Bilimler*, Bölüm 3, İstanbul: Alfa Yayınları.
- Atkinson, R.L., Atkinson, R.C., Smith, E.E., Bem, D.J., & Hoeksema, S.N. (2002). *Psikolojiye Giriş*. (Çev.Y. Alogan), Ankara: Arkadaş Yayınevi.
- Averill, J.R. (2001). Studies on anger and aggression: implications for theories of emotion. Edt. W. Garrod Parrot *Emotions in Social Psychology*. Psychology Press.
- Aydoğan, A., & Özkan, B. (2020). Öfke kavramı ve sağlık çalışanı olmak. *Türkiye Sağlık Araştırmaları Dergisi* 1(1), 14-22.
- Balcioğlu, Y., Yildirim, E., & Balcioğlu, İ. (2016). Spor bilimleri alanında öfke duygusu ve saldırganlığın farklı açılardan değerlendirilmesi, *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi* 6/1; 1-9
- Balkaya, F, & Şahin, N.H. (2003) Çok boyutlu öfke ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3): 192-202.
- Balkaya, F. (2001). *Çok boyutlu öfke envanterinin geliştirilmesi ve bazı septom gruplarındaki etkisi* [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.

- Baltaş, A. & Baltaş, Z. (2008). *Stres ve Başa Çıkma Yolları*, 13. Baskı. İstanbul: Remzi Kitabevi: 152-195.
- Barsbuğa, Y., Halvacıay, B., & Sarı, O. (2022). Eskrim antrenörlerinin öfke ifade tarzlarının incelenmesi. *Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi.1*: 61-66,
- Batıgün, D. A., & Sahin, H. N. (2003). Öfke, dürtüsellik ve problem çözme becerilerinde yetersizlik gençlik intiharlarının habercisi olabilir mi? *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 37-52.
- Baumann, S. (1994). *Uygulamalı Spor Psikolojisi*. (Çev.İkizler, C. Özcan, A. O.). İstanbul: Alfabasın Yayın Dağıtım.
- Bayram, Y. (2012). *Spor Yapan ve Yapmayan 14-18 Yaş Grubu Öğrencilerin Saldırganlık Tutumlarının İncelenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Dumlupınar Üniversitesi.
- Berkowitz, L. (1990). On the formation and regulation of anger and aggression. *American Psychologist*, April; 494-5039.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and LOSS*. New York: Basic Books.
- Bridewell, W. B., & Chang, EC. (1997). Distinguishing between anxiety, depression, and hostility: Relations to anger-in, anger-out, and anger control. *Personality and Individual Differences*; 22(4), 587-590.
- Brown, J. D., & Marshall, M. A. (2001). Self-Esteem and emotion. *Some Thoughts About Feelings Personality and Social Psychology Bulletin*; 5, 575-584.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz Ş. ve Demirel, F. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*, 18.Baskı, Ankara: PEGEM Akademi.
- Canpolat, M, & Atıcı, M. (2017). Öfke kontrolü programının ortaokul öğrencilerinin öfke kontrolü becerilerine etkisi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 7: 87-98.
- Certel, Z. & Bahadır, Z. (2012). Takım sporu yapan sporcularda benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarz ilişkisinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2),157-164.
- Christoforidis, C., Kalivas, V., Matsouka, O., Bebetos, E., & Kambas, A. (2010). Does gender affect anger and aggression in handball players? *The Cyprus Journal of Sciences*, 8, 3- 11.
- Cüceloğlu, D. (1997). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Cüceloğlu, D. (2015). *İnsan ve Davranışı*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

- Çelik, H. (2006). *Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin saldırganlık tepkileri bağlanma tarzları ve kişiler arası semalarının incelenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Çobanoğlu, Ş (2005). *Mobbing, İşyerinde Duygusal Saldırı ve Mücadele Yöntemleri*. İstanbul: Timaş Yayınları
- Dalkılıç, M. (2019). Sürekli öfke: Antrenörlerin öfke ifade tarzları. *Journal of International Social Research* 12(68).
- Deffenbacher, J.L., Dahlen, E.R., Lynch, R.S., Morris, C.D., Gowensmith, W.N., (2002). An application of Beck's cognitive therapy to general anger reduction. *Cognitive Therapy and Research*; 24, 689- 697.
- Deptula, D.R & Cohen, R. (2004). Aggressive, rejected, and delinquent children and adolescents: a comparison of their friendships. *Aggression And Violent Behavior*, 9, 75–104.
- Dervent, F. (2007). *Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri ve Sportif Aktivitelere Katılma İlişkisi* [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Dever, A., & Bulut, E. Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Araştırılması: Ordu Üniversitesi Örneği. *Munzur Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 5(10), 45–56.
- Doğan, B. & Moralı, S. (1996). Futbolda seyirci taşkınlıkları ve bunun altında yatan psiko-sosyal nedenler. *Futbol Bilim ve Teknolojileri Dergisi*, 2(4),19-24.
- Ekinci, N. (2013). *Öğretmenlerin öfke ifade tarzları ile tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.
- Erden, N. K. (2007). *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Öğretmenlik Bölümleri Birinci Öğretim Son Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Türleri* [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Abant İzzet Baysal Üniversitesi.
- Ergül, A. (2009). *Bir Grup Süreci Olarak Akran Zorbalığı Katılımcı Rolü Gruplarında Tepkisel Amaçlı Saldırganlık ve Toplumsal Konum*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Eripek, S. (1993). *Spor Psikolojisi*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları
- Esentürk, O. (2014). *Lise Düzeyinde Öğrenim Gören ve Okullararası Spor Müsabakalarına Katılan Sporcu Öğrencilerin Güdülenme ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.

- Fişek, K. (1998). *Türkiye 'de ve dünya 'da spor yönetimi*. Ankara: Bağırhan Yayinevi.
- Gentry, W. D. (2007). *Anger for dummies*. Indiana: Wiley Publishing.
- Gizir, Z. ve Baran, G. (2003). Anaokuluna Devam Eden Dört-Beş Yaş Çocuklarında Sosyal Davranışların Gelişimi ile Benlik Saygısı Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2 (25), 118-133.
- Goulston, M. & Goldberg, P. (2003). *Kendi yolunuzdan çekilin* (B. Çelik & İ. Özyayla, Çev.). İstanbul: Sistem Yayıncılık
- Güçlü, S. (2005) *Kurumlara sosyolojik bakış*. İstanbul: Birey Yayıncılık.
- Gül, M. (2015). *Türkiye'de Güreş Antrenörlerinin Sporcularına Karşı Davranış Tarzlarının Analizi*. [Basılmamış doktora tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Gülbaktı, E. (2017) *Özel Eğitim Gereksinimli Çocukların Saldırganlık Düzeyleri ile Bu Süreçte Annelerin Eşlerinden Gördükleri Desteğin incelenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Beykent Üniversitesi.
- Güllü, S. ve Şahin, S. (2018). Milli güreşçilerin sportmenlik yönelim düzeyleri üzerine bir araştırma. *Turkish Studies*. 13(18), 705-718.
- Gümüşdağ, H., & Yıldırım, M. (2018). *Spor bilimlerde çocuklarda motor gelişim*. (1.Baskı). Ankara. Nobel Yayınları.
- Gür, H. (1992). Değişik tip aktiviteler yapan sporcularda koşu bandında yapılan maksimal ve submaksimal test sonuçlarının değerlendirilmesi ve sonuçlarının 5 km koşusunun başarısıyla olan ilişkisi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2).
- Hazar, M. (1996). *Beden eğitimi ve sporda oyunla eğitim*. Ankara: Tutubay Yayınları.
- Hendricks, L, Aslina, D. (2013). Öfkenin beyin ve vücut üzerindeki etkileri. *Natl, ForumJ. Kons. Bağımlı*, 2, 1- 12.
- <https://shgm.gsb.gov.tr/Sayfalar/175/105/Istatistikler>. Erişim Tarihi: 17.07.2024
- İmamoğlu, S. (2003). *Öğretmen adaylarının öfke ve öfke ifade tarzları ile bağlanma stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Marmara Üniversitesi.
- Kabak, F. (2009). *Ergenlerde spora katılımın saldırgan davranışlar üzerine etkilerinin incelenmesi* [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Çukurova Üniversitesi.
- Kanoğlu, E. (2008). *Lise Öğrencilerinin Öfke Düzeyleri ve Öfke İfadelerinin İncelenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.

- Kara, M., Kara, N. Ş., & Çetin, M. Ç. (2021). The relationship between karate trainers' continuous angry and angry expressions and levels of cognitive flexibility. *Uluslararası Bozok Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 1-12.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Karayılmaz, A., (2006). *Amatör Küme Futbolcularını Saldırganlığa İten Psiko-Sosyal Nedenler (Zonguldak Süper Amatör Lig Örneği)*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Sakarya Üniversitesi.
- Kaya, N. Ç., (2006). Taşınmalı Eğitim Programındaki İlköğretim Öğrencilerinin Durumları: Silopi Köyleri Örneğinde Bir Sosyal Değerlendirme. *Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi Dergisi*, 46(2), 105–116.
- Kaya, N., Kaya, H., Yalçın-Atar, N., Turan, N., Eskimez, Z., & Palloş A, (2012). Hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin öfke ve yalnızlık özellikleri. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 9, 18-26.
- Kerr, J. H., (2008). A critique of the development of the competitive aggressiveness and anger scale. *Psychology of Sport and Exercise*, 9, 721-728.
- Kesen, N. F., Deniz, M. E., & Durmuşoğlu, N. (2007). Ergenlerde Saldırganlık ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişki: Yetiştirme Yurtları Üzerinde Bir Araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17, 353-364.
- Keskin, Ç. (2019). Üniversite Öğrencilerinin Öğrenilmiş Çaresizlik Düzeyleri ile Anksiyete, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.
- Koruç, Z., Bayar, P. & Arslan, F. (2004). *Türkiye’de Futbol Fanatikleri: Sosyal Kimlik ve Şiddet*. Ankara: Bilimsel Araştırma Yarışması, Spor Toto ve TÜRFAD (Türkiye Futbol Adamları Derneği) Ortak Yayını.
- Kökdemir, H. (2004). Öfke ve Öfke Kontrolü. *Pivolka Dergisi*;12 (3): 7-10.
- Köknel, Ö. (1982). *Kaygıdan Mutluluğa Kişilik*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Köknel, Ö. (1996). *Bireysel ve Toplumsal Şiddet*. İstanbul: Altın Kitaplar Basımevi.
- Kurtyılmaz, Y. (2005). *Öğretmen adaylarının saldırganlık düzeyleri ile akademik başarıları iletişim ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiler* [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Anadolu Üniversitesi.
- Lipman, E.L., Boyle, M.H., Cunningham, C., Kenny, M., Sniderman, C., & Duku E, (2006). Testing effectiveness of a community- based aggression management

- program for children 7 to 11 years old and their families. *J Am Acad Child Adolesc Psychiatry*; 45:1085-1093.
- Martin, R. & Watson, D. (1997). Style of anger expression and its relation to Daily experience. *Journal Of Personality and Social Psychology Bulletin*, 23(4), 285-294.
- Mazer, J., Barnes, K., Greivous, A., & Boger, C., (2013). Coach verbal aggression: A case study examining effects on athlete motivation and perceptions of coach credibility. In *Sage Business Cases*. Vrd<z., <https://doi.org/10.1123/ijsc.6.2.203>
- Milovchevich, D. K., Howels, N. & Drew, D. (2001). Sex and gender role differences in anger: An Australian community study. *Personality and Individual Differences*, 31, 117-127.
- Muratlı, S. (1976). *Antrenman ve İstasyon Çalışmaları*. Ankara.
- Mustafayeva, A. (2020). *Öfke Kontrol Problemi Olan Üniversite Öğrencilerinde Saldırganlık Eğilimi ve Riskli Davranışlar*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Üsküdar Üniversitesi.
- Nakit, S. (2019). *Türkiye Olimpiyatlara Hazırlık Merkezlerine Devam Eden Sporcuların Antrenörlerinin Davranışlarını Değerlendirme Algılarının İncelenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Üniversitesi.
- Novaco, R. W. (2016). Chapter 35 – Anger G. B. T.-S. C (Ed.), *Fink cognition, emotion, and behavior*, Academic Press.
- Novaco, R. W. (Ed.). (1998). *Aggression*. San Diego: Academic Press.
- Obuz, F. (2015) *İşitme Engelli Ergenlerde Engelleriyle İlgili Dini Atıfları İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Hitit Üniversitesi.
- Oda, B. (2014). *11-13 Yaş Grubundaki Spor Yapan ve Yapmayan Öğrencilerin İyimserlik ile Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*, [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Önem, Ç. (2010). *Üniversite Öğrencilerinin Öfke ve Öfkeyi İfade Etme Biçimlerinin Akılcı Olmayan İnançlar ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Selçuk Üniversitesi.
- Özbaydar, S. (1999). *İnsan davranışının sınırları ve spor psikolojisi*. Ankara. Altın Kitaplar Yayınevi.

- Özdevecioğlu, M. (2010). Spor tatmininin sporcuların stres ve saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 63-76.
- Özer, A.K. (1994b) Sürekli öfke (SL-Öfke) ve öfke ifade tarzı (Öfke-Tarz) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (31), 26-35.
- Özerkan, K.N. (2004). *Spor Psikolojisine Giriş*. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım
- Özkatarkaya, E. (2010). 18-25 Yaş Arası İşitme Engelli Sporcuların Stres ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Erciyes Üniversitesi.
- Özmaden, M., & Yıldırım, İ. (2003) *Futbola İlişkin Dışsal Etkenlerin Seyirci Saldırganlığı Üzerindeki Etki Düzeylerinin Araştırılması*, Beden Eğitimi ve Sporda Sosyal Alanlar Kongresi (10-11 Ekim), Bildiriler Kitabı, Ankara
- Özmen, A. (2004). *Seçim Kuramına ve Gerçeklik Terapisine Dayalı Öfkeyle Başa Çıkma Eğitim Programının ve Etkileşim Grubu Uygulamasının Üniversite Öğrencilerinin Öfkeyle Başa Çıkma Becerileri Üzerindeki Etkisi*. [Basılmamış doktora tezi]. Ankara Üniversitesi.
- Özmen, A. (2006). Öfke: Kuramsal yaklaşımlar ve bireylerde öfkenin ortaya çıkmasına neden olan etmenler. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*; 39(1), 39-56.
- Öztürk, E. (2012). *İlköğretim Kurumlarında Çalışan Öğretmenlerin Öfke Nedenleri ve Öfke Kontrol Yönetimleri (Elâzığ İli Örneği)*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Fırat Üniversitesi,
- Parker, K. (2010). Preferred coaching styles in youth sports: a qualitative inquiry of soccer players from generation Z. *Electronic Theses and Dissertations*. 115.
- Pehlivan, A. (2000). Fitness salonlarında risk faktörü taşıyan kişilerde uygulanabilecek, interval prensipli aerobik antrenman programı. *Spor Araştırmaları Dergisi*, 4(1).
- Pulur, A. (2001). Sporda şiddet ve saldırganlık. *Türkiye Üniversite Sporları Dergisi*, 1, 18
- Sevim, Y. (1997). *Antrenman Bilgisi*. Ankara: Tutıbay Yayınları
- Solak, N. (2011). *Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri ile Empatik Eğilim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi-Çorum İli Örneği*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Gazi Üniversitesi.
- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11, 19-27.

- Spielberger, C. D., Jacobs, G., Russell, S., & Crane, R. S. (1983). Öfkenin değerlendirilmesi: Devlet-Özellik öfke ölçeği. *Kişilik Değerlendirmesinde Gelişmeler*, 2, 161-189.
- Stoner, S.B. & Spencer, W.B. (1987). Age and gender differences with the anger expression scale. *Sage Journals*, 47(2), 487-492.
- Sukhodolsky, D., Kassinove, H. & Gorman, B. (2004). Cognitive behavioral therapy for anger in children and adolescents: A meta-analysis. *Aggression and Violent Behavior*, 9, 247-269.
- Sunay, H., Bal, E., Kaya, B., & Cengiz, R. (2021). Self-esteem level and anger control in trainers (An example from Ankara). *About This Special Issue*, 18(22), 211
- Sülün, Ö. (2013). *Futbol Hakemlerinin Öfke ve Kızgınlık Düzeyleri ile Empatik Eğilim Düzeylerinin Karşılaştırılması*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi.
- Şahin, H. (2003). *Sporda Şiddet ve Saldırganlık*, Ankara: Nobel Yayın Dağıtım
- Şenel, E., Yıldız, M. (2016). Hedef Bağlılığı Ölçeği: Türkçe uyarlaması, beden eğitimi ve spor alanında öğrenim gören öğrencilerde geçerlik ve güvenirlik çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 58-65.
- T.B.M.M. (2005) Türk sporunda şiddet, şike, rüşvet ve haksız rekabet iddialarının araştırılarak alınması gereken önlemlerin belirlenmesi amacıyla kurulan (10/63, 113, 138, 179, 228) Esas Numaralı Meclis Araştırması Komisyonu Raporu.
- Tayfun, R. (2007). *Etkili İletişim ve Beden Dili*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Tiryaki, S. (1996). *Spor Yapan Bireylerin Saldırganlık Düzeylerinin Belirlenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Üniversitesi, Mersin.
- Törestad, B. (1990). What is anger provoking? A psychophysical study of perceived causes of anger. *Aggressive Behavior*; 16(1), 9-26.
- Tuna, D. (2012). *Çözüm Odaklı Kısa Süreli Yaklaşım Dayalı Öfke Kontrolü Eğitim Programının Lise Öğrencilerinin Öfke Kontrolü ve İletişim Becerileri Düzeylerine Etkisi*. [Basılmamış doktora tezi]. Dokuz Eylül Üniversitesi.
- Ural, A. ve Kılıç (2006). *Bilimsel Araştırma Süreci ve SPSS ile Veri Analizi* (Genişletilmiş 2. Baskı). Ankara: Detay Yayıncılık

- Üzüm, H., Karlı O.M., Duş, Ü., Yerlikaya, M. K., & Gökgöz, H. (2016). Spor yapan ve yapmayan bireylerin öfke kontrol tarzlarının incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 16(1), 453-469.
- Wann, D.L., Haynes, G., McLean, B. and Pullen, P. (2003), Sport team identification and willingness to consider anonymous acts of hostile aggression. *Aggr. Behav.*, 29: 406-413. <https://doi.org/10.1002/ab.10046>
- Westen, D. (1996). *Psychology: Mind, Brain and Culture*. Canada: John Wiley&Sons, Inc.
- Williams, S., Waymouth, M., Lipman, E., Mills, B., & Evans, P. (2004). Evaluation of a Children's TemperTaming Program. *Can J Psychiatry*, 49, 607-612.
- Yalçın, R.Ü. (2016). *Üniversite Öğrencilerinin Saldırganlık ve Mutluluk Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Atatürk Üniversitesi.
- Yamak, B., İmamoğlu, O., Eliöz, M., Çebi, M., & İslamoğlu, İ. (2019). Spor lisesi ve spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin öfke ve saldırganlık düzeylerinin araştırılması. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 14(20), 316-332.
- Yetim, A. (2005). *Sosyoloji ve Spor*. Ankara: Morpa Yayınları.
- Yetim, A. (2011). *Sosyoloji ve Spor*. Ankara: Berikan Yayıncılık.
- Yıldıran İ, Yetim A. (1996). Ortaöğretimde beden eğitimi derslerinin öncelikli amaçları üzerine bir araştırma. *G.Ü. Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, (1); 3:37, Ankara.
- Yılmaz, N. (2004). *Öfke İle Başa Çıkma Eğitiminin Ve Grupla Psikolojik Danışmanın Ergenlerin Öfke İle Başa Çıkabilmeleri Üzerindeki Etkileri*. [Basılmamış doktora tezi]. Hacettepe Üniversitesi.
- Yılmaz, T., Acet, M., Işık, U., Şahin, M., & vd. (2016). Taekwondo hakemleri ile antrenörlerinin görev, kişilik ve saldırganlık düzeylerinin karşılaştırılması. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(Special Issue 1), 270-277.
- Yorulmaz, M. (2019). *Bireysel ve Takım Sporcularının Dindarlık ile Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Ondokuz Mayıs Üniversitesi.
- Yöndem, Z. & Bıçak, B. (2008). Öğretmen adaylarının öfke düzeyi ve öfke tarzları. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(2), 1-15.
- Yüksel, A. (2014). *Hemşirelerin Öfke Düzeyi ve Verimliliğe İlişkin Tutumlarının İncelenmesi*. [Basılmamış yüksek lisans tezi]. Haliç Üniversitesi.

- Zimmerman, C., & Luecke R A. (2010) Asserting yourself at work (First edition), Saranac Lake: *American Management Association*; 10-35.
- Zorlu, E. (2017). *Öfke Denetimi Eğitim Programının Lise Öğrencilerinin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarına Etkisi*. [Basılmamış doktora tezi]. Necmettin Erbakan Üniversitesi.



EKLER

Ek-1. Kişisel Bilgiler ve Buss Pery Saldırganlık Ölçeği

Kişisel Bilgi Formu

Cinsiyetiniz?

Kadın () Erkek ()

Yaşınız?

21-30 arası () 31-40 arası () 41-50 arası () 51 ve üzeri ()

Eğitim Düzeyiniz?

Lise ve dengi () Önlisans () Lisans () Lisansüstü ()

Algılanan Gelir Düzeyiniz?

Çok Düşük () Düşük () Orta () Yüksek () Çok Yüksek ()

Kaç yıldır antrenör olarak görev yapıyorsunuz?

1 Yıldan az () 1-5 Yıl () 6-10 Yıl () 11 yıl ve üzeri ()

Spor Branşınız?

Bireysel () Takım ()

Daha önce lisanslı olarak spor yaptınız mı?

Evet () Hayır ()

Lisanslı olarak spor yapma süreniz?

1 Yıldan az () 1-5 Yıl () 6-10 Yıl () 11 yıl ve üzeri ()

Mesleğinizi isteyerek mi seçtiniz?

Evet () Hayır ()

Kendinizi nasıl bir kişilikte görüyorsunuz?

Sakin () Öfkeli () Duygusal ()

Aşağıdaki her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için her zaman doğru ise “ Tamamen Katılıyorum ”, genelde doğru ise “ Katılıyorum ”, emin değilseniz “ Kararsızım ”, genelde doğru değilse “ Katılmıyorum ”, hiçbir zaman doğru değilse “ Kesinlikle Katılmıyorum ” şeklinde işaretleme yapmanız rica olunur.	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Bazı arkadaşlarım benim öfkeli biri olduğumu söylerler.					
2. Gerekirse hakkımı korumak için şiddete başvurabilirim.					
3. Birisi bana fazlasıyla iyi davrandığında “acaba benden ne istiyor” diye düşünürüm.					
4. Arkadaşlarımla görüşlerime katılmadığım zaman bunu onlara açıkça söylerim.					
5. Öfkeden deliye döndüğümde bir şeyler kırıp dökerim.					
6. İnsanlar benim görüşlerime katılmadıklarında onlarla tartışmaktan kendimi alıkoyamam.					
7. Zaman zaman bazı olaylara/kişilere yönelik kızgınlığım uzun süre bitmek bilmez.					
8. Bazen başkalarına vurma dürtümü kontrol edemiyorum.					
9. Sakin yapılı biriyimdir.					
10. Tanımadığım insanlar bana fazla yakın davrandıklarında onlara şüpheyle yaklaşırım.					

11. Daha önce, tanıdığım insanları tehdit ettiğim oldu.					
12. Çok çabuk parlar ve hemen sakinleşirim.					
13. Birisi bana sataşursa kolaylıkla onu itip tartaklayabilirim.					
14. İnsanlar sinirimi bozduklarında kolaylıkla onlar hakkında ne düşündüğümü söyleyebilirim.					
15. Zaman zaman kıskançlık beni yiyip bitirir.					
16. Bir insana vurmanın mantıklı bir gerekçesi olamayacağını düşünüyorum.					
17. Bazen hayatın bana adaletsiz davrandığını düşünürüm.					
18. Öfkemi kontrol etmekte zorluk çekerim.					
19. Yapmak istediğim bir şey engellendiğinde kızgınlığımı açıkça ortaya koyarım.					
20. Zaman zaman insanların arkamdan güldüğü duygusuna kapılırım.					
21. İnsanlarla sıkça görüş ayrılığına düşerim.					
22. Birisi bana vurursa ben de karşılık veririm.					
23. Bazen kendimi patlamaya hazır bir bomba gibi hissediyorum.					
24. Diğer insanların her zaman çok iyi fırsatlar yakaladıklarını düşünüyorum.					
25. Birisi beni iterse onunla kavgaya tutuşurum.					
26. Arkadaşlarımdan arkamdan konuştuklarını biliyorum.					

Ek-2 Öfke Kontrol Ölçeği

1	Çabuk parlarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
2	Kızgın mizaçlıyım.	(1)	(2)	(3)	(4)
3	Öfkesi burnunda bir insanım.	(1)	(2)	(3)	(4)
4	Başkalarının hataları yaptığım işi yavaşlatınca kızarım.	(1)	(2)	(3)	(4)
5	Yaptığım iyi bir işten sonra takdir edilmemek canımı sıkır.	(1)	(2)	(3)	(4)
6	Öfkelenince kontrolümü kaybederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
7	Öfkeli olduğumda ağzıma geleni söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)
8	Başkalarının önünde eleştirilmek beni çok hiddetlendirir.	(1)	(2)	(3)	(4)
9	Engellendiğimde içimden birilerine vurmaya gelir.	(1)	(2)	(3)	(4)
10	Yaptığım iyi bir iş kötü değerlendirildiğinde çılgına dönerim.	(1)	(2)	(3)	(4)
11	Öfkemi kontrol ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
12	Kızgınlığımı gösteririm	(1)	(2)	(3)	(4)
13	Öfkemi içime atarım	(1)	(2)	(3)	(4)
14	Başkalarına karşı sabırlıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
15	Somurtur ya da surat asarım	(1)	(2)	(3)	(4)
16	İnsanlardan uzak dururum.	(1)	(2)	(3)	(4)
17	Başkalarına iğneli sözler söylerim	(1)	(2)	(3)	(4)
18	Soğukkanlılığımı korurum.	(1)	(2)	(3)	(4)
19	Kapıları çarpmak gibi şeyler yaparım	(1)	(2)	(3)	(4)
20	İçin için köpürürüm ama göstermem	(1)	(2)	(3)	(4)
21	Davranışlarımı kontrol ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)
22	Başkalarıyla tartışırım.	(1)	(2)	(3)	(4)
23	İçimde, kimseye söyleyemediğim kinler beslerim	(1)	(2)	(3)	(4)
24	Beni çileden çıkaran her neyse, saldırırım.	(1)	(2)	(3)	(4)
25	Öfkem kontrolden çıkmadan kendimi durdurabilirim	(1)	(2)	(3)	(4)
26	Gizliden gizliye insanları epeyce eleştiririm.	(1)	(2)	(3)	(4)
27	Belli ettiğimden daha öfkeliyimdir	(1)	(2)	(3)	(4)
28	Çoğu kimseye kıyasla daha çabuk sakinleşirim	(1)	(2)	(3)	(4)
29	Kötü şeyler söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)
30	Hoşgörü ve anlayışlı olmaya çalışırım	(1)	(2)	(3)	(4)
31	İçimden, insanların fark ettiğinden daha fazla sinirlenirim.	(1)	(2)	(3)	(4)
32	Sinirlerime hâkim olamam	(1)	(2)	(3)	(4)
33	Beni sinirlendirene, ne hissettiğimi söylerim.	(1)	(2)	(3)	(4)
34	Kızgınlık duygularımı kontrol ederim.	(1)	(2)	(3)	(4)

Ek-3 Etik Kurul Onayı/İzni



T.C.
YOZGAT BOZOK ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL VE BEŞERİ BİLİMLER ETİK KURULU
BAŞVURU DEĞERLENDİRME FORMU

ARAŞTIRMANIN ADI	Antrenörlerin Saldırganlık ve Öfke Kontrolü Düzeylerinin İncelenmesi
ARAŞTIRMANIN TÜRÜ	☒ Anket/Ölçek/Skala Çalışması ☐ Gözlemsel Çalışma ☐ Niteliksel Çalışma ☐ Diğer
GELEN EVRAK SAYISI ve TARİHİ	175719 sayılı ve 27.10.2023 tarihli yazı
YÜRÜTÜCÜ/DANIŞMAN (Unvan, Ad-Soyad, Kurum, Bölüm)	Doç. Dr. Mehmet YILDIRIM Yozgat Bozok Üniversitesi – Spor Bilimleri Fakültesi
ARAŞTIRMACILAR (Unvan, Ad-Soyad, Kurum, Bölüm)	Serap KIZILAY Yozgat Belediyesi

KARAR BİLGİLERİ	KARAR NO: 08/05	TARİH: 23.11.2023
	Yukarıda bilgileri verilen Etik Kurulu başvuru dosyası ile ilgili belgeler araştırmanın gerekçe, amaç, yaklaşım ve yöntemleri dikkate alınarak incelenmiş çalışmanın başvuru dosyasında belirtilen merkezlerde gerçekleştirilmesinde etik sakınca <u>bulunmadığına</u> oybirliği ile karar verildi.	
	Değerlendirme Sonucu	
	☒	Uygundur
	☐	Düzeltilme gereklidir (Açıklayınız)
☐	☐ Düzeltmeleri görmek istiyoruz ☐ Düzeltmeleri görmemize gerek yok	
☐	Uygun değildir (Açıklayınız)	
Açıklama		

ÇALIŞMA ESASI Yozgat Bozok Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu Yönergesi

Ek-4. Araştırmanın Evren B y kl   Tablosu

Kademeler	Erkek	Kadın	Genel Toplam
1.Kademe	153191	82618	235809
2.Kademe	36941	18712	55653
3.Kademe	15015	6614	21629
4.Kademe	2225	288	2513
5.Kademe	1079	93	1172
Genel Toplam	208451	108325	316776