

ŞENUR DEMİR

YÜKSEK LİSANS TEZİ

2020

T.C.

BARTIN ÜNİVERSİTESİ  
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETİMİ ANABİLİM DALI  
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR EĞİTİMİ BİLİM DALI

ELİT DÜZEY BOKSÖRLERİN SPORDA GÜDÜLENME, SALDIRGANLIK  
VE ÖFKE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

HAZIRLAYAN

Şennur DEMİR

DANIŞMAN

Doç. Dr. Fatih YAŞARTÜRK

BARTIN-2020

**T.C.**  
**BARTIN ÜNİVERSİTESİ**  
**LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ÖĞRETİMİ ANABİLİM DALI**  
**BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR EĞİTİMİ BİLİM DALI**

**ELİT DÜZEY BOKSÖRLERİN SPORDA GÜDÜLENME, SALDIRGANLIK VE  
ÖFKE DÜZEYLERİ ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

**YÜKSEK LİSANS TEZİ**

**2008**  
**HAZIRLAYAN**  
**Şennur DEMİR**

**DANIŞMAN**  
**Doç. Dr. Fatih YAŞARTÜRK**

**BARTIN-2020**

## KABUL VE ONAY

Şennur DEMİR tarafından hazırlanan “Elit Düzey Boksörlerin Sporda Güdülenme, Saldırganlık ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” başlıklı bu çalışma, 07/05/2020 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda **oy birliği ile** başarılı bulunarak jürimiz tarafından **Yüksek Lisans Tezi** olarak kabul edilmiştir.

Başkan : Doç. Dr. Fatih YAŞARTÜRK .....

Üye : Doç. Dr. Mehmet Ali ÖZTÜRK .....

Üye : Dr. Öğr. Üyesi Hayri AKYÜZ .....

Bu tezin kabulü Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Yönetim Kurulunun .../.../... tarih ve ... sayılı kararıyla onaylanmıştır.

Prof. Dr. Hatice Selma ÇELİKAY  
Enstitü Müdürü

## BEYANNAME

Bartın Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü tez yazım kılavuzuna göre, Doç. Dr. Fatih YAŞARTÜRK danışmanlığında hazırlamış olduğum “Elit Düzey Boksörlerin Sporda Güdülenme, Saldırganlık ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı Yüksek lisans tezimin bilimsel etik değerlere ve kurallara uygun, özgün bir çalışma olduğunu, aksinin tespit edilmesi halinde her türlü yasal yaptırımını kabul edeceğimi beyan ederim.

07 / 05 / 2020

Şennur DEMİR

## ÖN SÖZ

“Elit Düzey Boksörlerin Sporda Güdülenme, Saldırganlık ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi” adlı çalışma, elit düzey boksörlerin sporda güdülenme, saldırganlık ve öfke düzeylerini belirlemek aktif spor yapan boksörlerin güdülenme yönelimleri ile saldırganlık ve öfke düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek sporcuların fiziksel performansları yanı sıra zihinsel performanslarını geliştirmek adına alana ışık tutması amaçlanmaktadır.

Bu çalışmayı hazırlamamda bilgi ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen tecrübelerinden sürekli olarak yararlandığım değerli danışman hocam Doç. Dr. Fatih YAŞARTÜK’e teşekkürlerimi bir borç bilirim. Her anımda desteklerini ve yardımlarını hissettiğim değerli arkadaşlarım Betül AYHAN ve Ferhat KONUŞ, Şeyh Şamil YILDIRIM, Turan Tufan ARSLAN’a teşekkür ederim. Lisans ve Yüksek Lisans eğitimim süresince her zaman destekçim olan Doç. Dr. Murat KUL ve Bartın Üniversitesi SBF ailesine teşekkür ederim. Son olarak bu günlere gelmemi sağlayan, bu günlerimi görmeyi benden daha çok isteyen, hayatımın her anında her konuda en büyük destekçim olan ama ne yazık ki bu günlerimi fiilen göremeyen rahmetli canım babam Hasan DEMİR’e teşekkür ederim. Gönül sultanımız annem Adviye DEMİR’e, her zaman maddi ve manevi desteklerini esirgemeyerek eğitim ve spor hayatımda beni cesaretlendiren canım abim Hüseyin DEMİR’e, eğitim hayatım boyunca desteklerini esirgemeyen değerli ailemin tüm üyelerime, isimlerini tek tek sayamayacağım tüm arkadaşlarıma sonsuz teşekkür ve sevgilerimi sunarım.

Şennur DEMİR

## ÖZET

Yüksek Lisans Tezi

**Elit Düzey Boksörlerin Sporda Güdülenme, Saldırganlık ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi**

**Şennur DEMİR**

**Bartın Üniversitesi**

**Lisansüstü Eğitim Enstitüsü**

**Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı**

**Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Bilim Dalı**

**Tez Danışmanı: Doç. Dr. Üyesi Fatih YAŞARTÜRK**

**Bartın-2020, XIII+64**

Bu çalışmanın amacı Türkiye Boks Federasyonunu 2019-2020 sezonunda lisanlı faal elit düzey boksörlerin spor güdülenme, saldırganlık ve öfke düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Araştırmada veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu Pelletier ve arkadaşları (1995) tarafından geliştirilen ve Kazak (2004) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Sporda Güdülenme Ölçeği - SGÖ" ve Maxwell ve Moores (2007) tarafından geliştirilen ve Gürbüz, Kural ve Özbek (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği - SSÖÖ" kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21.0 paket programından yararlanılmış ve frekans, yüzde, betimsel istatistikler, bağımsız iki örneklem t-Testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA) pearson korelasyon ve regresyon analizleri kullanılmıştır.

Araştırmanın bulgularında cinsiyet değişkeninin t-Testi sonuçlarına göre SGÖ dışsal düzenleme alt boyutunda anlamlı farklılık görülürken ( $p<0,05$ ) SSÖÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ). Katılımcıların yaş değişkenine göre ANOVA testi öğrenim durumu değişkeni göre t-Testi sonuçlarında SGÖ ve SSÖÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ). Ayrıca spor yaşı değişkenine göre yapılan ANOVA testi sonucunda SGÖ dışsal düzenleme alt boyutunda anlamlı farklılık görülürken ( $p<0,05$ ), SSÖÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ). Milli sporcu durumu değişkenine göre yapılan t-Testi sonucunda SGÖ dışsal düzenleme alt boyutunda anlamlı farklılık bulunurken ( $p<0,05$ ), SSÖÖ toplam puan ortalamaları ve alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ). Sporda

güdülenme alt boyutlarının sporda öfke üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla kurulan regresyon modelinin uygun olmadığı ( $F_{(3;173)}=2,23$ ;  $p<0,05$ ) ve sporda güdülenme değişkenleri sporda öfke düzeyindeki değişimin yaklaşık %2'sini ( $\Delta R^2=0,020$ ) açıklayabilmektedir Ek olarak Sporda güdülenme alt boyutlarının sporda saldırganlık üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla kurulan regresyon modelinin uygun olduğu ( $F_{(3;173)}=9,36$ ;  $p<0,05$ ) ve sporda güdülenme değişkenleri sporda saldırganlık düzeyindeki değişimin yaklaşık %12'sini ( $\Delta R^2=0,125$ ) açıklayabilmektedir.

Sonuç olarak elit düzey boksörlerin sporda güdülenme düzeyi ile saldırganlık ve öfke düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla bu durum elit düzey boksörlerin spor müsabakalarında saldırganlık ve öfke düzeyinin artmasıyla motive olmakta ve güdülenme düzeyleri de artış göstermektedir.

**Anahtar Kelimeler:** Elit düzey boksörler, güdülenme, saldırganlık, öfke

## **ABSTRACT**

**Master Thesis**

**Investigation of the Relationship Between Elite Level Boxers' in Sports Motivation,  
Aggression and Anger Levels**

**Şennur DEMİR**

**Bartın University**

**Institute of Postgraduate Education**

**Department of Physical Education and Sports Teaching**

**Physical Education and Sports Education**

**Thesis Advisor: Assoc. Dr. Fatih YAŞARTÜRK**

**Bartın-2020, XIII+64**

The aim of this study is to examine the relationship between elite level boxers' in sports motivation, aggression and anger levels Turkey Boxing Federation licensed active in the 2019-2020 season. As a data collection tool in the research, Personal information form, developed by Pelletier et al. (1995) and adapted to Turkish by Kazak (2004), “Sport Motivation Scale - SMS” and developed by Maxwell and Moores (2007) and adapted to Turkish by Gurbuz, Kural and Ozbek (2019) “Competitive Aggressiveness and Anger Scale - CAAS” were used. SPSS 21.0 package program was used to analyze the data and frequency, percentage, descriptive statistics, independent two sample t-Test, one-way variance analysis ANOVA, pearson correlation and regression analysis were used.

According to the t-Test results of the gender variable in the findings of the study, there was a significant difference in the external regulation sub-dimension of SSI ( $p<0.05$ ), while no statistically significant difference was found in the total score averages and sub-dimensions of the SSRS ( $p>0.05$ ). According to the age variable of the participants, no statistically significant difference was found in the total score averages and sub-dimensions of the SDI and SSRS according to the ANOVA test educational status variable ( $p>.05$ ). In addition, as a result of the ANOVA test performed according to the sports age variable, there was a significant difference in the external regulation sub-dimension of SSI ( $p<0.05$ ), and no statistically significant difference was found in the total score averages and sub-dimensions of the SSRS ( $p>0.05$ ). As a result of the t-Test conducted according to the national athlete status variable, there was a significant difference in the external regulation sub-dimension of the SSI ( $p<0.05$ ), while no statistically significant difference was found in the total score average and sub-dimensions of the SSRS ( $p>0.05$ ). The regression model established to determine the effect of sports motivation sub-dimensions on anger in sports is not appropriate ( $F(3;173)=9,36; p<0,05$ ) and



the motivation variables in sports are about 2% of the change in anger level in sports ( $\Delta R^2 = 0.020$ ) can explain. In addition, the regression model established to determine the effect of the motivation sub-dimensions in sports on aggression in sports is appropriate ( $F(3;173)=9,36$ ;  $p<0,05$ ) and the motivation variables in sports are about 12% of the change in the level of aggression in sports ( $\Delta R^2 = 0.125$ ).

As a result, a significant relation was found between the motivation level of elite boxers in sports and their aggression and anger levels. Therefore, this situation is motivated by the aggression and anger level of elite level boxers in sports competitions and their motivation levels increase.

**Key words:** Elite level boxers, motivation, aggression, anger



## İÇİNDEKİLER

KABUL VE ONAY .....	III
BEYANNAME .....	IV
ÖN SÖZ.....	V
ÖZET.....	VI
ABSTRACT .....	VIII
İÇİNDEKİLER.....	X
TABLolar LİSTESİ .....	XII

BİRİNCİ BÖLÜM: GİRİŞ .....	1
1.1. Problem Cümlesi .....	2
1.2. Alt Problemler .....	2
1.3. Araştırmanın Amacı ve Önemi .....	3
1.4. Sayılıtlar.....	3
1.5. Sınırlılıklar.....	3
1.6. Tanımlar.....	3
1.7. Kısaltmalar.....	4

İKİNCİ BÖLÜM: LİTERATÜR İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR .....	6
2.1. Boks Sporü .....	6
2.1.1. Boks Sporunun Tarihi .....	6
2.1.2. Türkiye Boks Federasyonu.....	7
2.1.3. AIBA (International Boxing Association) .....	7
2.1.4. Boks Müsabakalarında Kategoriler .....	8
2.1.5. Sporcu Kılık Kıyafetleri .....	10
2.2. GÜdülenme .....	10
2.2.1. Sporda güdülenme.....	10
2.2.1.1. İçsel güdülenme.....	11
2.2.1.2. Dışsal güdülenme .....	11
2.2.2. GÜdülenmeme .....	12
2.3. Öfke.....	12
2.3.1. Öfkenin boyutları .....	12
2.3.2. Öfke türleri .....	13
2.4. Saldırganlık .....	13
2.4.1. Saldırganlığın Tanımı.....	13
2.4.2. Saldırganlık Türleri .....	14
2.4.2.1. Özgeci Saldırganlık .....	14
2.4.2.2. Düşmanca Saldırganlık .....	14
2.4.2.3. İzin Verilmiş Saldırganlık .....	15
2.4.2.4. Aktif ya da pasif saldırganlık .....	15
2.4.2.5. Doğrudan ya da dolaylı saldırganlık .....	15
2.4.3. Saldırganlık Davranışları.....	16

2.4.3.1. Engelleme Davranışı .....	16
2.4.3.2. Açık Şiddet Davranışı .....	16
2.4.3.3. Düşmanca Davranış .....	17
2.4.4. Saldırganlığa Neden Olan Faktörler .....	18
2.4.4.1. Kişilik .....	18
2.4.4.2. Cinsiyet.....	19
2.4.4.3. Yaş.....	19
2.4.4.4. Çevre .....	19
2.4.4.5. Aile .....	20
2.4.4.6. Kültür .....	21
2.4.4.7. Kitle İletişim Araçları.....	21
2.4.5. Saldırganlığın Etkileri ve Sonuçları .....	22
2.4.5.1. Anksiyete Stres.....	22
2.4.5.2. Depresyon.....	22
2.4.5.3. İntihar .....	23
2.4.5.4. Uyku bozuklukları, .....	23
2.4.5.5. Psikosomatik Rahatsızlıklar .....	23
2.4.6. Saldırganlık-Spor ve Sporcu İlişkisi .....	23
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM: YÖNTEM .....	26
3.1. Araştırma Modeli .....	26
3.2. Araştırma Grubu.....	26
3.3. Verilerin Toplama Araçları .....	26
3.3. Verilerin Analizi.....	27
DÖRDÜNCÜ BÖLÜM: BULGULAR.....	28
BEŞİNCİ BÖLÜM: TARTIŞMA, SONUÇ VE ÖNERİLER.....	45
5.1. Tartışma ve Sonuç .....	45
5.2. Öneriler.....	51
KAYNAKÇA .....	52
EKLER .....	59
ÖZGEÇMİŞ .....	63

## TABLULAR LİSTESİ

Tablo 1. Minikler Kategorisi Müsabaka Bilgileri .....	8
Tablo 2. Yıldızlar Kategorisi Müsabaka Bilgileri .....	8
Tablo 3. Gençler Kategorisi Müsabaka Bilgileri .....	9
Tablo 4. Büyükler Kategorisi Müsabaka Bilgileri .....	9
Tablo 4.1. Sporcuların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı.....	28
Tablo 4.2. Sporcuların Spor Uğraşı Durumlarına Göre Dağılımı .....	28
Tablo 4.3. Ölçek ve Alt Boyut Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler .....	29
Tablo 4.4. Sporda Güdülenme Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması.....	30
Tablo 4.5. Sporda Güdülenme Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması .....	30
Tablo 4.6. Sporda Güdülenme Puanlarının Öğrenim Düzeyine Göre Karşılaştırılması .....	31
Tablo 4.7. Sporda Güdülenme Puanlarının Kişisel Gelire Göre Karşılaştırılması.....	32
Tablo 4.8. Sporda Güdülenme Puanlarının Hane Halkı Toplam Gelirine Göre Karşılaştırılması .....	33
Tablo 4.9. Sporda Güdülenme Puanlarının Spor Yaşına Göre Karşılaştırılması .....	34
Tablo 4.10. Sporda Güdülenme Puanlarının Milli Sporcu Olma Durumuna Göre Karşılaştırılması .....	35
Tablo 4.11. Sporda Güdülenme Puanlarının Haftada Kaç Gün Spor Yaptığına Göre Karşılaştırılması .....	36
Tablo 4.12. Sporda Güdülenme Puanlarının Haftada Kaç Saat Spor Yaptığına Göre Karşılaştırılması .....	37
Tablo 4.13. Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması ....	38
Tablo 4.14. Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması .....	38
Tablo 4.15. Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Öğrenim Düzeyine Göre Karşılaştırılması .....	39
Tablo 4.16. Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Kişisel Gelire Göre Karşılaştırılması .....	39
Tablo 4.17. Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Hane Halkı Toplam Gelirine Göre Karşılaştırılması .....	39
Tablo 4.18. Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Spor Yaşına Göre Karşılaştırılması .....	40

Tablo 4.19. Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Milli Sporcu Olma Durumuna Göre Karşılaştırılması .....	40
Tablo 4.20. Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Haftada Kaç Gün Spor Yaptığına Göre Karşılaştırılması .....	41
Tablo 4.21. Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Haftada Kaç Saat Spor Yaptığına Göre Karşılaştırılması .....	41
Tablo 4.22. Sporda GÜdülenme ile Sporda Saldırganlık ve Öfke Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları .....	42
Tablo 4.23. Sporda GÜdülenmenin Sporda Öfke Üzerindeki Etkisi .....	43
Tablo 4.24. Sporda GÜdülenmenin Sporda Saldırganlık Üzerindeki Etkisi .....	43
Tablo 4.25. Sporda GÜdülenmenin Sporda Saldırganlık ve Öfke Üzerindeki Etkisi.....	44



## BİRİNCİ BÖLÜM

### GİRİŞ

Spor, bireyin doğal çevresini ve bedensel yeteneklerini geliştiren, belirli kuralları olan bireysel yâda toplu halde, aletli veya alet kullanmadan boş zamanlarını değerlendirmek için veya meslek olarak yaptığı; ruhsal ve fiziksel gelişimi destekleyen, sosyalleştiren, toplumsal bilinci uyandıran, rekabet ve dayanışma duygularını besleyen kültürel bir kavramdır (Erkal, 1982).

Spor aktiviteleri ve Beden Eğitimi, kişinin vücudunun ve ruhunun eğitim geliştirilmesinde en etkin eğitim araçlarından bir tanesidir. Spor, zamanımızda artık bir yarış değil, yaşantımızın ayrılmaz bir parçasıdır. Gün geçtikçe spor yenilenip gelişerek hayatımızda kendine daha vazgeçilmez bir yer bulmaktadır. Sporun kazanımlarını fiziksel, ruhsal ve sosyal olarak bütün halinde incelemek gerekir (Deryahanoğlu, 2014).

Kişinin seçeceği spor branşında sosyal çevresinin etkisi büyüktür. Seçime karar verme, başlama ve süreklilik sosyal çevre ile şekillenir. Çocukluk, ergenlik ve gençlik yıllarında büyük etkiye sahip aile, sosyal çevre içinde en geniş alanı işgal eder. Aileden hemen sonra arkadaş grupları etkilidir. Grup içinde statü elde etme, spora yönelmede en etkin öğelerdendir (Alibaz, Gündüz & Şentuna, 2006).

Boks, fiziksel, ruhsal ve sosyal özelliklerin bir arada bulunduğu, mücadele gerektiren bir spor dalıdır. Boks, her spor dallarında olduğu gibi başarılı olmak için programlı ve yoğun çalışılması gereken bir beceri oyunu aynı zamanda savunma sanatıdır denebilir. Boks sanatının temel felsefesi yumruk vurmak ve yumruk yememek olarak tanımlana bilinir. Boksörlerin fiziksel kapasite düzeyi en üst seviyededir ve çok az spor branşı bu seviyeyi gerektirir.

Boks sporu iki boksörün ya da insanın belirli boyutlardaki ring üzerinde, araç kullanılmaksızın kurallara uygun biçimde teknik, beceri, kuvvet ve zekâlarını kullanmak suretiyle birbirlerine üstünlük kurma mücadelesi olarak tanımlanır (Beyleroğlu ve diğerleri, 2014).

Ringde rekabet eden sporcuların tek arzusu başarılı olmak ve bu başarıyı koruyabilmektir. Başarılı olmak öncelikle mental ve fiziksel hazırlık, gerekli araçlar ve yeterli güdülenme ile sağlanabilmektedir. Antrenmanlar ve mental hazırlık süreci kadar önemli olan bir diğer etken güdülenme olarak bilinmektedir.

Güdülenme, herhangi bir eylemi meydana getirme arzusudur. Hedefi öncelikle tutan davranışları başlatan, rehberlik gösteren ve devam ettiren süreçtir. Güdülenme harekete geçmemizi sağlayan şeydir. Bir sporcu antrenman yönünden ne kadar yeterli olursa olsun içsel ya da dışsal anlamda yeteri kadar güdülenmemiş ise başarıya ulaşması daha zor olabilir (Koçel, 2003).

Müsabakalarda kötü bir performans, geçmişte alınmış ağır bir yenilgi ya da rakibin tehdit edici sözleri sporcuların motivasyonunu arttıran, engelleyen ve ya öfke duygusunu pekiştiren durumlar olduğu bilinmektedir. Sporda öfke aslında çok sık karşımıza çıkan bir duygu durumudur. Öfke duygusu doğal bir duygu olmasına rağmen, bu duygunun kontrol edilememesi, saldırganlığa yol açabilmektedir. Bu yüzden öfke ve saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki olduğu söylenebilir (Mowlaie ve diğerleri, 2011).

### **1.1. Problem Cümlesi**

Türkiye Boks Federasyonunu 2019-2020 sezonunda lisanlı faal elit düzey boksörlerin hazırlık ve müsabaka dönemlerinde sporda güdülenme düzeylerinin belirlenmesi, saldırganlık ve öfke düzeylerinde buna göre anlamlı bir farklılaşma olup olmadığını incelemesi hedefi ile yapılan bu araştırmanın alt problemleri aşağıda maddeler olarak belirlenmiştir.

### **1.2. Alt Problemler**

- Elit düzey boksörlerin sporda güdülenme düzeyleri bazı demografik değişkenler yönünden hangi seviyededir?
- Elit düzey boksörlerin sporda saldırganlık ve öfke düzeyleri bazı demografik değişkenler yönünden hangi seviyededir?
- Elit düzey boksörlerin sporda güdülenme, saldırganlık ve öfke düzeyleri arasında anlamlı ilişki var mıdır?

### **1.3. Araştırmanın Amacı ve Önemi**

Bu çalışmanın amacı Türkiye Boks Federasyonunu 2019-2020 sezonunda lisanlı faal elit düzey boksörlerin spor güdülenme, saldırganlık ve öfke düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Elit düzey boksörlerin sporda güdülenme, saldırganlık ve öfke düzeylerini belirlemek aktif spor yapan boksörlerin güdülenme oranları ile saldırganlık ve öfke düzeyleri arasındaki ilişkiyi belirlemek sporcuların fiziksel performansları yanı sıra zihinsel

performanslarını geliştirmek adına alana ışık tutacaktır. Bu genel amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara cevap aranmıştır:

#### **1.4. Sayıtlar**

Yapılan bu araştırmanın planlı bir şekilde yapılmasında, uygulanmasında ve ulaşılan bulguların yorumlanmasında aşağıda verilen sayıtlardan yola çıkılarak hareket edilecektir:

1. Araştırmada kullanılan “Sporda Güdülenme leği” ve “Sporda Saldırđanlık ve öfke leği”nin geçerli ve güvenilir bir araç olduğu kabul edilecektir.
2. Araştırmanın konusu ile ilgili olarak elde edilen kaynaklardan alınan bilgilerin objektifliği yansıttığı varsayılacaktır.
3. Araştırmada kullanılan “Sporda Güdülenme leği” ve “Sporda Saldırđanlık ve öfke leği”nin araştırmaya katılan sporcuların güdülenme, saldırganlık ve öfke durumlarını ölçecek nitelikte ve yeterlikte olduğu varsayılacaktır.
4. Araştırmaya katılan Türkiye Boks Federasyonu 2019-2020 sezonu faal olan Elit düzey boksörlerin içtenlikle ve isteyerek hazır halde geldikleri varsayılacaktır.
5. Araştırmaya katılan sporcuların testlere içtenlikle cevap verdikleri varsayılacaktır.

#### **1.5. Sınırlılıklar**

Bu araştırma Türkiye Boks Federasyonu 2019-2020 sezonu faal olan; Erkeklerde, 52, 57,63,69,75,81,91,+91 kg. Kadınlarda; 48, 51 54, 57, 60, 64, 69, 75, 81, +81 kilo sikletlerinde Elit düzey boksörlerin araştırmaya katılımı ile sınırlıdır. Araştırmanın bağımlı değişkeni olan “Sporda Güdülenme leği” ve “Sporda Saldırđanlık ve öfke leğinin” ölçtüğü niteliklerle sınırlıdır.

#### **1.6. Tanımlar**

**Spor:** Oyun ile birlikte müsabakayı bir bütün haline getiren, bedeni kabiliyetleri çok olmasından dolayı, galip gelenleri mkfatlandıran bununla birlikte yoğun kasları gerekli hale geldiği takdirde devamlı ve sıkı çabayı zorunlu hale getiren bir uğraştır. Spor, kişinin doğal yaşamını, beşeri evre durumunu ortaya koyan, kazandığı kabiliyetleri geliştirmeye gayret gösteren, makul nizam çerçevesinde, materyalli ya da araçsız birey veya grup olarak tam



zamanını alarak meslekleştirerek yaptığı sosyal ve toplumla bütünleştirerek, ruh ve fiziği geliştiren yarışmacı, dayanışmacı ve kültürel bir olgu olarak yer alır (Erkal, 1982).

**Boks:** Özel eldiven giyilmiş iki kişinin belli kurallara uyarak yumruk yumruğa dövüşmeleri temeline dayanan bir spordur. Sporseverlerce dövüşme, saldırı, savunma veya karşılıklı mücadele olarak bilinir (Savaş, 1998).

**Güdü:** Bireyi bir amaca götürmek için davranmaya zorlayan, harekete geçiren, bireyin davranışlarını güçlendiren, etkileştiren, yönlendiren bir güçtür (Başaran, 1992).

**Motivasyon:** Bireyi çalışmak için harekete geçirmek, isteklendirmek ve çalışmaya sevk etmek anlamına gelir. Bireylerin belirledikleri bir hedef doğrultusunda da istekli ve arzulu davranışları olarak tanımlamak mümkündür (Koçel, 2003).

**Saldırganlık:** Canlı ve ya cansız herhangi bir varlığa karşı fiziksel ve/veya duygusal olarak zarar vermeyi amaçlayan her türlü davranış biçimi (Özdevecioğlu, 2010).

**Öfke:** Öfke saldırıya uğrama, engellenme, eleştirilme, tehdit edilme, yoksun bırakılma, kısıtlanma gibi durumlarda hissedilen, saldırgan davranışlarla sonuçlanabilen olumsuz bir duygu olarak tanımlanmaktadır (Budak, 2019).

## 1.7. Kısaltmalar

TBF : Türkiye Boks Federasyonu

AIBA : Uluslararası Amatör Boks Birliği

EUBC : Avrupa Amatör Boks Birliği

FIBA : Fransız Amatör Boks Federasyonu

SSCB : Sovyet Sosyalist Cumhuriyetler Birliği

SSÖÖ : Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği

MÖ : Milattan Önce

ARK : Arkadaşları

Gr : Gram

Kg : Kilogram

Dr : Doktor

SPSS : Sosyal Bilimler İçin İstatistik Programı

F	: Frekans
%	: Yüzde
<	: Küçüktür
>	: Büyüktür
r	: Korelasyon
n	: Örneklem/gruptaki örneklem sayısı
%	: Yüzde
$\bar{X}$	: Ortalama
SS	: Standart sapma
p	: Anlamlılık düzeyi
t	: t değeri
F	: ANOVA istatistik değeri
r	: Korelasyon istatistiği
$\beta$	: Regresyon katsayısı

## İKİNCİ BÖLÜM

### LİTERATÜR İLE İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

#### 2.1. Boks Sporü

Boks; özel eldiven giyilmiş, iki kişinin belli kurallara uyarak, yumruk yumruğa dövüşmeleri temeline dayanan bir spordur. Sporseverlerce dövüşme, saldırı, savunma veya karşılıklı mücadele olarak bilinmektedir. Modern boks İngiltere kökenli olup, dünyanın en popüler mücadele sporlarından biri olarak bilinmektedir. Performansın üst düzeyde olabilmesi için günümüz sporcularının üstün performansları birçok fizyolojik, psikolojik ve biyomekaniksel etkenlerin bir bütünü olarak nitelendirilir (Savaş, 1998).

##### 2.1.1. Boks Sporunun Tarihi

Sporun geçmişinin insanlıkla aynı süreçte ilerlediği benzer durumda olduğu belirtilmektedir. İnsan, beden gücüyle hemcinslerinden üstün güçte olmak ve onlara karşı üstünlük sağlamak ihtiyacı oluşmuş ve bu durumda sporun temel felsefelerinden biri olan “rakibe üstünlük sağlama” içgüdüsünün ortaya çıkmasını sağlamıştır (Alaaddinoğlu, 2012). Boks sporu, maddi kazanca erişmenin yollarından biri olarak boy gösteren boksun tarihi insanoğlunun tarihi kadar eskilere dayanır. Bu sporun yapı taşı olan yumruğu insanoğlu eskiden kendini korumak için kullanmıştır (Batmaz ve Kılınçoğlu 2017).

Eski çağlardan beri insan yemek bulmak ve doğa şartlarıyla başa çıkabilmek için kısacası hayatta kalabilmek için birçok fiziki yönünü kullanmıştır (Uçar, 2007). Sonrasında hemcinslerine ve doğaya hükmetmeye başlamasıyla hayatını daha kolay sürdürebilmek için iklim şartlarıyla başa çıkmaya çalışmış, kış şartlarında barınacak yerler bulmuş, en önemlisi de yemek ihtiyacı için avlanmayı öğrenmiştir. Aynı zamanda hayatlarını sürdürebilmek için saldırgan hareketlerde sergilemişlerdir (Strelnik, 1989; Akt. Özdil, 2016). Bunları öğreniyorken her geçen gün bu ihtiyaçlarını daha kolay karşılayabilmek maksadıyla, yeni malzemeler bularak bunları fiziksel özellikleriyle birleştirerek kullanmıştır. Daha sonraki aşamada ise bu aletleri daha etkili kullanabilmek adına özel teknikler geliştirmeyi öğrenmiştir (Alaaddinoğlu, 2012).

Bundan dolayı insanlar hem saldırı hem de savunma alanında fiziksel olarak kendini geliştirmiştir. Araştırmacı Speycer tarafından bulunmuş bir taş üzerinde yansıtılan boksör mücadelesi boksun eski bir tarihe sahip olduğunu göstermektedir (Strelnik, 1989; Akt. Özdil, 2016).

### **2.1.2. Türkiye Boks Federasyonu**

TBF (Türkiye Boks Federasyonu), 1924 yılında kurulmuş ve boks milli takımının oluşturularak müsabakalar için alt yapı oluşturulmuştur. Ayrıca 1927 yılında ise AIBA (Uluslararası Amatör Boks Birliği) üyeliği başvurusu kabul edilmiş bu süreçten sonra çalışmalarına devam ederek olimpik spor olan Boks branşı için ulusal ve uluslararası birçok çalışma yürütülmüştür (Batmaz & Kılınçoğlu, 2017).

Türkiye Boks Federasyonunun kurulmasından sonra boks spor gelişmekte ve Avrupadaki müsabakalarda başarı yakalamıştır. 1947 yıllarında Türkiye’de ferdi boks müsabakaları düzenlenerek hem sporcu hemde izleyici teşviki arttırılmaya hedeflenmiştir. Her geçen yıl boks sporuna olan ilgi artmakta ve 1990 yıllarının başlarında erkeklerde başarılar artarak kadın boksuna da teşvik hedeflenmiştir (Batmaz & Kılınçoğlu, 2017). Bu süreçten sonra ülkemizde elit düzey kadın ve erkek boks sporcuları yetişerek ulusal ve uluslararası müsabakalarda temsil etmişlerdir.

### **2.1.3. AIBA (International Boxing Association)**

Federation Internationale de Boxe Amatör (FIBA): Antwerp 1920 Yaz Olimpiyatları sırasında, İngiltere, Fransa, Belçika, Brezilyave Hollanda ulusal dernek temsilcileri uluslararası bir boks federasyonu kurulması için bir ön konsorsiyumda bir araya gelmiştir. 24 Ağustos resmi kuruluş tarihi olarak kutlanmakta olup, uluslararası yarışmaların amatör turnuvalarında kendini göstermeye başlamıştır (TBF, 2013).

1946 yılının Kasım ayında boks yönetim organı, Dünya Savaşı nedeniyle kaybedilen güvenilirliğini yeniden kazanmak amacıyla bir araya gelmiştir. Bu toplantıda EUBC Avrupa Amatör Boks Birliği ve FIBA Fransız Amatör Boks Federasyonu birleşerek AIBA Uluslararası Boks Federasyonu kurulmasına karar verilmiştir (TBF, 2013).

60 yıl sonra AIBA amatör kelimesini kullanmadan tüm kıta şampiyonalarında, Dünya kupası ve Dünya şampiyonasında yerini almış, 2005 yılında Dünya kupasını AIBA kazanmış, 2006 yılında Wu Ching-Kuo AIBA başkanlığına getirilmiştir 2010 yılında AIBA Boks Dünya Serisi WSB adı verilen profesyonel turnuva başlatmış, maçlar ağırlıklarına göre sikletlere ayrılmış, boksörler maça koruma başlığı takmadan ve vücutlarına atlet giymeden çıkmışlar, 2011 yılının Ağustos ayında AIBA oybirliği ile WSB’yi boks markası olarak onaylanmıştır. 2013 yılında da AIBA profesyonel alanda da kendini göstermeye devam etmektedir (TBF, 2013).

## 2.1.4. Boks Müsabakalarında Kategoriler

### 1. Minikler

**Tablo 1: Minikler Kategorisi Müsabaka Bilgileri**

Minikler Ferdi Türkiye Şampiyonası			
Yaş Kategorileri	Erkekler		Kadınlar
	Alt Minik (11-12 Yaş)	Üst Minik (13-14 Yaş)	Üst Minik (13-14 Yaş)
Sikletler(kg)	31,32,5,34,35,5,40,41,5,43,44,5,46,48,50,52,54,56,59,62,65,68,72,76,80,90,+90	37,38,5,40,41,5,43,44,5,46,48,50,52,54,56,59,62,65,68,72,76,80,90,+90	36,38,40,42,44,46,48,51,54,57,60,64,70
Müsabaka S Dinlenme S. Raunt	1 Dakika 1 Dakika 3	1 dk 30 sn 1 Dakika 3	1 dk 30 sn 1 Dakika 3
Eldiven Ağırlığı	284 gr	284 gr	284 gr

Tablo 1, Türkiye Boks Federasyonunun ulusal müsabakalarında uyguladığı minikler kategorisi; sikletleri, müsabaka süresini ve eldiven ağırlığını göstermektedir.

### 2. Yıldızlar

**Tablo 2: Yıldızlar Kategorisi Müsabaka Bilgileri**

Yıldız Ferdi Türkiye Şampiyonası		
Yaş Kategorileri	Yıldız Erkek	Yıldız Kadın
	15-16 Yaş	15-16 Yaş
Sikletler(kg)	46,48,50,52,54,57,60,63,66,70,75,80,+80	46,48,50,52,54,57,60,63,66,70,75,80,+80
Müsabaka S Dinlenme S. Raunt	2 Dakika 1 Dakika 3	2 Dakika 1 Dakika 3
Eldiven Ağırlığı	284 gr	284 gr

Tablo 2, Türkiye Boks Federasyonunun ulusal müsabakalarında uyguladığı yıldızlar kategorisi; sikletleri, müsabaka süresini ve eldiven ağırlığını göstermektedir.

### 3. Gençler

**Tablo 3: Gençler Kategorisi Müsabaka Bilgileri**

Gençler Ferdi Türkiye Şampiyonası		
Yaş Kategorileri	Genç Erkek	Genç Kadın
	17-18 Yaş	17-18 Yaş
Sikletler(kg)	49, 52, 56, 60, 64, 69, 75, 81, 91, +91	48, 51, 54, 57, 60, 64, 69, 75, 81, +81
Müسابaka S Dinlenme S. Raunt	3 Dakika 1 Dakika 3	3 Dakika 1 Dakika 3
Eldiven Ağırlığı	284 gr	284 gr

Tablo 3, Türkiye Boks Federasyonunun ulusal müsabakalarında uyguladığı gençler kategorisi; sikletleri, müsabaka süresini ve eldiven ağırlığını göstermektedir.

### 4. Büyükler

**Tablo 4: Büyükler Kategorisi Müsabaka Bilgileri**

Büyükler Ferdi Türkiye Şampiyonası		
Yaş Kategorileri	Büyükler Erkek	Büyükler Kadın
	19 - 40 Yaş	19 - 40 Yaş
Sikletler(kg)	52, 57, 63, 69, 75, 81, 91, +91	48, 51, 54, 57, 60, 64, 69, 75, 81, +81
Müسابaka S Dinlenme S. Raunt	3 Dakika 1 Dakika 3	3 Dakika 1 Dakika 3
Eldiven Ağırlığı	284 gr 64 kilo üstü 340,8 gr	284 gr

Tablo 4, Türkiye Boks Federasyonunun ulusal müsabakalarında uyguladığı büyükler kategorisi; sikletleri, müsabaka süresini ve eldiven ağırlığını göstermektedir.

### **2.1.5. Sporcu Kılık Kıyafetleri**

- Erkekler tıraşlı, bıyıkları varsa dudak hizasını aşmayacak uzunlukta olmalı,
- Atlet ve ya fanilaları göğüs ve sırt bölgesini örtmeli kırmızı ya da mavi renkte olmalı,
- Şortlar bel kısımları ayrı bir renkte ve baldırın yarısına kadar ince uzunlukta,
- Dişlikler şeffaf renk olmalı, başka renk olmamalıdır.
- Botları kabarasız topuksuz ve hafif olmalı,
- Sporcularda aksesuar bulunmamalı, kadınlarda kask içine bone takılmalıdır.

### **2.2. GÜDÜLENME**

Güdü organizmayı iç ya da dış dürtücünün etkisiyle eyleme geçiren uyarım durumu olarak ifade edilmektedir. Enerjiyi hedefe yönlendiren bilinci etkileyen bir durum olduğu da söylenebilir. GÜDÜLENME ise güdü ile organizmanın tamamen harekete hazır hale geçerek davranışta bulunma durumudur.

Kişiliğin biçimlenmesinde tutumları davranışları açığa çıkaran, başlatan, sürdüren, yönlendiren bilinçli ya da bilinçsiz etkenlere psikolojide güdü (motive) denir (Yiğit, 2011).

Güdülenme homeostatik denge durumunun bozulmasıdır, kendini bir gereksinme eksikliği olarak belli eder. Bahsedilen denge bozukluğunun giderilmesi için hissedilen gereksinmenin giderilmesi gerekmektedir. Kişide arzu, duygu, beklenti ve kaygı hisleri uyandırabilir. Organizmayı bu duruma sürükleyen içsel duruma güdülenme denir.

#### **2.2.1. Sporda güdülenme**

Sporda güdülenme ise sportif etkinlikler de bulunan kişilerin amaçları doğrultusunda duygularını ve ihtiyaçlarını amaçlanan performans düzeyine ulaşmalarını etki eden psikolojik bir olgu olarak tanımlanır. Başarı ve motivasyon gücü arasındaki ilişki özellikle spor ile birebir bağlantılıdır. Motive edici gücü yüksek olmayan bir eylemin düşük bir başarı ile sonuçlanması kaçınılmazdır. Her birey, huzur verici ve kendini tatmin edici ortamlar arama, kendini rahatsız edici durumlardan da kaçma eylemi gösterir. GÜDÜLERİN yapısında kaçınma ve arama eylemi her zaman vardır. Olumlu ya da olumsuz durumlarda hangi eğilim daha ağır basarsa güdü ona yönelik ortaya çıkar (Soyer ve diğerleri, 2010).

Spor ortamındaki güdülenme üç farklı görüşle açıklanmıştır.

Katılımcı merkezli görüş içerisinde, sporcunun veya antrenörün kişilik, ihtiyaç ve hedeflerinin, öncelikli belirleyicisi olduğu ifade edilmektedir (Anshel, 1997; Weinberg & Gould, 1995).

Durumsal görüş ise, kişisel tutum ve tavırların yetersiz olduğu ve güdülenme düzeyinin, ortam tarafından etki halinde olarak belirlendiğini ifade eden bir görüş olarak açıklanmaktadır. Örneğin; bir sporcu sıradan egzersiz programında kolaylıkla güdülenebilir, ancak müsabaka ortamında bu mümkün olmayabilir (Anshel, 1997; Weinberg & Gould, 1995).

Etkileşimsel görüşü ise güdülenmeyi anlamının en kolay yolunun, katılımcı merkezli ve durumsal merkezli görüşün etkileşiminin bilinmesi olduğunu ifade etmektedir (Altıntaş, 2015).

#### **2.2.1.1. İçsel güdülenme**

Güdü, organizmayı belirli tepkilerde bulunma çabasında buldurmaya ve bunun sonucunda ise bir şeyler öğrenmeye zorlamaktadır. Keller ise güdülenme kavramını, öğrencinin ya da bireyin öğrenmeye istek duymasını sağlayan çabanın yönü olduğunu ve içsel bir güç gibi bulgu olduğunu belirtmiştir (Selçuk, 1999).

İçsel güdülenme kavramı, bireylerin aktivitelerle katıldığında içsel tatmin, mutlu olma, zevk alma ve eğlenme gibi kavramlardan dolayı katılım sağlama gerçekleştirerek içsel güdülenme oluşmaktadır (Erdem, 2008).

#### **2.2.1.2. Dışsal güdülenme**

Dışsal ödüller bir kişinin spora başlamasında çok önemli bir etkiye sahip olabilir. Dışsal motive olanlar, başarısızlık korkusu, başarı endişesi, çok para kazanmaya, derecelere, sınıftakilerden daha iyi olmaya, ustasından aşağı olmamaya, iyi iş çıkaramazsa ailesinin onu cezalandıracağını düşünme gibi yönelimler sergilerler ve bu bireyler başarıya ulaşması için dışsal güdülenme yaşamasına sebep olur. Performansı etkileyen durum tamamen dışsaldır. Davranışlar ödüllerle pekiştirilebilir ya da istenmeyen davranışlar cezalarla söndürülebilir (Doğan, 2004).



### 2.2.2. Güdülenmeme

Güdülenmeme ilgisizliği konsantrasyon eksikliğini motivasyonsuzluğu ifade eder güdülenmeme ise bireylerin ne içsel ne de dışsal olarak güdülenmeleri, yetersizlik duygumu ve kontrol eksikliği olarak tanımlanmaktadır (Vallerand, 2001).

### 2.3. Öfke

Öfke, ortaya çıkabilecek çok sayıda olay tarafından tetiklenebilir. Örneğin, bir rakipten veya antrenrden tehdit alma veya performans ve geçmiş yenilginin anıları öfke durumunu tetikleyen dış sebeplerdir. Ancak anksiyete muhtemel spor yarışmasında en çok çalışılan ayırık duygudur. Öfke aynı zamanda sporda en deneyimli duygulardan biridir. Meydana gelen psikolojik durum rekabeti olumlu ya da olumsuz etkileyebilir.

Kavramsallaştırılmış fke, ortaya çıkan ayırık ve negatif tonlu duygulardan birisidir. Bireyin ego kimliğini etkiler. Öfke: bireyde kendisine karşı aşağılayıcı bir suç haline gelebilir. Öfkenin böylesine agresif davranış hali sporda önemli düzeyde görülmektedir. Agresif davranış spor yarışmasının farklı yönlerine yansiyabilir, farklı yapılar veya süreçler, öfke, saldırganlık, antisosyal davranış, öfke ruminasyonu ve provokasyonu öfke halindeki çoğu sporcularda gözlenmektedir (Gentry, 2007).

Öfke genellikle saldırganlığın öncüsüdür ve karmaşık etkileşimlerden etkilenmekte nörolojik ve çevresel değişkenler dahil olmak üzere çoklu kişisel ve çevresel değişkenler arasındadır. Öfke ncesi durum ve değerlendirme süreçlerinin yanı sıra anıları ve görüntüleri tetikleyen harici olaylar öfke i deneyim ve agresif tepkiler izlenmektedir. Öfke nispeten açık bir dış çökeltici tarafından ortaya çıkabilir, genellikle bir birey tarafından kolayca tanımlanır ancak, bilinçsiz süreçler öfke deneyimini ve ifadesini de etkileyebilir. Sporcuların tecrübe kazanmalarında öfkelerini ifade fiziksel kullanımları üzerinde önemli bir etkisi olabilir. Sporun içinde ve dışında saldırganlık ve şiddet olduğu söylene bilinir (Christoforidis, 2010).

#### 2.3.1. Öfkenin boyutları

Öfke, psikolojik bir durum olarak tanımlanmakta ve hafif tahriş veya sıkıntıdan yoğun öfkeye kadar yoğunluğu değişen duygulardan oluşur. Öfke, aktivasyon ve nöroendokrin süreçleri ve uyarılma eşliğinde otonom sinir sistemini etkiler. Öfke genellikle temel bir kavram olarak kabul edilir. Düşmanlık durumuna gelebilir ve başkalarına karşı olumsuz tutumlar, agresif ve çoğu zaman girişme niyetleri kindar davranış sergileyebilir. Bu davranış, elbette, genellikle kızgın duygularda gözlenmiştir (Aldao ve Nolen- Hoeksema 2010).

### **2.3.2. Öfke türleri**

Öfke deneyimi kavramsallaştırılabilir. Sürekli ya da yıkıcı öfke ve anlık, durumluk ya da yapıcı öfke olarak bilinen iki ana türden oluşur.

Anlık öfke, psikobiyolojik bir duygusal durum veya karakterize edilen bir durum olarak tanımlanır hafif tahriş veya sıkıntıdan yoğun öfkeye kadar yoğunluğu değişen öznel duygudur. Psikobiyolojik sürekli ya da yıkıcı öfke genellikle kaslar eşlik eder gerginlik yanı sıra nöroendokrin ve otonom sinir sistemlerinin uyarılması gerçekleşir. Zaman ilerledikçe, öfkenin yoğunluğu artar, algılanan bir adaletsizlik, haksız muamele veya saldırıya uğrama veya engellerin bir sonucu olarak hayal kırıklığı gözlemlenir (Atkinson ve diğerleri, 2010).

Anlık, durumluk ya da yapıcı öfke eğilimi bireysel farklılıklar açısından tanımlanır çok çeşitli durumları sinir bozucu veya sinir bozucu olarak algılayın ve bu tür durumlara yapıcı öfke yükselmeleri ile cevap verilmelidir. Öfke deneyimi sürekli ya da yıkıcı öfke daha sık daha yüksek düzeyde rapor edilmiştir. Daha düşük öfke seviyelerine sahip olan bireylerden daha büyük bir yoğunluğa sahip olmaktadır (Atkinson ve diğerleri, 2010).

Öfke saldırganlığı, öfke bastırma ve öfke ifadesini kontrol etmek için dış çabalar olmak üzere dört ana bileşen olarak kavramsallaştırılır. Bir kişinin ortamındaki diğer kişilere veya nesnelere karşı öfke ifadesi açık öfke, içe doğru yönlendirilir başka bir deyişle, kızgın duygularda ve onları başkalarıyla paylaşmamak kapalı öfke kontrolü önlenmesi çabaları anlamına gelir. Bir kişinin çevresindeki diğer kişilere veya nesnelere karşı öfke ifadesi öfke açık kontrol sakinleştirici tarafından bastırılmış kızgın duygular kontrolünü içerir (Sofia ve Cruz, 2017).

## **2.4. Saldırganlık**

### **2.4.1. Saldırganlığın Tanımı**

Saldırganlık, Latince kökenli bir kelime olup tavır almak ve tepki vermek anlamlarında kullanılmaktadır. Kelime anlamı ise belirli bir yöne doğru gitmektir. Saldırganlık, başkalarına ya da nesnelere yönelik zarar verici davranışlardır (Köknel, 1999).

Günümüzde yaygın olarak araştırılan saldırganlık kavramı; “canlı veya cansız herhangi bir varlığa karşı fiziksel ve/veya duygusal olarak zarar vermeyi amaçlayan her türlü davranış biçimi” şeklinde tanımlanmaktadır (Özdevecioğlu, 2010).

Cüceloğlu (1997) saldırganlığı “uyuma yönelik” ve “yer değiştirmiş” saldırganlık olarak iki gruba ayırmıştır. Uyuma yönelik saldırganlık, bazen çevreye uyumu kolaylaştırırken bazen de uyumu bozduğu; yer değiştirmiş saldırganlıkta ise engellemelerle birlikte oluşan kızgınlık sonucunda duyguların ifade edilemediğini ve bu duyguların başka bir nesne ya da kişiye yönlendirildiğini ileri sürmüştür. Ayrıca genel anlamda saldırganlığın, engellemeler karşısında gösterilen davranış örüntüleri olduğunu ifade etmiştir.

Genellikle incitici, zarar ve acı verici olarak ifade edilen ve temelinde bu tür davranışların bulunduğu ileri sürülen saldırganlık, bazen de zarar vermenin haricinde çok farklı sebeplerden dolayı gerçekleşebilmektedir. Kişiler; özgür olmak, diğer insanlar üzerinde otorite kurmak, statü ve başarı elde etmek gibi amaçlarla da saldırganlığa başvurabilmektedirler (Kurtuluş, 2005). Aynı zamanda saldırganlık; bireyin kendine veya diğer insanlara yönelik gerçekleştirdiği yıkıcı/zarar verici düzeydeki davranış şekli olabileceği gibi, bireyin kendisini koruma amacıyla sergilediği davranış şekli olarak da ifade edilebilir (Çelik, 2006).

Saldırganlık, sağlıklı bir şekilde kendini gerçekleştirme veya ortaya koyma biçiminde ve öz koruyucu olabileceği gibi, yıkıcı davranışlarda olduğu gibi olumsuz da olabilir” şeklinde tanımlayarak, saldırganlık eyleminde hedefin yalnızca diğer insanlar olmadığı, bazen de bir kurum, fiziki çevre veya yoğun psikolojik rahatsızlık yaşayan bireyin kendisinin de olabileceğini ileri sürülmektedir.

#### **2.4.2. Saldırganlık Türleri**

Saldırganlıkla ilgili çalışmalarda, saldırganlık çoğu kez tek bir başlık altında tanımlanmamış çeşitli gruplara ayrılarak ele alınmıştır. Bunun nedeni ise; farklı etmenlerin, farklı fiziksel, ruhsal ve zihinsel süreçlerle birleşmesiyle farklı saldırganlık türlerinin ortaya çıkmasına neden olduğu şeklinde ileri sürülmüştür (Çelik, 2006).

Freedman ve arkadaşları (2003) saldırganlığı: “özgeci, düşmanca ve izin verilmiş saldırganlık” şeklinde gruplandırmışlardır.

**2.4.2.1. Özgeci Saldırganlık:** Grubun olması gereken moral düzeyinde ve kabul edilebilir amaçlar kapsamında, toplumun onaylamış olduğu saldırganlık olarak tanımlanmaktadır (Durak, 2006).

**2.4.2.2. Düşmanca Saldırganlık:** Toplumun onaylamadığı, kısıktırılmamış, tahrik edilmemiş saldırganlık olarak ifade edilmektedir (Durak, 2006).

**2.4.2.3. İzin Verilmiş Saldırganlık:** Toplum kurallarına aykırı, ancak bu kurallar ve kabul edilebilir ahlaki standartlar dışına taşmayan, saldırganlık olarak tanımlanmıştır. Bir öğretmenin dersi engelleyici davranışlarda bulunan öğrenciyi disipline sevk etmesi izin verilmiş saldırganlık örneğidir (Durak, 2006).

**2.4.2.4. Aktif ya da pasif saldırganlık:** Aktif saldırganlık, hedefe yönelik bir davranış şeklidir ve amaç, saldırganının kurbanının canını yakma ve çektirmektir. Pasif saldırganlık ise, aktif saldırganlığın tam aksine karşıdaki kişiye doğrudan şiddet uygulamak yerine, dolaylı yollardan onun amacına ulaşmasına engel olmak olarak ifade edilebilir (Kılıç, 2007).

**2.4.2.5. Doğrudan ya da dolaylı saldırganlık:** Doğrudan saldırganlık karşıdaki kişiye kışkırtmaya ya da kızdırmaya sebebiyet verebilecek zarar verici etkenlerin doğrudan gönderilmesi sonucu meydana gelen saldırganlık olarak tanımlanırken, dolaylı saldırganlık zarar verici etkenlerin dolambaçlı şekilde karşıdaki kişiye gönderilmesi olarak ifade edilmiştir (Çelik, 2006).

Saldırganlığın düşmanca ve araçsal olmak üzere iki türünden bahsedilmektedir (Çobanoğlu-Güner, 2006). Düşmanca saldırganlık; hedefin kışkırtmalarına güdülenen, saldırgan kişinin herhangi bir durum, canlı ya da nesneden hoşlanmaması veya nefret duymasından dolayı, içerisindeki öfke ve düşmanlık duygularını da barındıran ve amacı hedefe zarar vermek olan saldırganlık türü olarak tanımlanmaktadır. Araçsal saldırganlık ise; hedefin kışkırtmalarından etkilenmeyen, içerisinde düşmanlık ve öfke bulunmayan, bir hedefi gerçekleştirmek veya bireysel gereksinimler için gerçekleştirilen saldırganlık çeşididir. Örneğin, bir hırsızın eve girmesi üzerine, ev sahibinin onu etkisiz duruma getirmek için kafasına şamdanla vurması ev sahibi ona zarar vermektense daha çok korunmak amacıyla araçsal saldırıda bulunmuştur (Çelik, 2006).

Çelik (2006) göre; Ferris ve Grisso (1996) saldırganlık kavramını, olumlu ve olumsuz olarak iki grupta incelemişlerdir. Olumlu saldırganlığı; kişinin fiziksel varlığını ve bireyselliğini korumasını sağlayan, sosyal çevresinde kendi bireysel egemenliğini ve üstünlüğünü kurmasına ve bunların seviyelerini artırarak devam ettirmesine imkan sağlayan bir saldırganlık türü olduğunu ileri sürmüşlerdir. Olumsuz saldırganlık ise, “her iki taraftan birini hem suçlu hem de kurban durumuna düşürecek, fiziksel tahribatın yüksek olduğu, psikolojik ve duygusal travmaların yaşandığı zarar verici davranışları içeren saldırganlık türü” şeklinde tanımlamıştır.

Saldırganlık farklı şekillerde ortaya çıkmakla birlikte, saldırganlık türlerinin tümünde karşı tarafa zarar vermek amacı güdülmektedir. Pek çok araştırmacının saldırganlığı ne şekilde sınıflandırdıklarına yer verildikten sonra, saldırganlığın türlerinin temelinde 3 davranış türü görülmektedir. Bunlar; engelleme davranışları, açık şiddet davranışları, düşmanca davranışlardır (Karaca, 2007).

### **2.4.3. Saldırganlık Davranışları**

#### **2.4.3.1. Engelleme Davranışı**

Bu tip davranışlar bir kişi, grup ya da organizasyonun faaliyetine engel olmak amacıyla gerçekleştirilen davranışlardır. Genellikle bireyin hedeflerine erişmesini engellemek esasına dayanır. Bu tür davranışlar karşıdakine sezdirmeden yapılır. Başlıca engelleme davranışlarını şu şekilde sıralamak mümkündür:

- Telefonlara cevap vermemek,
- Başkaları için önemli olan birtakım işlerin gerekenden daha uzun zamanda gerçekleşmesine sebep olmak,
- Birini tehlike anında uyarmamak,
- Beklenen yere zamanında gitmemek,
- Önemli bir gelişmeyi ya da bir planı diğerlerinden gizlemek,
- Birinin yaptığı işe müdahalede bulunmak,
- İşletme kaynaklarını gereksiz yere kullanmak,
- Gerekli olan malzeme ya da kaynakları tedarik etmemek,
- İşi kasten yavaşlatmak (Karaca, 2007).

#### **2.4.3.2. Açık Şiddet Davranışı**

Şiddet ile saldırganlık genellikle eş anlamlı olarak kullanılıyor olsa da aralarında birtakım farklılıklar bulunmaktadır. “Saldırganlık basit bir küfürle sözel ya da dolaylı biçimde olabilirken, şiddet fiziksel öğelerin daha ağır bastığı zarar verme oranının yüksek olduğu bir saldırganlık boyutudur. Bu kavramın fiziksel saldırıya dönüşen haline yani baskı ve güç

uygulama, taciz etme, fiziki zarar verme gibi saldırılar şiddet olarak ifade edilmektedir (Karaca, 2007).

Açık şiddet içerikli davranışlar esas olarak şiddet olarak tanımlanmakta ve bu tür davranışlar belirli bir süreç sonrasında ortaya çıkmaktadır. Çoğu zaman düşmanca davranışlar engelleme davranışlarına, engelleme davranışları da açık şiddet davranışlarına dönüşebilmektedir. Açık şiddet davranışlarının başlıcaları şunlardır:

- Silahla saldırmak,
- Fiziksel olarak saldırmak (itmek, vurmak, tekmelemek, vb.),
- Hırsızlık yapmak,
- Saldırı amacıyla tehdit etmek,
- İşyerini zarara uğratmak,
- Kişilerin mesajlarını silmek,
- Cinsel yönden taciz etmek,
- Tecavüze yönelik şiddet kullanmak (Karaca, 2007).

#### **2.4.3.3. Düşmanca Davranış**

Bu tür davranışlar sözlü ya da sembolik anlamlar taşımaktadır. Öldürmek ya da fiziksel olarak hasar bırakmak amacıyla yapılan şiddet davranışları değil, karşıdaki kişiyi duygusal açıdan yıpratmak amacıyla sergilenen davranışlardır. Düşmanca davranışların başlıcalarını şu şekilde sıralamak mümkündür:

- Birinin fikirlerini önemsememek,
- Uygun olmayan hareketlerde bulunmak,
- Birinin dedikodusunu yapmak,
- Birini asılsız suçlamalarla zan altında bırakmak,
- Birey üzerinde baskı oluşturmak,
- Birinin konuşmasını kaba bir şekilde yarıda kesmek,

- Başkalarını küçümseyerek kendini ön plana çıkarmak,
- İş ortamında bir çalışan hakkında yöneticilere yanlış bilgiler vermek,
- Sözlü cinsel tacizde bulunmak, küfür etmek (Karaca, 2007).

#### **2.4.4. Saldırganlığa Neden Olan Faktörler**

Günlük hayatta açıkça ifade etmekten kaçındığımız birtakım davranışlar vardır. Bunlardan birisi de saldırgan davranışlarımızdır. Saldırgan davranışlarda çeşitli etmenler etkili olabilmektedir. Bu etmenler tek başına etkili olabileceği gibi, birkaç etmenin bir araya gelmesiyle de saldırganlığı tetikleyebilmektedirler. Bazı etmenler ise kimi zaman saldırganlığı artırabilirken kimi zaman da saldırganlığın ortaya çıkma ihtimalini azaltabilmektedirler. Bu durum kişiden kişiye farklılıklar gösterebilmektedir (Bayram, 2012).

Bazı araştırmacılar; bireyi saldırgan davranışlar sergilemesine iten etmenleri tek bir nedene ya da psikolojik sürece bağlamayarak, bu soruna neden olan faktörleri farklı tanımlarla açıklamışlardır:

- İnsan doğası gereği saldırgandır,
- stresten dolayı saldırganca davranır,
- saldırgan olmayı sonradan öğrenir,
- herhangi bir engelle karşılaştığında saldırganca davranır,
- baskı nedeniyle saldırganca davranır,

-kontrol mekanizması zayıfladığında ve ya herhangi bir olumsuz durumla karşılaştığında saldırganca davranır (Şekertekin, 2003).

##### **2.4.4.1. Kişilik**

Kişilik ve saldırganlık arasındaki bağ incelendiğinde; saldırgan davranışlarda bulunan bireylerin birtakım belirgin kişilik özelliklerinin olduğu gözlenmektedir. Yapılan bazı araştırmalarda kişiliği A ve B olarak iki grupta inceleyen yaklaşımlara göre A tipi kişiliğe sahip bireyler; “rekabetçi, saldırgan, aceleci ve asabi olarak nitelendirilmekte ve bu tip bireylerin kendilerine rakip olarak gördükleri kişilere karşı daha saldırgan davrandıkları ifade edilmektedir. B tipi kişilikte tüm bunların tersi söz konusudur. Her bireyde farklı olan kişilik

özellikleri; bireyin davranışlara karşı ne gibi tepkilerde bulunabileceğini tahmin etmeye yarayan yapılardır (Karaca, 2007).

#### **2.4.4.2. Cinsiyet**

Çocukluğun ilerleyen dönemlerinde erkekler kız çocuklara oranla daha fazla saldırgan davranmakta ve yoğun olarak dışa vurmaktadırlar. Erkeklerin dışa vurumları; daha çok fiziksel, sosyal ya da maddi ödül, statü kazandırma gibi yararlı sonuçlara bağlı olarak saldırgan davranışlardır. Statü oluşturmak için sergilenen saldırgan davranışlar araç olarak kullanılmaktadır. Kadınlar ise sosyalleşmenin yanında fiziksel olarak zayıf olmaları sonucu fizikselden çok doğrudan ya da dolaylı olarak sözel saldırganlık daha çok göstermektedirler (Kılıç, 2007). Bu durum kadınların sözel becerilerinin daha iyi olmasına bağlanmaktadır (Dervent, 2007).

Toplumda erkeklerin saldırganca davranış sergilemeleri kadınlara göre daha hoşgörülü karşılanır. Örneğin; erkek çocukların oynadıkları oyunlar dahi saldırgan içerikli olsa da normal karşılanmaktadır. Ancak, batılı toplumlarda, kadınların gün geçtikçe artan özgürlükleri; onların şiddete karşı çekingen ve korkak yaklaşımlarını ortadan kaldırmış, saldırgan olmalarını önündeki engellerin yok olmasına sebep olmuştur (Kılıç, 2007).

#### **2.4.4.3. Yaş**

Alanında yapılan pek çok araştırma; erken çocukluk dönemi saldırgan davranışların, ileri dönemlerde sergilenen saldırgan davranışların tetikçisi olduğu daha da ciddi bir hal aldığı sonucunu göstermektedir (Çelik, 2006). Örneğin; üç yaşında yapılan (aşırı hareketlilik gibi) saldırgan davranışların, sekiz yaşlarında gözlemlenen anti-sosyal davranışlarla ilişkisinin olduğu ileri sürülmektedir. Çocuktaki bu tür davranışların yetişkinlik dönemine kadar devam edebildiğini ve bu durumun da gençlik dönemindeki anti-sosyal davranışlara, mesleki statünün düşük olmasına, alkol bağımlılığına, suç işlemeye meyilli olmaya neden olabileceği savunulmaktadır (Çelik, 2006).

#### **2.4.4.4. Çevre**

Çevre, etrafımızda gördüklerimizin tümü olarak tanımlanmaktadır. Kişi çevrenin bir parçası konumundadır ve bu iki unsur sürekli etkileşim halindedir. Kişiler refah ve mutluluk içinde yaşamak için, çevrenin kendilerine verdiği sorumlulukları yerine getirmek zorundadır. Dolayısıyla kişilerin içinde buldukları bu karmaşık sistemde; yaptığı işe konsantre olamama,



aşırı rahatsızlık, kızgınlık, öfke, can sıkıntısı, kendisini kaybederek ne yaptığının farkında olamama, çevresel faktörlerin de içinde bulunduğu oluşumlar saldırganlığa yol açmaktadır (Erden, 2007).

Saldırgan davranışlara neden olabilecek çevresel faktörler oldukça fazladır. Bunlardan en önemlileri; “hava kirliliği, gürültü, kalabalık, alkol, uyuşturucu vb. maddelerin kullanımı” olarak sayılabilir. Örneğin; ortamın kötü kokuyor olması, insanları rahatsız ederek, saldırgan davranışlarda bulunmalarına sebebiyet vermektedir. Yapılan araştırmalarda, çalışma alanlarında rahatsız edici derecede gürültüye maruz kalan bireylerin, maruz kalmayanlara oranla şiddete daha çok meyilli oldukları tespit edilmiştir. Aynı zamanda yoğun kalabalığın bulunduğu alanlarda da saldırganlık eğiliminin arttığı ileri sürülmektedir (Erden, 2007).

#### **2.4.4.5. Aile**

Saldırgan davranışların oluşumunda aile öneminin rolü oldukça etkilidir. Çocuğun doğumundan itibaren ilk karşılaştığı, sosyal ilişkilerinin temelini attığı ve temel eğitimini aldığı toplumsal kurum ailesidir. Aile; çocuğun bakım ihtiyaçlarını, bedensel ve zihinsel yönden gelişimini sağlamasının yanı sıra, çocuğun kişilik gelişimi ve davranışlarını da yönlendirerek onun toplumda belli bir statüye sahip olmasını sağlamaktadır. Dolayısıyla aile ve aile içerisindeki bağların çocuğa önemli derecede etkileri bulunmaktadır. Ayrıca, toplumsallaşma yönündeki ilk temellerin atıldığı bu kurumun, bireyin davranışlarının şekillenmesindeki rolü oldukça önemlidir. Aileler çocuğa aktarmış oldukları genetik özelliklerinin yanı sıra, yanlış disipline ederek saldırganlığı ödüllendirmeleri, bu konuda toleranslı davranmaları ya da, kendi saldırgan davranışlarıyla ona model olmaları, çocuklarını saldırganlığa eğilimli hale getirebilmektedirler (Kurtyılmaz, 2005).

Anne-babaların çocuğun normal davranışlarını gereksizce engellemeleri, isteklerini eleştirmeleri, dalga geçmeleri, çocuğa sık sık ceza vermeleri, çocuğun her istediğine boyun eğmeleri ya da ihmalkar davranmaları, çocuğun saldırgan davranışlar sergilemesine zemin hazırlamaktadır. Yani, bireydeki uyumsuz ve saldırgan içerikli davranışlar, bireyin yaşadığı ortamdaki gelişen olumsuz durumlardan etkilenmektedir. Dolayısıyla, bireyin rahatsızlığı gerçekte içinde yaşadığı rahatsız bir ailenin ve kötü yönde devam eden bir etkileşimin belirtisi olarak ifade etmek yerinde olacaktır (Onur, 1995).

#### **2.4.4.6. Kültür**

Kültür, bireyin duygu ve düşüncelerini geliştirerek, doğal çevresi ve kendi zihinsel bütünlüğüyle ilişkili olarak inşa ettiği ve nesilden nesile aktardığı davranış Őekillerinin bütünü olarak tanımlanmaktadır (Kurti, 2006). Kültür, bir bireyin gelişmesine yardımcı olan en önemli unsurlardan birisidir. Birey ait olduğu toplumun kültürel yapısı ile yoğrulmakta ve yaşam tarzını bu yapıya göre belirlemektedir. Őayet, ait olduğu kültür sapkın ve saldırgan davranışlara diğer kültürlere nazaran daha hoşgörülü bir yaklaşım sergiliyorsa, bu davranışlarla beslenmiş birey farklı kültürlerde problem yaşayabilir. Bir toplumun sosyo-kültürel yapısı, belirlemiş olduğu davranış kalıplarına göre yaşam Őeklini etkilemekte ve biçimlendirmektedir. Bireylerin kişilik yapıları, davranış biçimleri, iyi-kötü, doğru-yanlış gibi algıları, toplumun sosyo-kültürel yapısıyla doğrudan ilişkilidir (Karaca, 2007).

Saldırganlığı kabul eden bir kültürle yetişen bireyler bu davranışları benimseyerek yaşantılarının her alanında bunları kullanma eğilimine gireceklerdir. Oysa saldırganlık genel anlamda toplum tarafından onaylanmaz ve bu tür davranışlara izin verilmez. Kısacası saldırganlığı bir kültür haline getirmek insanlığın tarihi gelişimi açısından oldukça zararlı olacağından insanların bu davranışları kabul ederken gelecek nesli düşünmeleri yararlarına olacaktır (Kurtyılmaz, 2005).

#### **2.4.4.7. Kitle İletişim Araçları**

Bireyler, kitle iletişim araçlarından birinde yer alan bir programda, saldırgan davranışlarda bulunun bir karakteri model olarak onun gibi davranıp çevresine zarar verebilmektedirler. ocuk saldırgan davranışları ne kadar çok izlerse, bu davranışların normal olduğunu düşünmektedir. Çocukların saldırgan davranışlarını etkileyen en önemli faktörlerden biri de Şiddet içeren (savaş, döğüş gibi) oyunlardır. Bağımlılık düzeyindeki özellikle de bilgisayar oyunları çocukların bilinçaltını etkisi altına alarak bu davranışları olağan davranışlar gibi algılamalarına neden olmaktadır. Örneğin; televizyonda birisinin dayak yediğini seyreden ocuk uyarılarak bu tür davranışların toplumda kabul edilebilir bir davranış türü olduğunu ve yapılmasında herhangi bir sakıncanın olmadığını düşünmektedir Bu rnek rol modeli, bireyin saldırganlığını arttırmakta ve ileride bireyde kişilik yapısı haline dönüşebilmektedir. Öte yandan Şiddet sahnelerini izleyen ocuk kendisini filmin kahramanı ile özdeşleştirmekte ve onun davranışlarını örnek olarak o Şekilde davranmasına neden olmaktadır (Freedman ve diğerleri, 2003).

Amerika’da bu konu üzerinde yapılan araştırmalarda, cinayet ve cinsel saldırıların en önemli nedeninin televizyonda yayınlanan şiddet içerikli programlardan kaynaklandığı tespit edilmiş ve sonuç olarak birtakım yayın ilkeleri düzenlenmiştir. Bu düzenlemenin benzeri; Avrupa ve Japonya’da da uygulanmıştır. Türkiye’de ise anne-babaların %70’i çocuklarının şiddet içerikli programları izlemelerini denetim altına alamadıklarını ifade etmişlerdir. Yapılan yurt içi araştırmalarda; televizyon izleyicilerinin %66’sı kadar büyük bir oranı, şiddet içerikli yayınların etkisinin azaltılmasına yönelik olarak, bu tür programların gece saatlerinde yayınlanmasını istemişlerdir (Durak, 2006).

#### **2.4.5. Saldırıcılığın Etkileri ve Sonuçları**

Saldırıcılık sonucunda bir takım psikolojik rahatsızlıklar ortaya çıkmaktadır. Bunlardan bazıları şu şekilde görülmektedir:

**2.4.5.1. Anksiyete Stres:** herhangi bir tehditle karşıya kalındığında üzüntü olarak verilen tepkileri içeren anksiyete, açıkça seçilebilir bir uyararla bağlantılı ya da bağlantısız olabilen, korku ve endişe ile beliren bir duygusal durumdur. Anksiyete; kaygılı, boğulma hissi, bunaltı basması gibi sıkıntılı durum anlamına gelmektedir (Uysal, 2007).

**2.4.5.2. Depresyon:** yoğun bir keder, derin sıkıntı, değersiz olma hissi, umutların yitirilmesi ve sık yaşanan bir korku ve endişe olarak ifade edilen bir duygu durumudur (Merttürk, 2005). Depresyon, bireyin yaşam isteğinin yok olması, kendisini ileri derecede kederli hissetmesi, geleceğe dair kötümser düşünme, geçmişte yaşananlardan pişmanlık, suçluluk duyma, hatta bazı zamanlarda intihar girişimi, uykusuzluk, iştahsızlık, cinsel isteksizlik gibi fizyolojik bozuklukların görüldüğü bir sendromdur (Vamık ve Çevik, 1993). Depresyonda ortaya çıkan ruhsal, bilişsel, davranışsal, bedensel ve fizyolojik değışiklikler şöyle özetlenebilmektedir (Merttürk, 2005):

- Ruhsal yönden çöküklük, üzüntü, keder ve neşesizlik hali,
- Yaşamaktan zevk almama, çevreye karşı duyarsızlaşma, isteksizlik içinde olma,
- Basit günlük işleri yapmaya zorlanma, hatta engelleyecek seviyede enerji düşüklüğü,
- Güçlkle konuşma, hareketlerde yavaşlama ya da aksine huzursuz bir şekilde yerinde duramama,
- İştah ve kilo değışiklikleri,

- Genel olarak bir halsizlik, güçsüzlük, bitkinlik,
- Dikkatini toplama güçsüzlüğü, kararsızlık, dalgınlık,
- Kendini değersiz hissetme ve güvensizlik,
- Yetersizlik, çaresizlik, güçsüzlük duygusu,
- Ölümle ilgili yoğun düşünceler ve intihar eğilimleri,
- Bedensel ağrı ve yakınmalar (Merttürk, 2005).

**2.4.5.3. İntihar:** Saldırganlığın bireyin kendisine yönelmesidir. Bu tip saldırganlığa, en çok dışa yönelik saldırganlığa ket vurulduğu durumlarda rastlanır ve özellikle saldırganlığa ket vuran engeli aşamadığı için birey kendine kızılıyorsa, engellenme nedeni olarak kendini görecektir ve bu sefer saldırganlığını yeni engellenme nedenine yani kendine yöneltecektir. Saldırganlık kendini aşağılama ve suçlamadan başlayıp, kendini öldürmeye kadar uzanır (Karayılmaz, 2006).

**2.4.5.4. Uykü bozuklukları:** Şiddet içeren davranış ve bununla ilişkili olarak çıkan psikolojik durumlar bireylerde uykü bozukluklarına neden olmaktadır (Karaca, 2007).

**2.4.5.5. Psikosomatik Rahatsızlıklar:** psikolojik nedenlerle başlayan rahatsızlıkların fizyolojik rahatsızlıklara dönüşmesi olarak ifade edilmektedir. Bireyler sürekli baskı, tehdit, stres ve tacize maruz kaldıklarında birtakım fiziksel bozukluklar yaşayacaklardır (Karaca, 2007).

#### **2.4.6. Saldırganlık-Spor ve Sporcu İlişkisi**

Sporla saldırganlığı genel olarak “bir yarışma ya da müsabaka esnasında sporcunun, psikolojik, fizyolojik, biyolojik ve çevresel etmenlerden etkilenecek, rakibine, hakeme veya takımındaki arkadaşlarına karşı gerçekleştirmiş olduğu eylemsel durumlar” şekilde tanımlamak mümkündür (Şahin, 2003).

Bir grup araştırmacı; içerisinde saldırgan unsurların sıkça rastlandığı sporları yapan bireylerin normal yaşamlarında da saldırgan davranışlar sergilediklerini vurgularken, diğerk bir grup araştırmacı ise bu tür sporları yapan bireylerin normal yaşamlarında saldırganlık davranışlarını kontrol edebilmede oldukça başarılı ve saldırganlığa daha az eğilimli olduklarını tespit etmişlerdir (Dervent, 2007). Günümüzde; “boks, karate, teakwondo” gibi şiddet ve

saldırgan hareketlerin bulunduğu spor branşlarıyla uğraşan sporcuların genellikle hem yarışmalarda hem de normal yaşantılarında sıkça sergiledikleri bu tür davranışlar, ne yazık ki sporun barışçıl ortamına gölge düşürerek insanların zihninde negatif bir durum olarak yerini almıştır (Erden, 2007).

Sporun temel amacı, vücudun fiziksel, ruhsal ve zihinsel gelişimini sağlamak ve vücudu zinde tutmak, bireyin hayata olumlu şekilde bakmasını sağlamaktır. Normal hayatta saldırgan davranışlar; çalışma ortamının stresi, ekonomik güçlükler, yaşamın olumsuzluklarıyla mücadele sonucunda kendini gösterirken, sporda başarı sporcunun rakibini engellemesiyle elde edildiğinden dolayı, bu tür davranışlara belli kurallar çerçevesinde izin verilmektedir. Sporcu, müsabaka esnasında hem çevresiyle hem de rakibiyle yarışmaktadır. Sporcular; başarılı ve popüler bir sporcu olmak ve bu popülerliği sürdürmek amacıyla, sahip olduğu becerilerine ters düşen oldukça riskli ve uygunsuz davranışlar sergileyebilirler. Sporun içindeki saldırgan davranışların az veya çok olması, çoğu zaman spor dallarıyla da yakından ilgilidir. Kişisel mücadele gerektiren spor dallarında sporcu rakibiyle sürekli temas halindedir. Bu tür yarışmaların kurallarını bilmeyen seyirci, bu tür davranışları saldırganlık olarak algılayabilmektedir (Erden, 2007).

Sporda iki önemli husus; saldırının ne niyet ve amaçla yapıldığı ve saldırının yöneltildiği hedefdir. Bir sporcunun, yaptığı spora ait kuralları çiğneyerek, rakibine zarar verme amacıyla herhangi bir davranışta bulunması saldırgan bir davranış olarak nitelendirilmektedir. Sporda saldırganlık davranışları sözel, bedensel ve birtakım işaretlerle yapılır (Kurtiç, 2006).

Sözlü saldırganlık; karşısındaki kişiyi tahrik etmek veya onun güçsüz yanını ortaya koymak amacıyla yapılan bir saldırganlık türüdür. Hemen her futbol karşılaşmasında birbirini tahrik etmeye çalışan kışkırtıcı futbolcular vardır. Hakemin görmediği alanlarda rakibini tahrik ederek onları eksik bırakma düşüncesi içinde davranan futbolcular rakip oyunculara sözlü olarak sataşır. Örneğin; acı vermek ve sinirlendirmek amacıyla rakibine ya da hakeme karşı hakaret niteliğindeki sözler sarf etmek ve onlarla dalga geçmek sözlü saldırganlığa girmektedir (Kurtiç, 2006).

İşaretlerle saldırganlık: yumruk, bir takım el-kol hareketleriyle veya bakışlarla yapılan saldırganlık çeşididir. Bazen atılan bir gol sonrasında aşırı düzeyde sevinme bazen de yenilen gol sonrasında yapılan hareketler ve ya işaretler ortamın gerilmesine sebep olabilmektedir (Kurtiç, 2006).

Bedensel saldırganlık: Bu tür saldırganlık türüne yalnızca yakın temasa izin verilen takım ve bireysel mücadele sporlarında rastlanır. Çelme takma, tekme veya yumruk atma, spor aletleriyle rakibe vurma gibi eylemler bedensel saldırganlık içerisinde yer alır. Bedensel saldırganlık, yumruk ya da spor aletleriyle sporcunun rakibini tehdit etmesidir. Bazı el kol hareketleri ve bakışla da saldırganlık sergilenebilir (Kurtiç, 2006).

Sporda saldırgan davranışların olmasının en önemli nedenlerinden birisi de sporcunun engellenmesinden kaynaklanmaktadır. Çobanoğlu ve Güner (2006); bu engellenmeyi güdülerin bloke edilmesi ya da önlenmesi olarak ifade etmektedir. Araştırmacıya göre; bu güdüler sporda üstün olan başarı etrafında dönen hükmetme, güç, tanınma, prestij ve mükemmellik gibi konular bloke edildiğinde veya engellendiğinde genellikle saldırganlığı meydana getirir. Böyle bir durumda en yüksek yarar sağlayabilmek için antrenör ve sporcu engelleyicinin kaynağını birlikte tanımlamalıdır. Saldırgan enerjiyi amaca yönelik kullanmamak, sporcu için boşa harcanmış bir enerjidir.

Literatürdeki çalışmalar incelendiğinde; elde edilen sonuçların farklı olduğu ve birbirleriyle çelişmekte olduğu görülmektedir. Bu çelişkinin kaynağını, araştırmalarda incelenen spor branşları oluşturuyor olabilir. Çalışmalarda, eğer daha çok boks, judo, karate gibi branşlarda spor yapanlar ele alınmışsa, bu bireyler yaptıkları spor aracılığıyla saldırganlıklarını, gerilimlerini boşalttıklarından, spor dışı yaşamda daha az saldırgan davranışları içerisinde olacaklardır (Derwent, 2007).

## ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

### YÖNTEM

#### 3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada, araştırma amaçlarına uygun olarak “Tanımlayıcı (Betimsel) ve İlişkisel tarama modeli” kullanılmıştır. Betimsel tarama modelleri, çok sayıda elemanlardan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacıyla evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde yapılan tarama düzenlemeleri olarak tanımlanmaktadır. (Karasar, 1994). İlişkisel tarama modelleri ise; iki ve daha çok sayıdaki değişken arasında birlikte değişim varlığını ve / veya derecesini belirlemeyi amaçlayan araştırma modelleridir (Karasar, 2017).

#### 3.2. Araştırma Grubu

Araştırma grubunu 2019 - 2020 sezonunda Türkiye Boks Federasyonu müsabakalarında faal olan ve tüm sikletleri kapsayan elit düzey boksörlerden oluşturmaktadır.

#### 3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak üç bölümden oluşmaktadır. İlk bölümde sporcuların cinsiyet, yaş, spor yaşı, milli sporculuk durumu, öğrenim düzeyi, haftalık yapma sıklığı, aylık kişisel ve hane halkı toplam geliri bilgilerinden oluşan kişisel bilgi formu yer almaktadır.

Anket formunun ikinci bölümünde bireyi spor yapmaya yönlendiren nedenleri belirlemek amacıyla Pelletier ve arkadaşları (1995) tarafından geliştirilen ve Kazak (2004) tarafından Türkçe’ye uyarlanan “Sporda Güdülenme Ölçeği - SGÖ” yer almaktadır. Ölçekte yedili likert tipinde (1: hiç uygun değil, 7: bütünüyle uygun) 28 madde ve 3 boyut (içsel güdülenme, dışsal güdülenme, güdülenmeme) ve 5 alt boyut (bilmek ve başarmak, uyarıcıya yaşamaya, dışsal düzenleme, içe atım, özdeşim) bulunmaktadır. Ölçek genelinde yüksek puan spor yapmaya yönelik güdülenmenin yüksek düzeyde olduğunu ifade etmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0,92; içsel güdülenme 0,91; dışsal güdülenme boyutu 0,89; güdülenmeme boyutu 0,75; alt boyutların Cronbach Alpha katsayıları sırasıyla 0,90, 0,70, 0,78, 0,73, 0,77 olarak tespit edilmiştir.

Anket formunun üçüncü bölümünde sporcularda öfke ve saldırganlığın değerlendirilmesi amacıyla Maxwell ve Moores (2007) tarafından geliştirilen ve Gürbüz, Kural ve Özbek (2019) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği - SSÖÖ" yer almaktadır. Ölçekte beşli likert tipinde (1: kesinlikle katılmıyorum, 5: tamamen katılıyorum) 12 madde ve her biri 6 maddeden oluşan 2 boyut (öfke, saldırganlık) bulunmaktadır. Ölçekte yüksek puan öfke ve saldırganlığın yüksek düzeyde olduğunu ifade etmektedir. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alpha katsayısı 0,82; alt boyutların Cronbach Alpha katsayıları sırasıyla 0,86 ve 0,81 olarak tespit edilmiştir.

### **3.4. Verilerin Analizi**

Verilerin analizinde SPSS 21.0 paket programından yararlanılmıştır. Verilerin normal dağılıma sahip olup olmadığının belirlenmesi için normallik sınamasında çarpıklık katsayısı (skewness) kullanılmıştır. Sürekli bir değişkenden elde edilen puanların normal dağılım özelliğinde kullanılan çarpıklık katsayısının (skewness)  $\pm 1$  sınırları içinde kalması puanların normal dağılımdan önemli bir sapma göstermediği şeklinde yorumlanabilir (Büyüköztürk, 2019). Her iki ölçek ve alt boyut puanların normal dağılım gösterdiği tespit edildiğinden puanların cinsiyet, öğrenim düzeyi ve milli sporcu olma durumu değişkenlerine göre karşılaştırılmasında bağımsız iki örneklem t testinden; yaş, aylık kişisel gelir, aylık hane halkı toplam geliri, spor yaşı, haftada kaç gün ve kaç saat spor yaptığı değişkenlerine göre karşılaştırılmasında tek yönlü varyans analizinden (ANOVA) yararlanılmıştır. ANOVA testinde anlamlı farklılık görüldüğünde farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla LSD post hoc testinden yararlanılmıştır. Sporda güdülenme ile saldırganlık ve öfke arasındaki ilişkinin analizinde Pearson korelasyon testinden; saldırganlık ve öfke düzeyinin sporda güdülenme üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla çoklu regresyon analizinden yararlanılmıştır. Araştırma kapsamındaki analizlerde anlamlılık değeri düzeyi  $p < 0,05$  olarak kabul edilmiştir (Büyüköztürk, 2019).



## BULGULAR

### 4.1. Betimsel Bulgular

Tablo 4.1’de sporcuların demografik özelliklerine göre frekans ve yüzde dağılımı.

**Tablo 4.1: Sporcuların Demografik Özelliklerine Göre Dağılımı**

Demografik Değişken	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	72	40,7
	Erkek	105	59,3
Yaş (22,68±3,67)	18-20 yaş	53	29,9
	21-24 yaş	84	47,5
	25-30 yaş	32	18,1
	30 yaş üstü	8	4,5
Öğrenim düzeyi	Lise	54	30,5
	Üniversite	123	69,5
Aylık kişisel geliri	0-1000 TL	58	32,8
	1000-2000 TL	38	21,5
	2000-3000 TL	46	26,0
	3000 TL ve üstü	35	19,8
Aylık hane halkı toplam geliri	3000 TL ve altı	43	24,3
	3000-4500 TL	49	27,7
	4500 TL ve üstü	85	48,0

Araştırmaya katılan 177 sporcunun %40,7’si kadın, %59,3’ü erkektir. Sporcuların yaş ortalaması 22,68±3,67 olarak tespit edilmiş olup %29,9’u 18-20 yaş, %47,5’i 21-24 yaş, %18,1’i 25-30 yaş, %4,5’i 30 yaş üstüdür. Sporcuların %30,5’i lise, %69,5’i üniversite düzeyinde öğrenim görmüştür. Sporcuların %32,8’inin aylık kişisel geliri 1000TL ve altı, %21,5’inin 1000-2000TL, %26’sının 2000-3000TL, %19,8’inin 3000TL ve üstüdür. Sporcuların %24,3’ünün hane halkı aylık toplam geliri 3000TL ve altı, %27,7’sinin 3000-4500TL, %48’inin 4500TL ve üstüdür.

Tablo 4.2’de sporcuların spor uğraşı durumlarına göre frekans ve yüzde dağılımı.

**Tablo 4.2: Sporcuların Spor Uğraşı Durumlarına Göre Dağılımı**

	Gruplar	n	%
Spor yaşı (9,28±4,22)	5 yıldan az	15	8,5
	5-6 yıl	35	19,8
	7-8 yıl	35	19,8
	9-10 yıl	41	23,2
	11 yıl ve üstü	51	28,8
Milli sporcu durumu	Evet	135	76,3
	Hayır	42	23,7
Haftalık spor yapma süresi (gün)	3-4 gün	34	9,2
	5-6 gün	131	74,0
	Her gün	12	6,8
Haftalık spor yapma süresi (saat)	2-10 saat	40	22,6
	11-15 saat	46	26,0
	16-20 saat	46	26,0
	21 saat ve üstü	45	25,4

Sporcuların spor yaşı ortalaması  $9,28 \pm 4,22$  olarak tespit edilmiş olup %8,5'inin spor yaşı 5 yıldan az, %19,8'inin 5-6 yıl, %19,8'inin 7-8 yıl, %23,2'sinin 9-10 yıl, %28,8'inin 11 yıl ve üstüdür. Sporcuların %76,3'ü milli sporcudur. Sporcuların %19,2'si haftada 3-4 gün, %74'ü 5-6 gün, %6,8'i her gün spor yapmaktadır. Sporcuların %22,6'sı haftada 2-10 saat, %26'sı 11-15 saat, %26'sı 16-20 saat, %25,4'ü haftada 21 saat ve daha fazla süre spor yapmaktadır.

Tablo 4.3'te ölçek ve alt boyut puanlarına ait ortalama, standart sapma bilgilerinden oluşan betimsel istatistiklerine yer verilmiştir.

**Tablo 4.3: Ölçek ve Alt Boyut Puanlarına Ait Betimsel İstatistikler**

Ölçek ve Alt Boyut	n	Min.	Maks.	$\bar{X}$	SS	Çarpıklık
Bilmek ve Başarmak	177	1	7	5,37	1,19	-0,89
Uyaran Yaşama	177	1	7	5,27	1,14	-0,59
<b>İçsel Güdülenme</b>	177	1	7	5,32	1,11	-0,83
Dışsal Düzenleme	177	1	7	4,73	1,43	-0,62
Özdeşim	177	1	7	4,95	1,26	-0,56
İçe Atım	177	1	7	5,32	1,21	-0,94
<b>Dışsal Güdülenme</b>	177	1	7	5,00	1,14	-0,71
<b>Güdülenmeme</b>	177	1	7	2,65	1,46	0,77
<b>SPORDA GÜDÜLENME</b>	177	1	7	4,81	0,94	-0,94
Öfke	177	1	5	3,23	1,00	-0,18
Saldırganlık	177	1	5	2,03	0,89	0,30
<b>SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE</b>	177	1	5	2,63	0,74	0,43

Bilmek ve başarmak ( $5,37 \pm 1,19$ ), uyaran yaşama ( $5,27 \pm 1,14$ ), içsel güdülenme ( $5,32 \pm 1,11$ ), içe atım ( $5,32 \pm 1,21$ ) güdülenme puanları yüksek düzeyde; dışsal düzenleme ( $4,73 \pm 1,43$ ), özdeşim ( $4,95 \pm 1,26$ ), dışsal güdülenme ( $5,00 \pm 1,14$ ) ve sporda güdülenme ( $4,81 \pm 1,26$ ) puanları orta düzeyde uygun; güdülenmeme ( $2,65 \pm 1,46$ ) puanları uygun değil düzeyinde tespit edilmiştir.

Öfke ( $3,23 \pm 1,00$ ) ve sporda saldırganlık-öfke ( $2,63 \pm 0,74$ ) puanları puanı biraz katılıyorum aralığında; saldırganlık alt boyut puanı ( $2,03 \pm 0,89$ ) katılmıyorum aralığında tespit edilmiştir.

#### 4.2. Sporda Güdülenme Ölçek ve Alt Boyut Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Tablo 4.4'te sporda güdülenme ölçek ve alt boyut puanlarının sporcuların cinsiyetine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.4: Sporda Güdülenme Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Bilmek ve Başarmak	Kadın	72	5,50	1,22	1,17	0,242
	Erkek	105	5,28	1,16		
Uyaran Yaşama	Kadın	72	5,35	1,23	0,75	0,452
	Erkek	105	5,22	1,08		
<b>İçsel Güdülenme</b>	Kadın	72	5,42	1,18	1,02	0,311
	Erkek	105	5,25	1,05		
Dışsal Düzenleme	Kadın	72	5,07	1,31	2,61	<b>0,010</b>
	Erkek	105	4,50	1,47		
Özdeşim	Kadın	72	5,07	1,36	1,03	0,304
	Erkek	105	4,87	1,19		
İçe Atım	Kadın	72	5,27	1,27	-0,51	0,612
	Erkek	105	5,36	1,17		
<b>Dışsal Güdülenme</b>	Kadın	72	5,13	1,22	1,28	0,203
	Erkek	105	4,91	1,08		
<b>Güdülenmeme</b>	Kadın	72	2,61	1,41	-0,32	0,752
	Erkek	105	2,68	1,50		
<b>SPORDA GÜDÜLENME</b>	Kadın	72	4,91	1,02	1,15	0,252
	Erkek	105	4,74	0,87		

Dışsal düzenleme alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $t=2,61$ ;  $p<0,05$ ). Kadın sporcuların dışsal düzenleme puanları, erkek sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

İçsel güdülenme ve alt boyut puanları, ie atım, özdeşim, dışsal güdülenme, güdülenmeme ve sporda güdülenme puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.5'te sporda güdülenme ölçek ve alt boyut puanlarının yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.5: Sporda Güdülenme Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Yaş Grupları	n	$\bar{X}$	SS	F	p
Bilmek ve Başarmak	A-18-20 yaş	53	5,42	1,43	0,36	0,785
	B-21-24 yaş	84	5,28	0,92		
	C-25-30 yaş	32	5,50	1,27		
	D-30 yaş st	8	5,47	1,68		
Uyaran Yaşama	A-18-20 yaş	53	5,27	1,36	0,83	0,479
	B-21-24 yaş	84	5,16	0,97		
	C-25-30 yaş	32	5,50	1,03		
	D-30 yaş üstü	8	5,53	1,65		
<b>İçsel Güdülenme</b>	A-18-20 yaş	53	5,35	1,37	0,60	0,617
	B-21-24 yaş	84	5,22	0,88		
	C-25-30 yaş	32	5,50	1,05		
	D-30 yaş st	8	5,50	1,63		
Dışsal Düzenleme	A-18-20 yaş	53	4,79	1,49	0,40	0,750
	B-21-24 yaş	84	4,67	1,35		
	C-25-30 yaş	32	4,68	1,55		
	D-30 yaş üstü	8	5,22	1,47		
Özdeşim	A-18-20 yaş	53	5,01	1,56	0,29	0,830
	B-21-24 yaş	84	4,89	1,08		
	C-25-30 yaş	32	4,92	1,08		

	D-30 yaş üstü	8	5,28	1,69		
İçe Atım	A-18-20 yaş	53	5,43	1,45	1,43	0,236
	B-21-24 yaş	84	5,13	1,08		
	C-25-30 yaş	32	5,59	0,93		
	D-30 yaş üstü	8	5,50	1,65		
Dışsal Güdülenme	A-18-20 yaş	53	5,08	1,38	0,57	0,633
	B-21-24 yaş	84	4,90	1,00		
	C-25-30 yaş	32	5,07	0,93		
	D-30 yaş üstü	8	5,33	1,51		
Güdülenmeme	A-18-20 yaş	53	2,68	1,61	0,39	0,759
	B-21-24 yaş	84	2,72	1,34		
	C-25-30 yaş	32	2,40	1,50		
	D-30 yaş üstü	8	2,69	1,67		
SPORDA GÜDÜLENME	A-18-20 yaş	53	4,86	1,21	0,42	0,736
	B-21-24 yaş	84	4,73	0,77		
	C-25-30 yaş	32	4,87	0,72		
	D-30 yaş üstü	8	5,02	1,33		

Sporda güdülenme puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.6’da sporda güdülenme ölçek ve alt boyut puanlarının öğrenim düzeyine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.6: Sporda Güdülenme Puanlarının Öğrenim Düzeyine Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Öğrenim Düzeyi	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Bilmek ve Başarmak	Lise	54	5,22	1,44	-1,10	0,274
	Üniversite	123	5,43	1,06		
Uyaran Yaşama	Lise	54	5,04	1,33	-1,80	0,074
	Üniversite	123	5,37	1,04		
İçsel Güdülenme	Lise	54	5,13	1,35	-1,51	0,133
	Üniversite	123	5,40	0,98		
Dışsal Düzenleme	Lise	54	4,84	1,41	0,67	0,501
	Üniversite	123	4,68	1,44		
Özdeşim	Lise	54	4,91	1,47	-0,28	0,779
	Üniversite	123	4,97	1,17		
İçe Atım	Lise	54	5,26	1,49	-0,47	0,642
	Üniversite	123	5,35	1,07		
Dışsal Güdülenme	Lise	54	5,00	1,36	0,01	0,990
	Üniversite	123	5,00	1,03		
Güdülenmeme	Lise	54	2,49	1,45	-0,96	0,339
	Üniversite	123	2,72	1,46		
SPORDA GÜDÜLENME	Lise	54	4,71	1,16	-0,91	0,362
	Üniversite	123	4,85	0,82		

Sporda güdülenme puanlarının öğrenim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.7’de sporda güdülenme ölçek ve alt boyut puanlarının aylık kişisel gelire göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.7: Sporda Güdülenme Puanlarının Kişisel Gelire Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Kişisel Gelir	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Anlamlı Fark
Bilmek ve Başarmak	A-0-1000 TL	58	5,38	1,33	0,02	0,995	
	B-1000-2000 TL	38	5,33	1,07			
	C-2000-3000 TL	46	5,40	0,87			
	D-3000 TL ve st	35	5,36	1,44			
Uyaran Yaşama	A-0-1000 TL	58	5,20	1,29	0,38	0,767	
	B-1000-2000 TL	38	5,17	1,06			
	C-2000-3000 TL	46	5,39	0,98			
	D-3000 TL ve st	35	5,34	1,18			
İçsel Güdülenme	A-0-1000 TL	58	5,29	1,28	0,14	0,936	
	B-1000-2000 TL	38	5,25	1,02			
	C-2000-3000 TL	46	5,39	0,84			
	D-3000 TL ve st	35	5,35	1,25			
Dışsal Düzenleme	A-0-1000 TL	58	4,42	1,56	3,89	<b>0,010</b>	<b>D&gt;A,B</b>
	B-1000-2000 TL	38	4,51	1,40			
	C-2000-3000 TL	46	4,83	1,37			
	D-3000 TL ve üstü	35	5,38	1,09			
Özdeşim	A-0-1000 TL	58	4,85	1,48	1,04	0,376	
	B-1000-2000 TL	38	4,82	1,21			
	C-2000-3000 TL	46	4,92	1,00			
	D-3000 TL ve st	35	5,28	1,23			
İçe Atım	A-0-1000 TL	58	5,27	1,44	0,15	0,929	
	B-1000-2000 TL	38	5,37	1,13			
	C-2000-3000 TL	46	5,28	0,92			
	D-3000 TL ve st	35	5,42	1,26			
Dışsal Güdülenme	A-0-1000 TL	58	4,85	1,35	1,64	0,183	
	B-1000-2000 TL	38	4,90	1,05			
	C-2000-3000 TL	46	5,01	0,93			
	D-3000 TL ve st	35	5,36	1,06			
Güdülenmeme	A-0-1000 TL	58	2,36	1,32	2,35	0,074	
	B-1000-2000 TL	38	3,16	1,78			
	C-2000-3000 TL	46	2,61	1,30			
	D-3000 TL ve st	35	2,62	1,40			
SPORDA GÜDÜLENME	A-0-1000 TL	58	4,69	1,11	0,63	0,599	
	B-1000-2000 TL	38	4,81	0,97			
	C-2000-3000 TL	46	4,83	0,66			
	D-3000 TL ve st	35	4,97	0,91			

Dışsal düzenleme alt boyut puanlarının aylık kişisel gelire göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir (F=3,89; p<0,05). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre aylık kişisel geliri 3000TL ve üstü olan sporcuların dışsal düzenleme puanları, aylık kişisel geliri 2000TL ve altında olan sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

İçsel güdülenme ve alt boyut puanları, özdeşim, ie atım, dışsal güdülenme, güdülenmeme ve sporda güdülenme puanlarının aylık kişisel gelire göre anlamlı farklılık göstermediği (p>0,05) tespit edilmiştir.

Tablo 4.8’de sporda güdülenme ölçek ve alt boyut puanlarının hane halkı toplam gelirine göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.8: Sporda Güdülenme Puanlarının Hane Halkı Toplam Gelirine Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Öğrenim Düzeyi	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Anlamlı Fark
Bilmek ve Başarmak	A-3000 TL ve altı	43	5,30	1,41	0,16	0,849	
	B-3000-4500 TL	49	5,44	1,06			
	C-4500 TL ve üstü	85	5,36	1,15			
Uyaran Yaşama	A-3000 TL ve altı	43	4,98	1,35	2,48	0,087	
	B-3000-4500 TL	49	5,50	1,02			
	C-4500 TL ve üstü	85	5,29	1,06			
İçsel Güdülenme	A-3000 TL ve altı	43	5,14	1,34	1,03	0,358	
	B-3000-4500 TL	49	5,47	0,98			
	C-4500 TL ve üstü	85	5,33	1,05			
Dışsal Düzenleme	A-3000 TL ve altı	43	4,48	1,43	1,36	0,260	
	B-3000-4500 TL	49	4,66	1,45			
	C-4500 TL ve üstü	85	4,90	1,41			
Özdeşim	A-3000 TL ve altı	43	4,47	1,57	4,65	<b>0,011</b>	<b>B,C&gt;A</b>
	B-3000-4500 TL	49	4,97	1,09			
	C-4500 TL ve üstü	85	5,18	1,13			
İçe Atım	A-3000 TL ve altı	43	4,97	1,52	2,48	0,086	
	B-3000-4500 TL	49	5,40	1,10			
	C-4500 TL ve üstü	85	5,46	1,07			
Dışsal Güdülenme	A-3000 TL ve altı	43	4,64	1,42	3,30	<b>0,039</b>	<b>B,C&gt;A</b>
	B-3000-4500 TL	49	5,01	1,02			
	C-4500 TL ve üstü	85	5,18	1,00			
Güdülenmeme	A-3000 TL ve altı	43	2,80	1,61	0,32	0,729	
	B-3000-4500 TL	49	2,62	1,51			
	C-4500 TL ve üstü	85	2,59	1,36			
SPORDA GÜDÜLENME	A-3000 TL ve altı	43	4,61	1,26	1,25	0,290	
	B-3000-4500 TL	49	4,86	0,79			
	C-4500 TL ve üstü	85	4,88	0,82			

Özdeşim alt boyutu ( $F=4,65$ ;  $p<0,05$ ) ve dışsal güdülenme boyutu ( $F=3,30$ ;  $p<0,05$ ) puanlarının hane halkı aylık toplam gelirine göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre hane halkı aylık toplam geliri 3000TL ve üstü olan sporcuların özdeşim ve dışsal güdülenme puanları, hane halkı aylık toplam geliri 3000TL ve altında olan sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

İçsel güdülenme ve alt boyut puanları, dışsal düzenleme, içe atım, güdülenmeme ve sporda güdülenme puanlarının hane halkı aylık toplam gelirine göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.9’da sporda güdülenme ölçek ve alt boyut puanlarının spor yaşına göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.9: Sporda Güdülenme Puanlarının Spor Yaşına Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Spor Yaşı	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Anlamlı Fark
Bilmek ve Başarmak	A-5 yıldan az	15	5,40	1,11	0,68	0,609	
	B-5-6 yıl	35	5,27	1,12			
	C-7-8 yıl	35	5,61	0,90			
	D-9-10 yıl	41	5,44	1,10			
	E-11 yıl ve üstü	51	5,21	1,48			
Uyaran Yaşama	A-5 yıldan az	15	5,32	1,03	1,77	0,136	
	B-5-6 yıl	35	5,26	1,10			
	C-7-8 yıl	35	5,69	0,88			
	D-9-10 yıl	41	5,21	1,00			
	E-11 yıl ve üstü	51	5,03	1,40			
İçsel Güdülenme	A-5 yıldan az	15	5,36	1,01	1,20	0,312	
	B-5-6 yıl	35	5,26	1,07			
	C-7-8 yıl	35	5,65	0,83			
	D-9-10 yıl	41	5,32	0,96			
	E-11 yıl ve üstü	51	5,12	1,40			
Dışsal Düzenleme	A-5 yıldan az	15	3,72	1,73	2,65	<b>0,035</b>	<b>B,C,D,E&gt;A</b>
	B-5-6 yıl	35	5,06	1,31			
	C-7-8 yıl	35	4,65	1,34			
	D-9-10 yıl	41	4,91	1,39			
	E-11 yıl ve üstü	51	4,72	1,41			
Özdeşim	A-5 yıldan az	15	4,55	1,53	2,10	0,083	
	B-5-6 yıl	35	5,06	1,19			
	C-7-8 yıl	35	5,21	0,98			
	D-9-10 yıl	41	5,19	1,04			
	E-11 yıl ve üstü	51	4,62	1,49			
İçe Atım	A-5 yıldan az	15	5,33	1,40	1,31	0,267	
	B-5-6 yıl	35	5,36	1,00			
	C-7-8 yıl	35	5,53	1,21			
	D-9-10 yıl	41	5,50	1,00			
	E-11 yıl ve üstü	51	5,01	1,41			
Dışsal Güdülenme	A-5 yıldan az	15	4,53	1,27	1,71	0,149	
	B-5-6 yıl	35	5,16	1,05			
	C-7-8 yıl	35	5,13	0,98			
	D-9-10 yıl	41	5,20	0,96			
	E-11 yıl ve üstü	51	4,78	1,35			
Güdülenmeme	A-5 yıldan az	15	2,18	1,31	0,79	0,534	
	B-5-6 yıl	35	2,85	1,45			
	C-7-8 yıl	35	2,44	1,56			
	D-9-10 yıl	41	2,75	1,54			
	E-11 yıl ve üstü	51	2,71	1,38			
SPORDA GÜDÜLENME	A-5 yıldan az	15	4,56	0,95	1,08	0,369	
	B-5-6 yıl	35	4,88	0,91			
	C-7-8 yıl	35	4,96	0,70			
	D-9-10 yıl	41	4,92	0,83			
	E-11 yıl ve üstü	51	4,65	1,15			

Dışsal düzenleme alt boyut puanlarının spor yapma yaşına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir (F=2,65; p<0,05). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre spor yapma yaşı 5 yıldan fazla olan sporcuların dışsal düzenleme puanları, spor yapma yaşı 5 yıldan az olan sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

İçsel güdülenme ve alt boyut puanları, özdeşim, içe atım, dışsal güdülenme, güdülenmeme ve sporda güdülenme puanlarının spor yapma yaşına göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.10'da sporda güdülenme ölçek ve alt boyut puanlarının milli sporcu olma durumuna göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.10: Sporda Güdülenme Puanlarının Milli Sporcu Olma Durumuna Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Milli Sporcu	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Bilmek ve Başarmak	Evet	135	5,41	1,20	0,79	0,433
	Hayır	42	5,24	1,15		
Uyaran Yaşama	Evet	135	5,29	1,14	0,30	0,763
	Hayır	42	5,23	1,14		
<b>İçsel Güdülenme</b>	Evet	135	5,35	1,12	0,58	0,566
	Hayır	42	5,24	1,09		
Dışsal Düzenleme	Evet	135	4,89	1,38	2,71	<b>0,007</b>
	Hayır	42	4,22	1,48		
Özdeşim	Evet	135	5,02	1,31	1,41	0,160
	Hayır	42	4,71	1,07		
İçe Atım	Evet	135	5,31	1,25	-0,24	0,809
	Hayır	42	5,36	1,10		
<b>Dışsal Güdülenme</b>	Evet	135	5,08	1,17	1,56	0,122
	Hayır	42	4,76	1,02		
<b>Güdülenmeme</b>	Evet	135	2,70	1,46	0,76	0,448
	Hayır	42	2,50	1,46		
<b>SPORDA GÜDÜLENME</b>	Evet	135	4,86	0,96	1,31	0,190
	Hayır	42	4,64	0,86		

Dışsal düzenleme alt boyut puanlarının milli sporcu olma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $t=2,71$ ;  $p<0,05$ ). Milli sporcu olan sporcuların dışsal düzenleme puanları, milli sporcu olmayan sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

İçsel güdülenme ve alt boyut puanları, özdeşim, içe atım, dışsal güdülenme, güdülenmeme ve sporda güdülenme puanlarının milli sporcu olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.11'de sporda güdülenme ölçek ve alt boyut puanlarının haftada kaç gün spor yaptığına göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.



**Tablo 4.11: Sporda Güdülenme Puanlarının Haftada Kaç Gün Spor Yaptığına Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Haftada Kaç Gün Spor	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Anlamlı Fark
Bilmek ve Başarmak	A-3-4 gün	34	5,43	0,90	0,66	0,517	
	B-5-6 gün	131	5,32	1,24			
	C-Her gün	12	5,72	1,36			
Uyaran Yaşama	A-3-4 gün	34	5,41	1,10	0,84	0,434	
	B-5-6 gün	131	5,21	1,17			
	C-Her gün	12	5,56	0,84			
İçsel Güdülenme	A-3-4 gün	34	5,42	0,90	0,79	0,454	
	B-5-6 gün	131	5,27	1,16			
	C-Her gün	12	5,64	1,05			
Dışsal Düzenleme	A-3-4 gün	34	4,65	1,58	1,98	0,141	
	B-5-6 gün	131	4,68	1,42			
	C-Her gn	12	5,52	0,82			
İe Atım	A-3-4 gn	34	4,95	1,21	2,69	0,071	
	B-5-6 gn	131	4,87	1,29			
	C-Her gn	12	5,75	0,80			
zdeşim	A-3-4 gn	34	5,51	1,11	4,50	<b>0,012</b>	<b>C&gt;A,B</b>
	B-5-6 gn	131	5,19	1,25			
	C-Her gn	12	6,21	0,55			
Dışsal Gdlenme	A-3-4 gn	34	5,04	1,14	3,64	<b>0,028</b>	<b>C&gt;A,B</b>
	B-5-6 gn	131	4,92	1,15			
	C-Her gn	12	5,83	0,44			
Gdlenmeme	A-3-4 gün	34	2,95	1,59	0,88	0,416	
	B-5-6 gün	131	2,58	1,45			
	C-Her gün	12	2,60	1,19			
SPORDA GÜDÜLENME	A-3-4 gün	34	4,90	0,84	2,19	0,115	
	B-5-6 gün	131	4,74	0,98			
	C-Her gün	12	5,30	0,56			

Özdeşim ( $F=4,50$ ;  $p<0,05$ ) ve dışsal güdülenme ( $F=3,64$ ;  $p<0,05$ ) alt boyut puanlarının haftada kaç gün spor yaptığına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir. Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre her gün spor yapan sporcuların özdeşim ve dışsal düzenleme puanları, haftada 3-6 gün spor yapan sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

İçsel güdülenme ve alt boyut puanları, dışsal düzenleme ve ie atım alt boyut puanları, güdülenmeme ve sporda güdülenme puanlarının haftada kaç gün spor yaptığına göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.12’de sporda güdülenme ölçek ve alt boyut puanlarının haftada kaç saat spor yaptığına göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.12: Sporda Güdülenme Puanlarının Haftada Kaç Saat Spor Yaptığına Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Haftada Kaç Saat Spor		$\bar{X}$	SS	F	p
		n				
Bilmek ve Başarmak	A-2-10 saat	40	5,26	0,99	0,69	0,559
	B-11-15 saat	46	5,58	1,25		
	C-16-20 saat	46	5,34	0,91		
	D-21 saat ve st	45	5,28	1,50		
Uyaran Yaşama	A-2-10 saat	40	5,16	1,12	0,93	0,429
	B-11-15 saat	46	5,51	1,18		
	C-16-20 saat	46	5,16	0,92		
	D-21 saat ve st	45	5,25	1,30		
İçsel Güdülenme	A-2-10 saat	40	5,21	0,97	0,85	0,469
	B-11-15 saat	46	5,54	1,16		
	C-16-20 saat	46	5,25	0,86		
	D-21 saat ve st	45	5,27	1,37		
Dışsal Düzenleme	A-2-10 saat	40	4,56	1,48	0,26	0,857
	B-11-15 saat	46	4,75	1,57		
	C-16-20 saat	46	4,81	1,33		
	D-21 saat ve üstü	45	4,79	1,37		
Özdeşim	A-2-10 saat	40	4,88	1,15	0,57	0,634
	B-11-15 saat	46	5,14	1,43		
	C-16-20 saat	46	4,96	1,02		
	D-21 saat ve st	45	4,81	1,41		
İe Atım	A-2-10 saat	40	5,43	1,11	0,55	0,648
	B-11-15 saat	46	5,35	1,29		
	C-16-20 saat	46	5,40	1,05		
	D-21 saat ve st	45	5,13	1,38		
Dışsal Güdülenme	A-2-10 saat	40	4,95	1,06	0,23	0,876
	B-11-15 saat	46	5,08	1,27		
	C-16-20 saat	46	5,06	0,92		
	D-21 saat ve st	45	4,91	1,28		
Güdülenmeme	A-2-10 saat	40	3,12	1,69	2,29	0,080
	B-11-15 saat	46	2,39	1,44		
	C-16-20 saat	46	2,72	1,50		
	D-21 saat ve st	45	2,43	1,13		
SPORDA GÜDÜLENME	A-2-10 saat	40	4,81	0,87	0,31	0,821
	B-11-15 saat	46	4,90	1,04		
	C-16-20 saat	46	4,82	0,76		
	D-21 saat ve st	45	4,71	1,07		

Sporda güdülenme puanlarının haftada kaç saat spor yaptığına göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

#### 4.3. Sporda Saldırđanlık ve fke Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre Karşılaştırılmasına İlişkin Bulgular

Tablo 4.13'te sporda saldırganlık ve öfke ölçek ve alt boyut puanlarının sporcuların cinsiyetine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.13: Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Cinsiyete Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Öfke	Kadın	72	3,41	1,01	2,00	<b>0,047</b>
	Erkek	105	3,11	0,98		
Saldırganlık	Kadın	72	1,96	0,84	-0,82	0,412
	Erkek	105	2,07	0,92		
<b>SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE</b>	Kadın	72	2,69	0,71	0,84	0,401
	Erkek	105	2,59	0,76		

Öfke alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $t=2,00$ ;  $p<0,05$ ). Kadın sporcuların öfke puanları, erkek sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Saldırganlık alt boyut ve sporda saldırganlık/öfke ölçek puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.14'te sporda saldırganlık ve öfke ölçek ve alt boyut puanlarının yaş gruplarına göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.14: Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Yaş Gruplarına Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Yaş Grupları	n	$\bar{X}$	SS	F	p
Öfke	A-18-20 yaş	53	3,39	0,92	0,85	0,471
	B-21-24 yaş	84	3,17	1,07		
	C-25-30 yaş	32	3,21	0,93		
	D-30 yaş üstü	8	2,92	1,04		
Saldırganlık	A-18-20 yaş	53	2,18	1,02	1,27	0,286
	B-21-24 yaş	84	1,98	0,83		
	C-25-30 yaş	32	1,84	0,77		
	D-30 yaş üstü	8	2,29	1,01		
<b>SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE</b>	A-18-20 yaş	53	2,78	0,77	1,14	0,335
	B-21-24 yaş	84	2,57	0,74		
	C-25-30 yaş	32	2,53	0,66		
	D-30 yaş üstü	8	2,60	0,87		

Sporda saldırganlık ve öfke puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.15'te sporda saldırganlık ve öfke ölçek ve alt boyut puanlarının öğrenim düzeyine göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.15: Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Öğrenim Düzeyine Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Öğrenim Düzeyi	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Öfke	Lise	54	3,22	0,91	-0,09	0,931
	Üniversite	123	3,24	1,04		
Saldırganlık	Lise	54	2,09	0,92	0,58	0,560
	Üniversite	123	2,00	0,88		
<b>SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE</b>	Lise	54	2,65	0,69	0,29	0,770
	Üniversite	123	2,62	0,77		

Sporda saldırganlık ve öfke puanlarının öğrenim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.16’da sporda saldırganlık ve öfke ölçek ve alt boyut puanlarının aylık kişisel gelire göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.16: Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Kişisel Gelire Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Kişisel Gelir	n	$\bar{X}$	SS	F	p
Öfke	A-0-1000TL	58	3,13	0,97	2,53	0,059
	B-1000-2000TL	38	3,26	0,80		
	C-2000-3000TL	46	3,54	1,01		
	D-3000TL ve üstü	35	2,97	1,15		
Saldırganlık	A-0-1000TL	58	1,90	0,72	1,85	0,140
	B-1000-2000TL	38	2,28	1,03		
	C-2000-3000TL	46	1,90	0,87		
	D-3000TL ve üstü	35	2,13	0,98		
<b>SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE</b>	A-0-1000TL	58	2,52	0,65	1,29	0,281
	B-1000-2000TL	38	2,77	0,78		
	C-2000-3000TL	46	2,72	0,66		
	D-3000TL ve üstü	35	2,55	0,91		

Sporda saldırganlık ve öfke puanlarının aylık kişisel gelire göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir. Tablo 4.17’de sporda saldırganlık ve öfke ölçek ve alt boyut puanlarının hane halkı toplam gelirine göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.17: Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Hane Halkı Toplam Gelirine Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Öğrenim Düzeyi	N	$\bar{X}$	SS	F	p
Öfke	A-3000TL ve altı	43	3,06	0,94	0,94	0,392
	B-3000-4500TL	49	3,33	0,95		
	C-4500TL ve üstü	85	3,27	1,06		
Saldırganlık	A-3000TL ve altı	43	2,19	1,04	0,91	0,405
	B-3000-4500TL	49	1,99	0,89		
	C-4500TL ve üstü	85	1,97	0,81		
<b>SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE</b>	A-3000TL ve altı	43	2,62	0,82	0,05	0,951
	B-3000-4500TL	49	2,66	0,72		
	C-4500TL ve üstü	85	2,62	0,72		

Sporda saldırganlık ve öfke puanlarının hane halkı aylık toplam gelirine göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.18’de sporda saldırganlık ve öfke ölçek ve alt boyut puanlarının spor yaşına göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.18: Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Spor Yaşına Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Spor Yaşı	n	$\bar{X}$	SS	F	p
Öfke	A-5 yıldan az	15	3,04	0,83	1,74	0,143
	B-5-6 yıl	35	3,56	0,88		
	C-7-8 yıl	35	3,02	0,93		
	D-9-10 yıl	41	3,34	1,04		
	E-11 yıl ve üstü	51	3,12	1,09		
Saldırganlık	A-5 yıldan az	15	1,68	0,65	1,14	0,340
	B-5-6 yıl	35	1,95	1,02		
	C-7-8 yıl	35	2,20	0,96		
	D-9-10 yıl	41	1,97	0,81		
	E-11 yıl ve üstü	51	2,11	0,87		
<b>SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE</b>	A-5 yıldan az	15	2,36	0,51	0,76	0,556
	B-5-6 yıl	35	2,75	0,73		
	C-7-8 yıl	35	2,61	0,68		
	D-9-10 yıl	41	2,65	0,74		
	E-11 yıl ve üstü	51	2,62	0,84		

Sporda saldırganlık ve öfke puanlarının spor yapma yaşına göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.19’da sporda saldırganlık ve öfke ölçek ve alt boyut puanlarının milli sporcu olma durumuna göre karşılaştırılmasına ait bağımsız iki örneklem t testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.19: Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Milli Sporcu Olma Durumuna Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Milli Sporcu	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Öfke	Evet	135	3,24	0,98	0,22	0,826
	Hayır	42	3,20	1,07		
Saldırganlık	Evet	135	2,06	0,94	0,75	0,451
	Hayır	42	1,94	0,71		
<b>SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE</b>	Evet	135	2,65	0,77	0,60	0,548
	Hayır	42	2,57	0,66		

Sporda saldırganlık ve öfke puanlarının milli sporcu olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.20’de sporda saldırganlık ve öfke ölçek ve alt boyut puanlarının haftada kaç gün spor yaptığına göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.20: Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Haftada Kaç Gün Spor Yaptığına Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Haftada Kaç Gün Spor		$\bar{X}$	SS	F	p
	Spor	n				
Öfke	A-3-4 gün	34	3,15	1,18	0,96	0,387
	B-5-6 gün	131	3,28	0,94		
	C-Her gün	12	2,90	1,05		
Saldırganlık	A-3-4 gün	34	1,98	1,08	2,96	0,054
	B-5-6 gün	131	1,99	0,82		
	C-Her gün	12	2,63	0,93		
<b>SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE</b>	A-3-4 gün	34	2,56	0,90	0,34	0,711
	B-5-6 gün	131	2,64	0,68		
	C-Her gün	12	2,76	0,88		

Sporda saldırganlık ve öfke puanlarının haftada kaç gün spor yaptığına göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.21’de sporda saldırganlık ve öfke ölçek ve alt boyut puanlarının haftada kaç saat spor yaptığına göre karşılaştırılmasına ait tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.21: Sporda Saldırganlık ve Öfke Puanlarının Haftada Kaç Saat Spor Yaptığına Göre Karşılaştırılması**

Değişken	Haftada Kaç Saat Spor				F	p	Anlamlı Fark
	Spor	n	$\bar{X}$	SS			
Öfke	A-2-10 saat	40	3,15	1,01	4,08	<b>0,008</b>	<b>C&gt;A,B</b>
	B-11-15 saat	46	2,92	0,94			
	C-16-20 saat	46	3,62	0,90			
	D-21 saat ve üstü	45	3,23	1,04			
Saldırganlık	A-2-10 saat	40	2,10	1,09	0,47	0,705	
	B-11-15 saat	46	2,04	0,71			
	C-16-20 saat	46	2,09	0,98			
	D-21 saat ve üstü	45	1,90	0,78			
<b>SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE</b>	A-2-10 saat	40	2,62	0,88	2,19	0,091	
	B-11-15 saat	46	2,48	0,61			
	C-16-20 saat	46	2,85	0,73			
	D-21 saat ve üstü	45	2,56	0,71			

Öfke alt boyut puanlarının haftada kaç saat spor yaptığına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ( $F=4,08$ ;  $p<0,05$ ). Farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla yapılan LSD post hoc testi sonuçlarına göre haftada 16-20 saat spor yapan sporcuların öfke puanları, haftada 15 saat ve daha az spor yapan sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksektir.

Saldırganlık alt boyut ve sporda saldırganlık/öfke ölçek puanlarının haftada kaç saat spor yaptığına göre anlamlı farklılık göstermediği ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir.

#### 4.4. Sporda Güdülenme ile Sporda Saldırđanlık ve fke Arasındaki İlişkiye Ait Analizi Sonuçları

Tablo 4.22’de sporda güdülenme ile sporda saldırganlık ve öfke arasındaki ilişkiye ait Pearson analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.22: Sporda Güdülenme ile Sporda Saldırđanlık ve fke Arasındaki İlişkiye Ait Korelasyon Analizi Sonuçları**

Ölçek ve Alt Boyut	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1. Bilmek ve Başarmak	0,82**	0,96**	0,49**	0,65**	0,69**	0,69**	-0,03	0,86**	-0,06	0,02	-0,03
2. Uyararı Yaşama	1	0,95**	0,44**	0,64**	0,65**	0,65**	-0,01	0,81**	-0,03	-0,02	-0,04
<b>3. İçsel Güdülenme</b>		1	0,49**	0,67**	0,70**	0,70**	-0,02	0,87**	-0,05	0,00	-0,04
4. Dışsal Düzenleme			1	0,76**	0,49**	0,87**	0,27**	0,77**	0,12	0,20**	0,20**
5. Özdeşim				1	0,69**	0,93**	0,17*	0,87**	-0,01	0,12	0,07
6. İe Atım					1	0,82**	0,05	0,80**	0,01	0,05	0,04
<b>7. Dışsal Güdülenme</b>						1	0,20**	0,93**	0,05	0,15	0,12
8. Güdülenmeme							1	0,31**	0,17*	0,36**	0,33**
<b>9. SPORDA GÜDÜLENME</b>								1	0,04	0,16*	0,12
10. Öfke									1	0,23**	0,81**
11. Saldırđanlık										1	0,76**
<b>12. SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE</b>											1

\*p<0,05 \*\*p<0,01

İçsel güdülenme boyut ve alt boyut puanları ile sporda saldırganlık ve öfke puanları arasında anlamlı ilişki olmadığı (p>0,05) tespit edilmiştir.

Dışsal düzenleme puanları ile saldırganlık (r=0,20; p<0,05) ve sporda saldırganlık ve öfke toplam (r=0,20; p<0,05) puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Sporda dışsal düzenleme düzeyi yüksek olan sporcuların sporda saldırganlık ve öfke düzeyinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir. Dışsal güdülenme boyut ve özdeşim, ie atım alt boyut puanları ile sporda saldırganlık ve öfke puanları arasında anlamlı ilişki olmadığı (p>0,05) tespit edilmiştir.

Güdülenmeme puanları ile öfke (r=0,17; p<0,05), saldırganlık (r=0,36; p<0,05) ve sporda saldırganlık ve öfke toplam (r=0,33; p<0,05) puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Güdülenmeme düzeyi yüksek olan sporcuların sporda saldırganlık ve öfke düzeyinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Sporda güdülenme puanları ile saldırganlık (r=0,16; p<0,05) puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Sporda güdülenme düzeyi yüksek olan sporcuların sporda saldırganlık düzeyinin de yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4.23'te sporda güdülenmenin sporda öfke üzerindeki etkisine ait çoklu regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.23: Sporda Güdülenmenin Sporda Öfke Üzerindeki Etkisi**

Bağımsız değişkenler	B	SH <sub>B</sub>	β	t	p
Sabit	3,083	0,398		7,756	0,000
İçsel Güdülenme	-0,114	0,097	-0,127	-1,175	0,242
Dışsal Güdülenme	0,098	0,096	0,112	1,019	0,310
Güdülenmeme	0,100	0,053	0,146	1,869	0,063
R=0,193	R <sup>2</sup> =0,037	ΔR <sup>2</sup> =0,020			
F <sub>(3; 173)</sub> =2,226	p=0,087				

Sporda güdülenme alt boyutlarının sporda öfke üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla kurulan regresyon modelinin uygun olmadığı ( $F_{(3;173)}=2,23$ ;  $p<0,05$ ) görülmektedir. Sporda güdülenme değişkenleri sporda öfke düzeyindeki değişimin yaklaşık %2'sini ( $\Delta R^2=0,020$ ) açıklayabilmektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayıları ( $\beta$ ) ve katsayıların anlamlılığına ( $t$ ) göre sporda güdülenme değişkenlerinin öfke üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı ( $p>$ ) tespit edilmiştir.

Tablo 4.24'te sporda güdülenmenin sporda saldırganlık üzerindeki etkisine ait çoklu regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.24: Sporda Güdülenmenin Sporda Saldırganlık Üzerindeki Etkisi**

Bağımsız değişkenler	B	SH <sub>B</sub>	β	t	p
Sabit	1,334	0,336		3,974	0,000
İçsel Güdülenme	-0,082	0,082	-0,102	-1,000	0,319
Dışsal Güdülenme	0,120	0,081	0,153	1,474	0,142
Güdülenmeme	0,199	0,045	0,327	4,423	<b>0,000</b>
R=0,374	R <sup>2</sup> =0,140	ΔR <sup>2</sup> =0,125			
F <sub>(3; 173)</sub> =9,358	p=0,000				

Sporda güdülenme alt boyutlarının sporda saldırganlık üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla kurulan regresyon modelinin uygun olduğu ( $F_{(3;173)}=9,36$ ;  $p<0,05$ ) görülmektedir. Sporda güdülenme değişkenleri sporda saldırganlık düzeyindeki değişimin yaklaşık %12'sini ( $\Delta R^2=0,125$ ) açıklayabilmektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayıları ( $\beta$ ) ve katsayıların anlamlılığına ( $t$ ) göre güdülenmeme ( $\beta=0,33$ ;  $t=4,42$ ;  $p<0,05$ ) değişkeninin sporda saldırganlık üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. İçsel güdülenme ve dışsal güdülenme değişkenlerinin sporda saldırganlık üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre güdülenmeme düzeyi yükseldikçe sporda saldırganlık düzeyi de yükselmektedir.



Tablo 4.25'te sporda güdülenmenin sporda saldırganlık ve öfke üzerindeki etkisine ait çoklu regresyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

**Tablo 4.25: Sporda Güdülenmenin Sporda Saldırganlık ve Öfke Üzerindeki Etkisi**

Bağımsız değişkenler	B	SH <sub>B</sub>	$\beta$	t	p
Sabit	2,209	0,282		7,834	0,000
İçsel Güdülenme	-0,098	0,069	-0,147	-1,424	0,156
Dışsal Güdülenme	0,109	0,068	0,167	1,596	0,112
Güdülenmeme	0,150	0,038	0,295	3,951	<b>0,000</b>
R=0,351	R <sup>2</sup> =0,123	$\Delta R^2=0,108$			
F <sub>(3; 173)</sub> =8,086	p=0,000				

Sporda güdülenme alt boyutlarının sporda saldırganlık ve öfke üzerindeki etkisini belirlemek amacıyla kurulan regresyon modelinin uygun olduğu ( $F_{(3;173)}=8,09$ ;  $p<0,05$ ) görülmektedir. Sporda güdülenme değişkenleri sporda saldırganlık ve öfke düzeyindeki değişimin yaklaşık %11'ini ( $\Delta R^2=0,108$ ) açıklayabilmektedir. Standardize edilmiş regresyon katsayıları ( $\beta$ ) ve katsayıların anlamlılığına (t) göre güdülenmeme ( $\beta=0,29$ ;  $t=3,95$ ;  $p<0,05$ ) değişkeninin sporda saldırganlık ve öfke üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı etkiye sahip olduğu tespit edilmiştir. İçsel güdülenme ve dışsal güdülenme değişkenlerinin sporda saldırganlık ve öfke üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı ( $p>0,05$ ) tespit edilmiştir. Regresyon analizi sonuçlarına göre güdülenmeme düzeyi yükseldikçe sporda saldırganlık ve öfke düzeyi de yükselmektedir.

## TARTIŞMA VE SONUÇ

### 5.1. Tartışma ve Sonuç

Boksörlerin sporda güdülenme, saldırganlık ve öfke düzeyleri arasındaki ilişkinin incelendiği bu çalışmada güdülenmeme puanlarının düşük, içsel güdülenme düzeyinin yüksek, dışsal güdülenme ve sporda güdülenme düzeyinin orta düzeyde olduğu bulguları elde edilmiştir. Şanlı (2014) sporda güdülenme ve yeterlik inançlarını incelediği çalışmasında ferdi spor yapan katılımcıların güdülenmeme puanlarının düşük düzeyde; içsel güdülenme puanlarının yüksek düzeyde, dışsal güdülenme puanlarının orta düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Özaslan (2019) takım ve ferdi sporcuların güdülenme düzeyini incelediği çalışmasında güdülenmeme puanlarının düşük düzeyde, içsel güdülenme puanlarının yüksek, dışsal güdülenme puanlarının orta düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Özen (2019) taekwondo sporcularının sporda güdülenme ve motivasyon ilişkisini incelediği çalışmasında içsel ve dışsal güdülenme puanlarının yüksek düzeyde; güdülenmeme puanlarının düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Kaya (2019) kadın futbolcularda stres, sporda güdülenme, öfke düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında güdülenmeme puanlarının düşük düzeyde; içsel ve dışsal güdülenme düzeyinin yüksek düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Esentürk (2014) okullar arası spor müsabakalarına katılan genç sporcuların güdülenme ve saldırganlık düzeylerini incelediği çalışmasında içsel güdülenme puanlarının yüksek düzeyde, dışsal güdülenme puanlarının orta düzeyde, güdülenmeme puanlarını düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Danışman (2011) bireysel ve takım sporları yapan genç bireylerin sporda güdülenme ve kaygı düzeylerini incelediği çalışmasında içsel ve dışsal güdülenme puanlarının yüksek düzeyde, güdülenmeme puanlarının düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Bu çalışma bulguları ile literatür bulguları paralellik göstermektedir. Sporcuların spora yönelik içsel motivasyonlarının yüksek düzeyde olması; buna karşın dışsal motivasyonlarının nispeten daha düşük olması spordan beklentileri ile açıklanabilir. Bu nedenle araştırmacılarda sporcuları spor yapmaya teşvik eden, motive eden veya güdüleyen değişkenleri araştırmasında yarar görülmektedir.

Dışsal düzenleme alt boyut puanlarının cinsiyete, aylık kişisel gelire, spor yaşına, milli sporcu olma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği; kadınların erkeklere göre daha yüksek, aylık kişisel geliri 3000TL ve üstü olanların 2000TL altı olanlara göre daha yüksek, spor yaşı 5 yıldan fazla olanların 5 yıldan az olanlara göre daha yüksek, milli sporcuların milli sporcu

olmayanlara göre daha yüksek dışsal dzenleme puanlarına sahip olduğu bulguları elde edilmiştir. Özasan (2019) çalışmasında dışsal dzenleme, özdeşim ve güdülenmeme puanlarının cinsiyete göre; bilmek ve başarmak, uyaran yaşama, dışsal dzenleme, içselleştirme, özdeşim ve güdülenmeme puanlarının spor yaşına göre; bilmek ve başarmak, dışsal dzenleme ve güdülenmeme puanlarının milli sporcu olma durumuna göre; bilmek ve başarmak, dışsal dzenleme, içe atım puanlarının gelir düzeyine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgularını elde etmiştir. Özen (2019) çalışmasında dışsal dzenleme ve güdülenmeme puanlarının cinsiyete göre; anlamlı farklılık gösterdiği bulgularını elde etmiştir. Esentürk (2014) çalışmasında dışsal dzenleme, dışsal güdülenme, içe atım ve güdülenmeme puanlarının cinsiyete ve spor yaşına göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgularını elde etmiştir. Bu çalışma bulguları ile literatürdeki çalışmaların genel olarak benzerlik göstermektedir. Nitekim bu çalışmada dışsal dzenlemenin cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği gibi içsel ve dışsal güdülenmenin cinsiyet ile ilişkili olmadığı bulgusu da elde edilmiştir. Diğer bir ifadeyle sporcuların güdülenmesinin cinsiyet ile ilişkili olmadığı söylenebilir.

Sporda güdülenme puanlarının yaş gruplarına, öğrenim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği; dışsal dzenleme boyutu hariç olmak üzere cinsiyete, aylık kişisel gelire, spor yaşına, milli sporcu olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulguları elde edilmiştir. Şanlı (2014) çalışmasında sporda güdülenme puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Özasan (2019) çalışmasında içsel güdülenme, içe atım ve sporda güdülenme puanlarının cinsiyete göre; bilmek ve başarmak, içe atım puanlarının yaş gruplarına göre; bilmek ve başarmak puanlarının spor yapma yaşına göre; uyaran yaşama, içe atma ve özdeşim puanlarının milli sporcu olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Sporda güdülenme puanlarının (özdeşim ve dışsal güdülenme hariç) hane halkı aylık toplam geliri ve haftada kaç gün spor yaptığına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Özdeşim ve dışsal güdülenme boyutu puanlarının hane halkı aylık toplam geliri ve haftada kaç gün spor yaptığına göre anlamlı farklılık gösterdiği; hane halkı aylık toplam geliri 3000 TL ve üstü olan sporcuların özdeşim ve dışsal güdülenme puanları, hane halkı aylık toplam geliri 3000 TL ve altında olan sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; her gün spor yapan sporcuların özdeşim ve dışsal dzenleme puanları, haftada 3-6 gün spor yapan sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulguları elde edilmiştir. Danışman (2011) çalışmasında sporda güdülenme puanlarının hane halkı aylık gelirine göre anlamlı farklılık göstermediği; spor süresine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgularını elde etmiştir. Özen (2019) çalışmasında

bilmek ve başarmak, uyarıcı yaşama, içe atım, özdeşim puanlarının cinsiyete göre; sporda güdülenme puanlarının yaş gruplarına, spor yaşına göre; haftalık spor yapma gün ve saatine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Kaya (2019) çalışmasında sporda güdülenme puanlarının öğrenim düzeyi, yaş grupları, aylık kişisel gelir, spor yaşına göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Esentürk (2014) çalışmasında sporda güdülenme puanlarının yaş gruplarına ve aylık gelire göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Cengiz (2017) dövüş sporları antrenörlerinin sporda güdülenme ve öfke düzeylerini incelediği çalışmasında sporda güdülenme puanlarının yaş gruplarına, öğrenim düzeyine, antrenörlük yılına göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Danışman (2011) çalışmasında sporda güdülenme puanlarının spor süresine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Bu çalışma bulguları ile literatür bulguları paralellik göstermekte olup demografik özelliklerin genel olarak sporcuların güdülenmesi üzerinde etkili olmadığı; buna karşın günümüzde nitelikli spor yapmanın maliyetli olduğu düşünüldüğünde sporda güdülenmenin aylık gelir ile ilişkili olması açıklanabilir. Diğer yandan haftalık spor yapma süresinin sporda güdülenme ile ilişkisinin yönünün belirlenmesinde yarar görülmektedir. Zira her gün spor yapmanın sporda güdülenmeye neden olmaktan ziyade sporda güdülenmiş olmanın her gün spor yapmaya yol açtığı söylenebilir. Bu nedenle araştırmalarda sporda güdülenme nedenlerine daha fazla yer verilmesinde yarar görülmektedir.

Araştırmaya katılan sporcuların sporda öfke ve saldırganlık puanlarının düşük düzeyde olduğu bulguları elde edilmiştir. Kaya (2019) kadın futbolcuların öfke ve saldırganlık (öfke dışı vuruş) puanlarının düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Esentürk (2014) okullar arası spor müsabakalarına katılan genç sporcuların saldırganlık ve öfke puanlarının düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Öztürk (2019) aktif spor yapan ve yapmayan gençlerin şiddet eğilimi ve saldırganlık davranışlarını incelediği çalışmasında saldırganlık puanlarının düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Birinci (2019) spor yapan ve yapmayan bireylerin benlik saygısı ve saldırganlık düzeylerini incelediği çalışmasında spor yapan bireylerin saldırganlık ve öfke düzeyinin düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Shokoufeh (2018) elit erkek ve bayan güreşçiler ile spor yapmayan bireylerin zihinsel yetenek, liderlik ve saldırganlık düzeylerini incelediği çalışmasında sporcuların öfke ve saldırganlık puanlarının düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Araz (2017) spor yapan bireylerin kaygı, saldırganlık yaklaşma-uzaklaşma tepkilerini (güdülenme) incelediği çalışmasında sporcuların saldırganlık düzeyinin düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Yavuz (2015) farklı spor dallarındaki sporcuların saldırganlık ile bazı değişkenler arasındaki ilişkiyi

incelediği çalışmasında sporcuların saldırganlık ve öfke puanlarının düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Doğan (2016) bireysel ve takım sporcusu olan beden eğitimi ve spor yüksek okulu öğrencilerinin saldırganlık düzeyi ile problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmasında saldırganlık puanlarının düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Baykan (2018) Y ve Z nesli tekvandocuların öfke düzeyi ve ilişkili faktörleri incelediği çalışmasında öfke ve saldırganlık puanlarının düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Bozkurt (2017) bireysel ve takım sporcularının öfke kontrollerini incelediği çalışmasında sporcuların öfke puanlarının düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Yurttaş (2016) spor yapan ve yapmayan gençlerin saldırganlık düzeyleri incelediği çalışmasında sporcuların saldırganlık ve öfke düzeyinin düşük düzeyde olduğu bulgularını elde etmiştir. Spor yapan bireylerin enerjilerini doğru yönlendirmeleri sonucu öfke ve saldırganlık davranışlarından uzak kaldıkları söylenebilir.

Sporda saldırganlık ve öfke puanlarının yaş gruplarına, öğrenim düzeyine, aylık kişisel gelire, hane halkı aylık toplam gelirine, spor yapma yaşına, milli sporcu olma durumu, haftada kaç gün spor yaptığına göre anlamlı farklılık göstermediği bulguları elde edilmiştir. Kaya (2019) çalışmasında öfke ve saldırganlık puanlarının öğrenim düzeyi, yaş grupları, aylık gelir, spor yaşına göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Esentürk (2019) çalışmasında saldırganlık ve öfke puanlarının yaş gruplarına, aile gelirine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Cengiz (2017) dövüş sporları antrenörlerinin sporda güdülenme ve öfke düzeylerini incelediği çalışmasında öfke puanlarının yaş gruplarına, öğrenim düzeyine, antrenörlük yılına göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Bostancı ve arkadaşları (2017) çalışmalarında saldırganlık puanlarının yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmişlerdir. Öztürk (2019) çalışmasında saldırganlık puanlarının aylık gelire, yaş ve spor yaşına göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Shokoufeh (2018) çalışmasında sporda saldırganlık puanlarının spora yaşı, öğrenim düzeyi, aylık gelir, milli sporcu olma durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Yavuz (2015) çalışmasında saldırganlık ve öfke puanlarının öğrenim düzeyine, yaş gruplarına, spor yaşına göre anlamlı farklılık gösterdiği; aylık gelire göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Doğan (2016) çalışmasında saldırganlık puanlarının yaş gruplarına ve öğrenim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Baykan (2018) çalışmasında öfke puanlarının öğrenim düzeyine, aylık gelire, milli sporcu olma durumuna, spor yaşına göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Yurttaş (2016) çalışmasında fiziksel saldırganlık ve öfke

puanlarının kişisel aylık gelire göre anlamlı farklılık gösterdiği; sözel saldırganlık puanlarının kişisel aylık gelire göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Bu çalışma bulguları ile literatür bulgularının genel olarak benzerlik gösterdiği; buna karşın demografik değişkenlerin bir kısmında farklılıklar olduğu ancak bu farklılıkların literatürün tamamı ile ayrılmadığı dikkate alındığında sporcuların saldırganlık ve öfke düzeylerinin yaptıkları spor nedeniyle çok düşük düzeyde kaldığı ve bu nedenle demografik değişkenlere göre farklılığın ortaya çıkmadığı söylenebilir.

Öfke alt boyut puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği; kadın sporcuların öfke puanlarının, erkek sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulguları elde edilmiştir. Saldırganlık alt boyut ve sporda saldırganlık/öfke ölçek puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulguları elde edilmiştir. Esentürk (2014) çalışmasında saldırganlık puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği; öfke puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Bostancı ve arkadaşları (2017) çalışmalarında saldırganlık puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgularını elde etmişlerdir. Öztürk (2019) çalışmasında saldırganlık puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Birinci (2019) çalışmasında saldırganlık ve öfke puanlarının cinsiyete, milli sporcu olma durumuna, yaş gruplarına, aylık gelire, spor yaşına, haftalık spor yapma gününe göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Shokoufeh (2018) ve Yavuz (2015) çalışmalarında saldırganlık ve öfke toplam puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Araz (2017) çalışmasında saldırganlık ve öfke puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgularını elde etmiştir. Doğan (2016) çalışmasında saldırganlık puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Baykan (2018) ve Bozkurt (2017) çalışmalarında öfke puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgularını elde etmişlerdir. Yurttaş (2016) çalışmasında saldırganlık puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği; öfke puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Bu çalışma bulguları ile literatür bulgularının genel olarak benzerlik gösterdiği; literatürde öfke ve saldırganlığın cinsiyete göre farklılaştığını gösteren çalışmalar olduğu gibi bu çalışmada olduğu gibi saldırganlık veya öfkenin farklılaşmadığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır. Bu durum saldırganlık ve öfkenin cinsiyete göre farklılaştığını söylemek yerine bireyin kişilik özellikleri, psikolojik durumu, sosyal koşulları gibi değişkenlerle açıklanabileceğini göstermektedir. Bu yönde yapılacak çalışmalar sporcuların saldırganlık ve öfke düzeyinin farklılaşma durumuna açıklık getirecektir.

Öfke alt boyut puanlarının haftada kaç saat spor yaptığına göre anlamlı farklılık gösterdiği; haftada 16-20 saat spor yapan sporcuların öfke puanlarının, haftada 15 saat ve daha az spor yapan sporcuların puanlarına göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulguları elde edilmiştir. Saldırganlık alt boyut ve sporda saldırganlık/öfke ölçek puanlarının haftada kaç saat spor yaptığına göre anlamlı farklılık göstermediği bulguları elde edilmiştir. Öztürk (2019), Birinci (2019) ve Shokoufeh (2018) çalışmalarında saldırganlık ve öfke puanlarının aktif olarak spor yapma durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği ve aktif olarak spor yapanların saldırganlık ve öfke puanlarının, aktif olarak spor yapmayanlara göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulgularını elde etmişlerdir. Yurttaş (2016) çalışmasında saldırganlık ve öfke puanlarının haftalık spor yapma saatlerine göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgularını elde etmiştir. Bu çalışmada elde edilen bulgular ile literatür bulguları paralellik göstermektedir. Sporcuların katıldığı bu çalışmada saldırganlık ve öfke düzeyinin düşük düzeyde tesit edilmesi ve bunun literatür ile desteklenmesi dikkate alındığında haftada 16-20 saat spor yapmanın daha az saat spor yapan sporculara göre yüksek olması çelişkili görünmektedir. Araştırmacıların bu konu ile ilgili daha detaylı çalışmalar yapması haftalık spor saatinin artmasının neden öfkeye neden olduğu; buna karşın saldırganlığı etkilemediği sorusuna cevap olacaktır.

İçsel ve dışsal güdülenme ile sporda saldırganlık ve öfke arasında; dışsal düzenleme ile öfke arasında anlamlı ilişki olmadığı; dışsal düzenleme puanları ile saldırganlık ve sporda saldırganlık ve öfke toplam puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu; güdülenmeme puanları ile öfke, saldırganlık ve sporda saldırganlık ve öfke toplam puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu; sporda güdülenme puanları ile saldırganlık puanları arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu; sporda güdülenmemenin saldırganlık üzerinde pozitif yönlü ve anlamlı etkisi olduğu; sporda güdülenme puanlarının saldırganlık ve öfke üzerinde anlamlı etkiye sahip olmadığı bulguları elde edilmiştir. Esentürk (2014) çalışmasında uyaran yaşama, içsel güdülenme, dışsal düzenleme ve özdeşim puanları ile sporda saldırganlık ve öfke arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu bulgularını elde etmiştir. Cengiz (2017) çalışmasında sporda güdülenme ile öfke puanları arasında anlamlı ilişki olmadığı bulgularını elde etmiştir. Araz (2017) çalışmasında içsel (eğlence arayışı) ile saldırganlık ve öfke arasında anlamlı ilişki olmadığı; dışsal güdülenme (ödüle duyarlılık) ile öfke arasında negatif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu; güdülenme ile saldırganlık arasında pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu bulgularını elde etmiştir.

Sonuç olarak elit düzey boksörlerin sporda güdülenme düzeyi ile saldırganlık ve öfke düzeyleri arasında anlamlı ilişki bulunmuştur. Dolayısıyla bu durum elit düzey boksörlerin

spor müsabakalarında saldırganlık ve öfke düzeyinin artmasıyla motive olmakta ve güdülenme düzeyleri de artış göstermektedir.

## 5.2. Öneriler

Elit düzey boksörlerin milli takım hazırlık kamplarında mentor veya spor psikoloğu bulunması zihinsel antrenman yönteminin geliştirilmesinde etkili olacaktır.

Elit düzey boksörlerin güdülenme, stres ve öfke düzeylerinin sezon başlangıcında kontrol edilmeli ve antrenman ya da müsabaka durumlarına analizleri yapılmalıdır.

Benzer çalışma milli takımlara bağlı spor kulübünde yer alan sporculara da uygulanmalı ve onların teşvik edilmesi önem oluşturabilir.



## KAYNAKÇA

Alaaddinoğlu, V. (2012). *Türkiye kayak milli takımları alp disiplini sporcularının antropometrik ve fizyolojik özelliklerinin karşılaştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.

Aldao, A., & Nolen-Hoeksema, S. (2010). Specificity of cognitive emotion regulation strategies: a transdiagnostic examination. *Behaviour Research and Therapy*, 48(10), 974-983.

Alibaz, A., Gündüz, N., & Şentuna, M. (2006). Türkiyede üst düzey taekwondo, karate ve kick-boks sporcularının bu spor branşına yönelmelerine teşvik eden unsurlar, yapma nedenleri ve geleceğe yönelik beklentileri. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 91-102.

Altıntaş, A. (2015). *Sporcuların zihinsel dayanıklılıklarının belirlenmesinde optimal performans duygu durumu, güdülenme düzeyi ve hedef yöneliminin rolü* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Anshel, M. H. (1997). *Sport psychology: from theory to practice*. 3. Edition. Scottsdale, Arizona: Gorsuch Scarisbrick.

Araz, G. Y. (2017). *Spor yapan bireylerin kaygı düzeyleri, saldırganlık eğilimleri ve yaklaşma-uzaklaşma tepkilerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.

Atkinson, R. L., Atkinson, R. C., Smith, E. E., Bem, D. J., & Hoeksema, S. (2010). *Psikolojiye giriş* (6. Baskı) Ankara: Arkadaş Yayınevi.

Başaran, İ. E. (1992). *Örgütsel davranış yönetimi*. Ankara: Eğitim Bilimleri Fakültesi Yayınları.

Batmaz, S. & Kılınçoğlu, Ş. (2017). *Ortaöğretim spor lisesi bireysel sporlar boks ders kitabı*. Ankara: MEB Yayınları.

Baykan, E. (2018). *Y ve Z nesil taekwondocuların sürekli öfke düzeylerinin saptanması ve ilişkili faktörlerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yozgat.

Bayram, Y. (2012). *Spor yapan ve yapmayan 14-18 yaş grubu öğrencilerin saldırganlık tutumlarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.

Beyleroğlu, M., Hazar, M., Yalçın, S., Uca, M., & Akkuş, M. (2014). Research of sudden weight loss effects on pulse of boxers. *Social and Behavioral Sciences*, 152, 495-499.

Birinci, R. (2019). *Spor yapan ve yapmayan bireylerin benlik saygısı ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Erzincan Binali Yıldırım Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzincan.

Bostancı, Ö., Oda, B., Şebin, K., & Erail, S. (2017). 11–13 yaş öğrencilerin spor yapma durumlarına göre iyimserlik ile saldırganlık düzeylerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(4), 205-217.

Bozkurt, B. (2017). *Genç kategorisindeki bireysel ve takım sporcularının öfke kontrollerinin değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Budak, S. (2019). *Psikoloji sözlüğü*. (5. Baskı). Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.

Büyüköztürk, Ş. (2019). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (27. Baskı). Ankara: Pegem Akademi Yayıncılık..

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). *Yeniden insan insana*. İstanbul: Remzi Kitabevi.

Cengiz, M. S. (2017). *Aikido antrenörleri ile diğer savaş sanatı antrenörlerinin; duygusal zekâ, sürekli öfke ve sporda güdülenme açılarından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Çelik, H. (2006). *Üniversite birinci sınıf öğrencilerinin saldırganlık tepkileri bağlanma tarzları ve kişiler arası şemalarının incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Çobanoğlu-Güner, B. (2006). *Takım sporları ve bireysel sporlar yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

Danışman, İ. H. A. (2011). *Bireysel ve takım sporları yapan öğrencilerin güdüsel yönelimlerinin kaygı düzeylerine etkilerinin araştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Deryahanoğlu, G. (2014). *Kick boks hakemlerinin karar verme ve atılganlık düzeylerinin algılanan mesleki yeterlilik üzerine etkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.

Dervent, F. (2007). *Lise öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ve sportif aktivitelere katılımla ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Doğan, O. (2004). *Spor psikolojisi*. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları.

Doğan, V. (2016). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ile problem çözüme becerilerinin tespiti* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Durak, N. (2006). *Son çocukluk dönemi öğrencilerinin saldırganlıklarını belirlemeye yönelik sosyal uyum düzeylerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.

Erden, N. K. (2007). *Abant İzzet Baysal Üniversitesi öğretmenlik bölümleri birinci öğretim son sınıf öğrencilerinin saldırganlık türleri* (Yüksek Lisans Tezi). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Bolu.

Erdem, M. (2008). *Amerikan futbolu sporcularında sporda güdülenme ölçeğinin geliştirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Erkal, M. (1982). *Sosyolojik açıdan spor*. İstanbul: Formül Matbaası, Filiz Kitapevi.

Esentürk, O. K. (2014). *Lise düzeyinde öğrenim gören ve okullararası spor müsabakalarına katılan sporcu öğrencilerin güdülenme ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Ferris, C. F., & Grisso, T. (1998). *Understanding aggressive behavior in children*. (First Edition) New York, Annals of the New York Academy of Sciences.

Freedman, J. L., Sears, D. O., & Carlsmith, J. M. (2003). *Sosyal psikoloji*. (Çev. Ali Dönmez) Ankara: İmge Kitabevi.

- Gentry, W. D. (2007). *Anger for dummies*. Indiana: Wiley Publishing.
- Gürbüz, B., Kural, S., & Özbek, O. (2019). Sporda saldırganlık ve öfke ölçeği: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Sportif Bakış: Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 6(2), 206-217.
- Karaca, M. (2007). *Organizasyonlarda saldırgan davranışlara maruz kalma ve mağdurların kişiliğiyle ilişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kayseri.
- Karasar, N. (1994). *Bilimsel araştırma yöntemi: kavramlar, ilkeler, teknikler*. 5. Basım. Ankara: 3A Araştırma Eğitim Danışmanlık Ltd.
- Karasar, N. (2017). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Karayılmaz, A. (2006). *Amatör küme futbolcularını saldırganlığa iten psikososyal nedenler* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Kaya, M. İ. (2019). *Kadın futbolcularda antrenmanın algılanan stres, sporda güdülenme, sürekli öfke ve öfke tarzı düzeylerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Hitit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çorum.
- Kazak, Z. (2004). "Sporda Güdülenme Ölçeği-SGÖ-"nin Türk sporcuları için güvenilirlik ve geçerlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 15(4), 191-206.
- Kılıç, S. (2007). *İlköğretim öğrencilerinin saldırgan davranışları ile ilgili okul yöneticilerinin algıları* (Yüksek Lisans Tezi). Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kırıkkale.
- Koçel, T. (2003). *İşletme yöneticiliği, İstanbul, Beta Yayınları*, 633-653.
- Köknel, Ö. (1999). *Kaygıdan mutluluğa kişilik*. (13. Baskı) İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Kurtiç, N. (2006). *Futbol seyircisini saldırganlığa iten psiko-sosyal nedenler* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Kurtyılmaz, Y. (2005). *Öğretmen adaylarının saldırganlık düzeyleri ile akademik başarıları iletişim ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.

Maxwell, J. P., & Moores, E. (2007). The development of a short scale measuring aggressiveness and anger in competitive athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(2), 179-193.

Merttürk, R. (2005). *Bilgisayar oyunu oynayan ilköğretim öğrencilerinin saldırganlık depresyon ve yalnızlık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Yeditepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul

Mowlaie, M., Besharat, M. A., Pourbohloul, S., & Azizi, L. (2011). The mediation effects of selfconfidence and sport self-efficacy on the relationship between dimensions of anger and anger control with sport performance. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 138-142.

Onur, B. (1995). *Gelişim psikolojisi*. Ankara: İmge Kitabevi.

Özaslan, B. R. (2019). *Takım ve ferdi sporcuların güdülenme düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.

Özen, A. (2019). *Y ve Z kuşaklarındaki taekwondo sporcularının çok boyutlu mükemmeliyetçilik düzeylerinin sporda güdülenme ve başarı motivasyonu ile ilişkisinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Özdevecioğlu, M., & Yalçın, Y. (2010). Spor tatmininin sporcuların stres ve saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1, 63-76.

Özdil, G. (2016). *Boksörlerde kuvvet antrenmanlarının maksimal kuvvet ve anaerobik güce etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.

Öztürk, Y. M. (2019). *Aktif spor yapan ve yapmayan spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin sporda şiddet eğilimi ve saldırganlık davranışlarına ilişkin görüşlerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Bartın.

Pelletier, L., Fortier, M., Vallerand, R. J., Tuson, K. M., Briere, N. M., & Blais, M. R. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The sport motivation scale (SMS). *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 17(2), 35-54.

Profesyonel Boks Müsabaka Talimatı (2013) - Spor Genel Müdürlüğü, <https://shgm.gsb.gov.tr/Public/images/SGM/Federasyon/Profesyonel%20Boks%20Musabaka.pdf>. Erişim tarihi: 15/12/2019.

Savaş, A. (1998). *Spor genel kültürü*. İstanbul: İnkılâp Kitabevi.

Selçuk, Z. (1999). *Gelişim ve öğrenme* (6. baskı). Ankara: Nobel Yayınevi

Shokoufeh, S. (2018). *Türkiye'de elit erkek ve bayan güreşçiler ile spor yapmayan bireylerin zihinsel yetenek, liderlik ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi* (Doktora Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.

Sofia, R. & Cruz, J. F. A. (2017). Unveiling anger and aggression in sports: The effects of type of sport, competitive category and success level. *Revista de psicología del deporte*, 26(2), 21-28.

Soyer, F., Can, Y., Güven, H., Hergüner, G., Bayansalduz., M., & Tetik, B. (2010). Sporculardaki başarı motivasyonu ile takım birlikteliği arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 225-239.

Strelnik, V. A. (1989). "Raundi İzmyaemie Gadami" Ulan-Ude, s:-5

Şahin, H. M. (2003). *Sporda şiddet ve saldırganlık*. Ankara: Nobel Yayınevi.

Şanlı, S. (2014). Polis akademisi öğrencilerinin genel öz yeterlik inançları ve sporda güdülenme kaynaklarının incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 25(4), 172-183.

Şekertekin, M. A. (2003). *Spor eğitiminin uyum kişiler arası ilişkiler tarzı ve saldırganlık üzerine etkileri* (Doktora Tezi). Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.

Uçar, M. (2007). *Boksta ayakta dansın müsabaka sonucuna etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.

Uysal, C. (2007). *Yaygın anksiyete bozukluğu tanısı alan hastaların elektro kardiyografilerindeki p-dalga dispersiyonu ve qt dispersiyonu* (Uzmanlık Tezi). Sağlık Bakanlığı Haydarpaşa Numune Eğitim ve Araştırma Hastanesi Psikiyatri Kliniği, İstanbul.

Vallerand, R. J. (2001). *A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise*. In G.C. Roberts (Ed.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise*, Champaign, IL: Human Kinetics, 263-319.

Volkan, V. D., & Çevik, A. (1993). Depresyonun psikodinamik etiolojisi. *Depresyon Momografları Serisi*, 3, 109-122.

Weinberg, R. S., & Gould, D. (1995). *Foundations of sport and exercise psychology*. Champaign JL: Human Kinetics.

Yavuz, S. (2015). *Farklı spor dallarındaki sporcu, seyirci ve yöneticilerin küresel vatandaşlık ve saldırganlık ilişkisi (Adana–Mersin ili örneği)* (Yüksek Lisans Tezi). Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.

Yiğit, A. Y. (2011). *Orta öğretimde okullar arası spor müsabakalarına katılan öğrencilerin güdülenmişlik düzeyleri* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Yurttaş, H. (2016). *Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.

## EKLER

### Ek 1: Elit Düzey Boksörlerin Sporda Güdülenme, Saldırganlık ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yaşınız	.....	Spor Yaşınız	.....	Cinsiyetiniz	Kadın <input type="checkbox"/>	Erkek <input type="checkbox"/>
Milli Sporcu musunuz	Evet <input type="checkbox"/> Hayır <input type="checkbox"/>	Eğitim durumunuz	İlkokul <input type="checkbox"/>	Lisans <input type="checkbox"/>	Lise <input type="checkbox"/>	Lisansüstü <input type="checkbox"/>
Haftalık Kaç Gün ve Saat Spor Yapıyorsunuz	.....	Gün	.....	Saat		
Aylık kişisel gelir Durumu	0-1000TL	1000-2000TL	2000-3000TL	3000TL ve Üstü	Yazınız.....TL	
Aylık Aile Gelir Durumu	0-1500TL	1500-3000TL	3000-4500TL	4500TL ve Üstü	Yazınız.....TL	

Aşağıda sizin niçin spor yaptığınız ve spor yapmayı neden sürdürdüğünüz ile ilgili ifadeler verilmiştir. Bu ifadeler 1 ile 7 arasında derecelendirilmektedir. "1" ifadesi size hiç uygun olmadığını; "4" durumun size orta derecede uygun olduğunu; "7" ise bütünüyle uygun olduğunu ifade etmektedir. Kendi durumunuzu her iki uçtaki (1-7). ya da ortadaki rakamla (4) belirleyebileceğiniz gibi bu uçlardan herhangi birine yakın başka bir rakamı da işaretleyerek belirleyebilirsiniz. Bu çalışmanın amacına ulaşabilmesi için yanıtlarınızın içinizden geldiği gibi ve dürüst olması önem taşımaktadır.

**Şennur Demir**  
**Bartın Üniversitesi**

Niçin spor yapıyorsunuz?	Hiç Uygun Değil		Orta derecede Uygun			Bütünüyle Uygun	
	1	2	3	4	5	6	7
1. Spor ortamında heyecan verici deneyimleri yaşamak haz verdiği için.	1	2	3	4	5	6	7
2. Uğraştığım spor dalı ile ilgili daha fazla şey bilmek haz verdiği için.	1	2	3	4	5	6	7
3. Daha önce spor yapmam için iyi nedenlerim vardı, fakat şimdi spor yapmaya devam edip etmemem konusunu kendime soruyorum.	1	2	3	4	5	6	7
4. Yeni antrenman tekniklerini keşfetmek haz verdiği için.	1	2	3	4	5	6	7
5. Niçin spor yaptığımı bilmiyorum; uğraşmış olduğum spor dalını başarmakta yeteneksiz olduğum kanısındayım.	1	2	3	4	5	6	7
6. Tanıdığım insanlar tarafından saygı görmeme neden olduğu için.	1	2	3	4	5	6	7
7. Bana göre; insanlarla tanışmanın en iyi yollarından biri olduğu için.	1	2	3	4	5	6	7
8. Bazı zor antrenman tekniklerinde ustalaşırken haz aldığım için.	1	2	3	4	5	6	7



9. Eğer formda olmak isteniyorsa spor yapmak kesinlikle gerekli olduğu için.	1	2	3	4	5	6	7
10. Sporcu olmanın verdiği prestij için	1	2	3	4	5	6	7
11. Diğer yönlerimi geliştirmede seçtiğim en iyi yollardan biri olduğu için.	1	2	3	4	5	6	7
12. Sportif becerilerde zayıf bulduğum bazı yönlerimi geliştirirken haz aldığım için.	1	2	3	4	5	6	7
13. Bir fiziksel aktiviteye katıldığımda heyecan hissettiğim için.	1	2	3	4	5	6	7
14. Kendimi iyi hissedebilmem için spor yapmam gerekli.	1	2	3	4	5	6	7
15. Sportif yeteneklerimi mükemmelleştirirken haz aldığım için.	1	2	3	4	5	6	7
16. Çevremdeki insanların formda olmanın önemli olduğunu düşündükleri için.	1	2	3	4	5	6	7
17. Yaşamımın diğer alanlarında bana faydalı olabilecek pek çok şeyi öğrenmenin iyi bir yolu olduğu için.	1	2	3	4	5	6	7
18. Sevdiğim sporu yaparken yoğun duygular hissettiğim için.	1	2	3	4	5	6	7
19. Artık niçin spor yaptığımı net değil, sporda yerim olduğunu gerçekten düşünmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7
20. Bazı zor becerileri gerçekleştirirken haz aldığım için.	1	2	3	4	5	6	7
21. Spor için zaman ayırmazsam kendimi kötü hissedeceğim için.	1	2	3	4	5	6	7
22. Uğraşmış olduğum spor dalında ne kadar iyi olduğumu diğerlerine göstermek için.	1	2	3	4	5	6	7
23. Daha önce denemediğim antrenman tekniklerini öğrenirken haz aldığım için.	1	2	3	4	5	6	7
24. Arkadaşlarımla iyi ilişkilerimi sürdürebilmenin en iyi yollarından biri olduğu için.	1	2	3	4	5	6	7
25. Fiziksel aktiviteye tamamıyla dalıp gitme hissinden hoşlandığım için.	1	2	3	4	5	6	7
26. Düzenli olarak spor yapmam gerektiği için	1	2	3	4	5	6	7
27. Performansı geliştirecek yeni yöntemler keşfetmek haz verdiği için.	1	2	3	4	5	6	7
28. Sık sık kendime niçin spor yaptığımı soruyorum da, sporda kendim için belirlediğim hedeflere ulaşmış görünmüyorum.	1	2	3	4	5	6	7

## Ek 2: Sporda Saldırganlık ve Öfke Ölçeği (SSÖÖ)

### SPORDA SALDIRGANLIK VE ÖFKE ÖLÇEĞİ (SSÖÖ)

Değerli katılımcılar;

Aşağıda sizin, sporda “öfke” ve “saldırganlık” düzeyinizi ölçtüğü düşünülen bazı ifadelere yer verilmiştir. Her bir ifadeye sunulan durumun sizin için uygunluğunu belirtmek için uygun alanı işaretleyiniz. Çalışmadan elde edilen veriler sadece bilimsel maksatla kullanılacak olup; kişi ve kurumlarla ilgili herhangi bir değerlendirme içermeyecektir. Çalışmaya yapacağınız katkılardan dolayı teşekkür ederiz.

<b>Lütfen her ifadeyi bir kez işaretleyiniz ve cevaplanmamış hiçbir ifade bırakmayınız.</b>	<b>Hiç Katılmıyorum</b>	<b>Katılmıyorum</b>	<b>Biraz Katılıyorum</b>	<b>Katılıyorum</b>	<b>Tamamen Katılıyorum</b>
1. Müsabaka sırasında dezavantajlı duruma düşersem hırçınlaşıyorum.	1	2	3	4	5
2. Müsabakayı kaybediyorsam rakibime karşı sertleşirim.	1	2	3	4	5
3. Sayı kaybettiğim zaman çılgına dönerim.	1	2	3	4	5
4. Müsabaka sırasında hayal kırıklığına uğradığımda öfkelenirim.	1	2	3	4	5
5. Müsabaka esnasında sinirlerimi kontrol etmekte zorlanırım.	1	2	3	4	5
6. Hakemlerin hataları beni kızdırır.	1	2	3	4	5
7. Rakibe karşı sergilenen şiddet içeren davranışlar kabul edilebilir.	1	2	3	4	5
8. Avantaj sağlamak için kural dışı fiziksel güç kullanmak kabul edilebilir.	1	2	3	4	5
9. Rakiplerimin konsantrasyonunu bozmak için onlarla alay ederim	1	2	3	4	5
10. Rakibime karşı avantaj sağlamak için aşırı güç kullanırım.	1	2	3	4	5
11. Rakiplerimin dikkatini dağıtmak için onlara sözlü hakaretlerde bulunurum.	1	2	3	4	5
12. Rakipler bir dereceye kadar kötü davranışı kabul eder.	1	2	3	4	5

### Ek 3: Sporda Güdülenme leği İzni

---

#### Fwd: SPARDA GÜDÜLENME ÖLÇEĞİ KULLANIM İZİNİ HAKKINDA

1 mesaj

Sennur Demir <sennurdemir1453@gmail.com>

12 Kasım 2019 08:36

İleti başlangıcı:

**Kimden:** Zişan Kazak <fzisankazak@gmail.com>

**Tarih:** 10 Kasım 2019 20:55:28 GMT+3

**Kime:** Şennur Demir <Sennurdemir1453@gmail.com>

**Konu: Ynt: SPARDA GÜDÜLENME ÖLÇEĞİ KULLANIM İZİNİ HAKKINDA**

Elbette kullanabilirsiniz. İyi alışmalar diliyorum.

<https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/151380>

10 Kas 2019 Paz, saat 17:40 tarihinde Şennur Demir <sennurdemir1453@gmail.com> şunu yazdı:

Merhaba Hocam,

Ben Bartın Eğitim Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor ğretimi A.B.D. da Yüksek Lisans ğrencisi Şennur Demir ayrıyeten Millî Boksrm. Danışman Hocam Doç.Dr. Fatih Yaşartürk eşliğinde msabık ve elit düzey boksrlerde leğinizi kullanmak istiyoruz. İzin verirsiniz memnun oluruz. Saygılarımla İyi alışmalar Dilerim.



**Ek 4:****ÖZGEÇMİŞ**

<b>Kişisel Bilgiler</b>	
Adı Soyadı	:Şennur DEMİR
Doğum Yeri ve Tarihi	:10/08/1982
<b>Eğitim Durumu</b>	
Lisans Öğrenimi	:Bartın Üniversitesi - Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu - Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Bölümü
Yüksek Lisans Öğrenimi	: Bartın Üniversitesi - Lisansüstü Eğitim Enstitüsü - Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı
Bildiği Yabancı Diller	: İNGİLİZCE
Bilimsel Faaliyet/Yayımlar Aldığı Ödüller	: YAŞARTÜRK FATİH, AYHAN BETÜL, AKYÜZ HAYRİ, <b>DEMİR ŞENNUR</b> (2018). Elit Düzey Kadın Boksörlerin Serbest Zaman Tutumu ve Sosyal Fiziki Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. 6. Uluslararası Bilim, Kültür ve Spor Kongresi, 820-829. (Tam Metin Bildiri/Sözlü Sunum)
<b>İş Deneyimi</b>	:
Stajlar	:
Projeler ve Kurs Belgeleri	: Milli Sporcu - Boks Milli Takım Antrenörü - Genç Bayanlar Yardımcı Antrenör Boks 2. Kademe Antrenör Uluslararası Aiba - 1 Yıldız Antrenör Wellness 2. Kademe Antrenörü Bocce 1. Kademe Antrenörü Dart 1. Kademe Antrenörü Futbol İl Hakemi Brezilya Jijutsu 2. Kademe Antrenör
Çalıştığı Kurumlar	: İstanbul Üniversitesi Özel Güvenlik 2002-2005 Bartın Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü - Boks Antrenörü 2016 - 2019 Milli Eğitim Bakanlığı - Ülkü Ahmet Durusoy Ortaokulu Ankara Beden Eğitimi ve Spor Öğretmeni

<b>İletişim</b>	: Şehit Osman Avcı Mah. Eryaman 2. Etap 55. Sok. C2/A blok nil apt.4/5 Etimesgut/Ankara
E-Posta Adresi	: sennurdemir1453@gmail.com

