



**T.C.
HİTİT ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI**

**SUTOPU SPORCULARININ ATILGANLIK
DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ**

Yüksek Lisans Tezi

Serkan DEMİRDÖKEN

Çorum 2019

SUTOPU SPORCULARININ ATILGANLIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

Serkan DEMİRDÖKEN

**Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı**

Yüksek Lisans Tezi

**TEZ DANIŞMANI
Doç. Dr. Esin GÜLLÜ**

Çorum 2019

KABUL VE ONAY

HİTÜ, Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nün 170330144 numaralı Yüksek Lisans Öğrencisi Serkan DEMİRDÖKEN, ilgili yönetmeliklerin belirlediği gerekli tüm şartları yerine getirdikten sonra hazırladığı "SUTOPU SPORCULARININ ATILGANLIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ" başlıklı tezini aşağıda imzaları olan jüri önünde başarı ile sunmuştur.

Savunma Tarihi : 27 Haziran 2019

Tez Danışmanı:

Doç. Dr. Esin GÜLLÜ
Hitit Üniversitesi


.....
İmza

Jüri
Üyeleri:

Prof. Dr. Faruk Yamaner
Hitit Üniversitesi


.....
İmza

Jüri
Üyeleri:

Dr. Öğr. Üyesi Yeşim KARAC
Bozok Üniversitesi


.....
İmza

İmza

Doç. Dr. Erkan DEMİRKAN
Enstitü Müdürü



ETİK BEYANNAMESİ

Yüksek Lisans tezi olarak hazırlayıp sunduğum “Sutopu Sporcularının Atılganlık Düzeylerinin Belirlenmesi” başlıklı tez; bilimsel ahlak ve değerlere uygun olarak tarafımdan yazılmıştır. Tezimin fikir/hipotezi tümüyle tez danışmanım ve bana aittir. Tezde yer alan araştırma tarafımdan yapılmış olup, tüm cümleler, yorumlar bana aittir.

Yukarıda belirtilen hususların doğruluğunu beyan ederim.

27 Haziran 2019
Serkan DEMİRDÖKEN

İmza


ÖN SÖZ

Bu çalışma birçok kıymetli kişinin katkılarıyla yapılmıştır. Saygıdeğer dekanım Prof. Dr. Faruk YAMANER'e, çalışmamda beni yönlendiren değerli danışmanım Doç. Dr. Esin GÜLLÜ' ye, çalışma boyunca her konuda yanımda olan saygıdeğer arkadaşlarım Öğr. Gör. Dr. Gamze DERYAHANOĞLU ile Öğr. Gör. Gül YAĞAR'a ve diğer değerli hocalarıma teşekkürlerimi sunarım.

Desteklerini esirgemeyen aileme ve hayat arkadaşım Çisem DEMİRDÖKEN'e sonsuz teşekkürler.

27 Haziran 2019
Serkan DEMİRDÖKEN

İÇİNDEKİLER

Sayfa

KABUL VE ONAY	iii
ETİK BEYANNAMESİ	iv
ÖNSÖZ	v
İÇİNDEKİLER	vi
KISALTMALAR	viii
ÇİZELGELER	ix
ÖZET	x
SUMMARY	xi
1. GİRİŞ	1
1.1 Araştırmanın Amacı	2
1.2 Problemler	2
1.3 Hipotezler	3
1.4 Sınırlılıklar	4
1.5 Sayıtlar	4
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1 Atılganlık.....	5
2.1.1 Atılganlığın tanımı	5
2.1.2 Atılganlık ve temel davranış biçimleri	7
2.1.2.1 Atılgan davranış	7
2.1.2.2 Saldırgan davranış	11
2.1.3 Atılganlık tarzının öğeleri	15
2.1.3.1 Sözel olmayan öğeler	15
2.1.3.2 Sözel öğeler	16
2.1.4 Atılganlık çeşitleri	16
2.1.4.1 Temel atılganlık.....	16
2.1.4.2 Empatik atılganlık	17
2.1.4.3 Artan atılganlık.....	17
2.1.4.4 Ben dilini kullanarak atılgan davranış.....	17
2.1.4.5 Karşılaştırma (Yüzleşme).....	18
2.1.5 Atılganlık eğitimi	18
2.1.6 Atılganlık ve spor	19
2.1.6.1 Spor	20
2.1.6.2 Sutopu.....	21
2.1.6.3 Sportif performansta atılganlığın rolü	22
2.1.7 Atılganlıkla ilgili yapılan çalışmalar	23
2.1.7.1 Yurtiçinde atılganlık ile ilgili yapılan çalışmalar	23
2.1.7.2 Yurt dışında atılganlık ile ilgili yapılan çalışmalar	25
3. MATERYAL VE YÖNTEM	27
3.1 Araştırmaya Alınma ve Araştırmadan Dışlanma Kriterleri	27
3.1.1 Araştırmaya alınma kriteri	27
3.1.2 Araştırmadan dışlanma kriteri	27
3.2 Araştırmanın Evreni ve Örneklem Yöntemi	27
3.3 Araştırmanın Yöntemi	28
3.4 Araştırmanın Veri Toplama Aracı.....	28
3.5 Verilerin Toplanması.....	29

3.6 Verilerin Değerlendirilmesi.....	29
3.7 Araştırmanın Etik Yönü	30
4. BULGULAR	31
5. TARTIşMA	40
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	47
KAYNAKLAR	49
EKLER	55
ÖZGEÇMİş.....	59



KISALTMALAR

BESYO : Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

FINA : Amatör Yüzme Federasyonu

KG : Kontrol Grubu

SG : Sutopu Sporcuları Grubu



ÇİZELGELER LİSTESİ

Sayfa

Çizelge 4.1: Sutopu Sporcularının ve Kontrol Grubunun Demografik Özellikleri.	32
Çizelge 4.2: Sutopu Sporcularının ve Kontrol Grubunun Rathus Atılganlık Envanterine Ait Normal Dağılım Testi Sonuçları.	33
Çizelge 4.3: Sutopu Sporcularının ve Kontrol Grubunun Rathus Atılganlık Envanterine Ait Betimleyici Analizler.	33
Çizelge 4.4: Sutopu Sporcuların ve Kontrol Grubunun Atılganlık Düzeyleri. ...	34
Çizelge 4.5: Grupların Okul Türüne Göre Atılganlık Düzeyleri.	35
Çizelge 4.6: Sutopu Sporcularının Milli Olma Durumlarına Göre Atılganlık Düzeyleri.	35
Çizelge 4.7: Sutopu Sporcularının Spor Yapma Yılına Göre Atılganlık Düzeyleri.	36
Çizelge 4.8: Grupların Yaş Değişkenine Göre Atılganlık Düzeyleri.	36
Çizelge 4.9: Grupların Kardeş Sayısına Göre Atılganlık Düzeyleri.	37
Çizelge 4.10: Grupların Anne Eğitim Düzeyine Göre Atılganlık Düzeyleri.	38
Çizelge 4.11: Grupların Baba Eğitim Düzeyine Göre Atılganlık Düzeyleri.	38
Çizelge 4.12: Sutopu Sporcularının ve Kontrol Grubunun Atılganlık Düzeyleri.	39

SUTOPU SPORCULARININ ATILGANLIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ

ÖZET

DEMİRDÖKEN, Serkan. Sutopu Sporcularının Atılganlık Düzeylerinin Belirlenmesi, (Yüksek Lisans Tezi), Çorum, 2019.

Atılganlık; diğer insanları hor ve hakir görmeden, onların haklarına saygı göstererek kendi haklarını savunma, toplumda yer edinme, saygınlık elde etme, söze başlama, devam ettirme ve bitirme yetisi olarak tanımlanmaktadır. Sporcuların buldukları konumlarından dolayı atılgan bireyler olması beklenmektedir. Bireylere özgürlük kazandıran spor; aynı zamanda zihinsel yeteneklerini, karar verme kabiliyetini, enerjisini ve toplumsal nitelikleri en üst seviyede kullanmayı da öğretmektedir. Bu doğrultuda sutopu; gerek fiziksel yetileri kullanma, gerek zihinsel becerileri kullanabilme kabiliyetinden dolayı sporun en özel alanlarından birini oluşturmaktadır. Bu çalışmanın amacı büyük sutopu sporcularının sosyodemografik özellikleri atılganlıkları arasındaki ilişkiyi incelemektir. Aynı zamanda sutopu sporcularının atılganlık düzeylerini belirlemektir.

Bu araştırmanın evrenini Türkiye Sutopu Federasyonu tarafından düzenlenen Büyük Erkekler Türkiye Şampiyonası'na katılmaya hak kazanan Türkiye'nin farklı kulüplerinde sutopu oynayan 191 sutopu sporcusu ile 268 spor yapmayan öğrenci üzerinde gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya katılan sporcu ve öğrenciler 18 yaşından büyüktür. Bu çalışmada, uygulamalı araştırmalarda kullanılan yöntemlerden anket yöntemi tercih edilmiştir. Araştırmada veri toplama aracı iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde araştırmacı tarafından hazırlanan 'Kişisel Bilgi Formu' ve ikinci bölümde ise Rathus (1973) tarafından geliştirilen 'Rathus Atılganlık Envanter' kullanılmıştır.

Elde edilen verilerin analizi için SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunlukları Kolmogorov Smirnov normallik testi ile sınanmıştır. Normal dağılımdan uzaklaşmadığı sonucuna varıldığından, ikili grupların karşılaştırılmasında t testi ile üç ve daha fazla gruplarda tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Sutopu sporcularının Rathus Atılganlık Envanteri'ne ait ortalama değeri 16,95 iken, öğrencilerin ortalama değerinin 2,38 olduğu belirlenmiştir. Sporcuların %38,7'si atılgan olmayan davranışa sahip iken, %61,3'ü atılgan olan bir davranış biçimine sahip oldukları belirlenmiştir. Öğrencilerin (Kontrol Grubunun) %39,2'si atılgan olmayan davranış biçimine sahip iken %60,8'i atılgan olan davranış biçimine sahip oldukları belirlenmiştir. Sutopu sporcularının atılganlık düzeyleri spor yapmayan bireylere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sutopu sporcularının ve öğrencilerin Sosyo demografik veriler (yaş, okul türü, spor yapma yılı, anne ve baba eğitim durumu, kardeş sayısı) ile atılganlık arasında istatistiksel olarak herhangi bir anlamlılık bulunmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Rathus atılganlık envanteri, Spor, Sutopu.

DETERMINATION OF THE ASSERTIVENESS LEVEL OF WATER POLO ATHLETES

SUMMARY

DEMİRDÖKEN, Serkan. Determination of the Assertiveness Level of Water Polo Athletes, (Master Thesis), Çorum, 2019.

Assertiveness is described as the ability to defend one's own rights, have a place in society, obtain reputation, begin, continue and finish speaking without despising other people while respecting their rights. Due to their positions, the athletes are expected to be assertive individuals, because sports, which allow the individuals to gain freedom, also teach the individuals to use their mental capabilities, decision making abilities, energies and social characteristics to the fullest extent. In this regard, water polo constitutes one of the most special areas of sports due to its ability to allow individuals to use both physical capabilities and mental abilities. The purpose of this study is to analyze the relationship between the socio-demographic characteristics and assertiveness of adult water polo athletes who are above the age of 18.

The study was conducted on 191 water polo athletes playing water polo in various sports clubs in Turkey who became entitled to take part in Turkey Adult Men Championship hold by Turkey Polo Federation alongside with 268 students who do not play any sports. Athletes and students joining to study are above 18. In this study, survey method which is one of the applied research methods is preferred. Data collecting tool consists of 2 parts. In first part 'Personal Information Form' perabed by the researcher and in second part Rathus Assertiveness Schedule developed by Rathus (1973) were used.

For the analysis of acquired data SPSS 22.0 program was used. Datas' relevancy to normal distribution was tested with Kolmogorov Smirnov Test of Normality. In the conclusion of not being far from normal distribution, in comparison of two-groups t test, three or more gruoups analysis of variance (ANOVA) was used.

It has been determined that the average value for the water polo athletes regarding Rathus Assertiveness Schedule was 16.95, while the average value for the students was 2.58. It has been determined that 38.7 % of the athletes had nonassertive behavior, while 61.3% of them had an assertive type of behavioral pattern. It has been determined that 39.2 % of the students (the control group) had a nonassertive behavioral pattern, while 60.8% of them had assertive behavioral pattern. It has been determined that the level of assertiveness of the water polo athletes were higher than that of the individuals who do not play any sports. Statistically, no significant relationship was found between the socio-demographic data (age, type of school, years of playing sports, educational level of parents, number of siblings) and the assertiveness of the water polo athletes and the students.

Key Words: Rathus assertiveness schedule, Sports, Water polo.

1. GİRİŞ

Kendine özgü karakteri bulunan atılganlık; özünde bir iletişim biçimi olup kimseyi yargılamadan, hakir görmeden kendi haklarını koruyabilme, sosyalleşme ve toplum tarafından benimsenme olarak ifade edilebilir. Atılganlığın en belirgin özelliği; ilk söze başlama becerisi gösterme, konuşmayı devam ettirme ve konuşmayı bitirme özelliğidir (Kamaraj, 2004).

Duruma ve kişiye göre farklılık gösteren atılganlık; bir doğrunun tam ortasında bulunmaktadır. Doğrunun bir ucunu çekingenlik meydana getirirken diğer ucunu ise saldırganlık oluşturmaktadır. Ancak her iki davranış ne toplumsal olarak ne de sosyal açıdan kabul edilebilir davranışlar değildir. Atılgan kişiler, ne istediklerini gayet iyi bilirler, nasıl istemeleri gerektiğini açık ve kesin bir şekilde ortaya koyarlar. Stresle oldukça kolay bir şekilde başa çıkan atılgan bireyler genellikle 'ben' dilini etkili bir şekilde kullanırlar.

Spor; bireylere özgünlük ve özgünlük kazandıran bir faaliyettir ki en önemli özelliği kişilerin karakterlerine olumlu yönde katkıda bulunmaktadır. Sportif faaliyetler; bir taraftan kişilerin sağlıklarının korunmasını sağlarken diğer taraftan bireylerin zihinsel yeteneklerini, karar verme kabiliyetini, enerjisini ve toplumsal nitelikleri en üst seviyede kullanmayı sağlamaktadır (Cakic ve diğ., 2001).

Üst seviye sportif performans ise; psikolojik dayanıklılık, antropometrik özellikler ve performans motorik özelliklerin bir araya gelmesi ile oluşan bir bütündür. Sutopu sporu ise; oyuncuların yüksek anaerobik ve aerobik kapasite değerleri, stres ve yorgunluğa karşı olan dayanıklılıkları taktik zeka ve oyuncuların dayanışmalarını içine alan sporun en özel birimlerinden birini meydana getirmektedir. Sutopu sporcularının gelişmiş karakter özellikleri sergilemektedir. Dolayısı ile bu oyuncularda aranan en belirgin özellik atılgan kişilikler sergilemeleridir (Açıkada ve diğ., 2001).

Atılganlık ile sutopu sporunun bir araya gelmesi sonucu mutlak başarının meydana gelme ihtimali de artış göstermektedir. Yapılan araştırmalar sutopu gibi elit

sporlar ile uğraşan sporcuların daha gelişmiş fiziksel yapı ile zihinsel becerilere sahip olduğu gösterilmiştir. Aktif ve hızlı karar verme, oyunu başlatma ve istediği yönde ilerletme ancak atılgan sporcular ile mümkün olmaktadır.

Araştırmamızın evrenini 18-22 yaş aralığındaki genç sporcular oluşturmaktadır. Bunun en temel nedeni; bu yaş grubundaki gençler hayatlarının en verimli ve aktif dönemi içinde bulunmaktadırlar. Ancak aynı zamanda dışsal uyaranlara en açık, ilgi ve isteklerinin farklı yönlere kayabildiği bir dönemin içinde bulunmaktadırlar. Dolayısı ile sutopu gibi bir sportif faaliyet ile ilgileri ve yetenekleri daha faydalı bir yöne kaydırılabilir ve kişilik gelişimleri pozitif olarak artabilir (Doğan, 2005).

1.1 Araştırmanın Amacı

Araştırma, sutopu sporcularında atılganlık düzeylerinin bazı demografik özellikler açısından değerlendirmek amacıyla yapılmış kesitsel/tanımlayıcı nitelikte bir araştırmadır. Bu çalışma, sutopu sporu yapan bireylerin atılganlık düzeylerinin tespit edilerek, bu bağlamda antrenörlerin sporcularına atılgan, saldırgan veya çekingen olma düzeylerine göre davranışlarını belirlemede fayda sağlayacaktır. Her sporcunun bireysel başarısı ve psikolojik yapısı farklılık göstermektedir. Günümüzde yaygın olarak kullanılan atılganlık gibi sözcüklerin iyi bilinmesi ve bunun antrenörler veya spor adamları tarafından uygulanması gerekmektedir. İnsanların ihtiyaçlarının karşılanması süreklilik ister.

1.2 Problemler

Ana Problem

- Katılımcıların atılganlık düzeylerinin spor yapma durumlarına (sutopu sporcusu ve kontrol grubu) göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?

Alt Problemler

- Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin okul türüne göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?
- Öğrencilerin (Kontrol grubunun) sporcularının atılganlık düzeylerinin okul türüne göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?

- Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin milli olma durumlarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?
- Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin spor yapma yılına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?
- Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?
- Öğrencilerin (Kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?
- Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?
- Öğrencilerin (Kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?
- Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?
- Öğrencilerin (Kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?
- Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?
- Öğrencilerin (Kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı mıdır?

1.3 Hipotezler

- H1. Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin okul türüne göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.
- H2. Öğrencilerin (Kontrol grubunun) sporcularının atılganlık düzeylerinin okul türüne göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.
- H3. Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin milli olma durumlarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.
- H4. Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin spor yapma yılına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.
- H5. Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

- H6. Öğrencilerin (Kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.
- H7. Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.
- H8. Öğrencilerin (Kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.
- H9. Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.
- H10. Öğrencilerin (Kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.
- H11. Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.
- H12. Öğrencilerin (Kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.
- H13. Katılımcıların atılganlık düzeylerinin spor yapma durumlarına (sutopu sporcusu ve kontrol grubu) göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

1.4 Sınırlılıklar

- Araştırma sonucunda bulunulan kullanılan ölçeğin güvenilirlik ve geçerlilik boyutları ile sınırlıdır.
- Araştırmaya katılacak öğrencilerin ve sporcuların kimlikleri gizli tutulmuştur.
- Araştırmada elde edilen sonuçlar, yapılan istatistiksel analizler ile sınırlıdır.

Ayrıca yapmış olunan araştırma; Türkiye'nin farklı illerinde sutopu sporuyla ilgilenen sporcular ile sınırlandırılmıştır. Bu araştırmada sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin incelenmesi ile sınırlandırılmıştır. Bu araştırmada; Rathus Atılganlık Envanteri'nin ölçtüğü atılganlık puanları ile sınırlandırılmıştır.

1.5 Sayıtlar

Araştırmanın örnekleme evreni temsil etmektedir. Örnekleme uygulanacak anket ülkemiz için geçerli ve güvenilirlerdir. Örneklem grubunun kendilerine sunulan bu anketi içtenlikle yanıtladığı ve uygulanan istatistiksel yöntemlerinin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1 Atılganlık

2.1.1 Atılganlığın tanımı

İnsan yaşadığı toplum içerisinde, hem fiziksel hem de duygusal özellikleriyle birlikte yer alır. İnsanlar farklı yönler ile birbirlerine muhtaç olduğu gibi, yaşamlarını sürdürebilmeleri için de hoşgörüyü ve desteğe gereksinim duyarlar. Buna bağlı olarak başkalarıyla iletişim ve bağlantı kurmaları kesindir (Şentürk, 2017). Bu iletişim ve bağlantı kişiler arası ilişkilerinin sağlıklı sağlanmasına yol açar. İletişim kurulurken bireylerin kişisel özellikleri ön plana çıkar. Atılgan, saldırgan ve çekingen olma bu özelliklerden bazılarıdır.

Atılganlık, çok yönü olan bir kavramdır. Bu nedenle literatürde atılganlığın birçok tanımına rastlamak mümkündür. Atılganlık kişilerde doğuştan gelmediği düşünülmektedir. Dolayısıyla yapılan tanımlarda da doğuştan sahip olduğumuz kişilik özelliklerinden daha fazla sonradan öğrendiğimiz, sözlü ya da sözlü olmayan koşullara uygun davranışların tamamı olarak ortaya çıkmaktadır (Voltan, 1980).

En genel tabiri ile atılganlık; sosyal sınırları belirlenmiş bir sınırlılık içinde dürüst bir şekilde açık ve dolaysız bir iletişim kurma şeklidir (Ker-Dinçer, 2005). Bireylerin genel istekleri diğer kişiler üzerinde etkileyici olma özelliklerinin ve yönünün gelişmesidir. Kişilerin etkileycilik yönleri arttıkça toplum tarafından kabullenilmeleri de olumlu yönde etkilenmektedir. Bu da atılganlık kavramı ile yakından ilgilidir. Bununla birlikte atılganlık kavramı kişinin kendine güvenini arttırırken; dürüst ilişkiler kurulmasına da yardımcı olmaktadır. Voltan (1980); atılganlığın bir kişilik karakteri olarak tanımlanmasından sonra atılganlığı karakter bazlı olarak şu şekilde tanımlamıştır; *“Hiç kimseyi küçümsemeden, başka kişilerin haklarına riayet ederek kendi haklarını koruyabilecek yollar geliştirip çeşitli bireyler arasında etkili iletişim kurabilen kişilerdir.”*

Atılganlık, çekingen ve saldırganlık özelliklerinin tam ortasında bulunan bir davranış biçimidir. Atılganlık iletişimle yakından ilişkili olan bir kavramdır. Bu

kavram sosyal hayatlarında bireylerin çevreleriye etkili iletişim, etkileşim içinde bulunmaları için uygun davranış biçimlerinden olarak tanımlanmaktadır (Sorias, 1997).

Atılganlık bir kişilik özelliği olarak karşımıza çıkmaktadır. Aynı zamanda atılgan davranış, kişilerin duygu ve düşünceleri ile birlikte isteklerini de belirlerken kullandıkları davranışlardan bir tanesidir. Atılganlık, kişinin kendisini ifade ederken aynı zamanda karşısında empati ile yaklaşmayı da gerektirmektedir. Çünkü; atılganlık dışı davranışlar sergileyen kişiler daha saldırgan ve agresif tavırlar gösterirler (Tekin ve diğ., 2009). Pasif davranış sergileyen kişiler duygu ve düşüncelerini aktarmada sıkıntı yaşarken; saldırgan bireyler de genel anlamda davranış bozuklukları karşımıza çıkmaktadır. Dolayısıyla başka bir tanımla atılganlık; bireyin kendi sahip olduğu inanç, arzu ve isteklerini diğer insanların haklarını koruyarak davranmasıdır (Dervent, 2007).

Özcan (2006) atılganlığı, kişinin kendi onuruna, bireysel haklarına ve benliğine sahip çıkarak, düşünce, görüş ve duygularını aktif bir şekilde kimseye saldırmadan sahip olduğu bağlanma gerekliliklerine saygılı olduğu düzeyde diğer insanların bağılıklarına, ihtiyaçlarına saygılı doğru, dürüst vir şekilde belirtmesi şeklinde tanımlamıştır. Smith'e (1975) göre ise atılganlık; bireylerin farketmeksizin başka bireylerin ilişkisine uygun katılımı sağlaması için ana bir yaklaşımdır (Gacar, 2011).

Atılgan davranışın dört ayrı tepki sınıfı içinde bölünmüş olduğunu göstermiştir (Lazarus'dan aktaran Kaya, 2001).

1. İstemediği durumlar karşısında hayır diyebilme becerisi
2. Ricacı olma ve istekte bulunabilme yeteneği
3. Duygu ve düşüncelerini serbest bir şekilde ifade edebilme yeteneği
4. İnsani ilişkilerde söze başlama, devam ettirme ve bitirme yeteneği

Atılganlık olması gereken ve olumlu bir davranıştır. Başkaları ile iletişim kurmanın yanında yaşanan sorunlar ile başa çıkmayı ve çözüm bulmayı da sağlamaktadır. Birçok olumsuz davranışı olumluya çevirmeye de yardımcı olmaktadır. Bunun başında iletişim kanallarını tıkayan utanma, sessiz kalma, konuşamama gibi davranışlar yerine, atılgan davranış ile birlikte gelen doğru iletişimi destekleyen özellikler ortaya çıkmaktadır. Böylece bu davranış biçimi kişiyi amaç edinmeye ve o amaç için girişimde bulunmaya güdüler (Avşar, 2016).

Sosyal alanlarda açıklanmaya çalışılan ‘atılganlık’ gibi kavramlar için tam anlamıyla şudur demek doğru olmayacaktır. Yapılan tanımlarda genel olarak kişilerin iletişimde ve toplumda kendilerini doğru ifade etmede önemli olduğu söylenmektedir. Ayrıca insana ait bir özellik olduğundan karmaşık bir kavram olduğu da söylenebilir. Kişilerin içinde buldukları durumlara bağlı olarak değişkenlik göstermektedir (Gacar, 2011).

2.1.2 Atılganlık ve temel davranış biçimleri

İletişim yüzyıllardır devam eden ve insanları diğer canlılardan ayıran en önemli özelliktir. Ancak son yüzyılda iletişim bir bilim dalı haline gelmiş ve bilimsel prensipler çerçevesinde incelenmeye başlanmıştır. İletişimin, insanoğlunun hayatının her bir evresinde farklı anlamlar taşıdığı ve bu doğrultuda artan yada azalan varlık gösterdiğine dikkat etmek gerekmektedir. Çevresi ile sürekli etkileşim içinde olan insan sosyal hayatın getirmiş olduğu zorunluluklar sonucu kendisini, duygu ve düşüncelerini karşısındakine aktarmak zorundadır. Bahsedilen şekilde bir iletişim kurmak ise ancak bulunan sosyal ortama uygun davranış geliştirme ile mümkün olmaktadır (Yeşilyaprak ve Kısaç, 1999).

İnsan sadece içinde yaşadığı sosyal toplum ile değil, aynı zamanda duygusal ve fizyolojik özellikleri ile de bir bütündür. Sağlıklı düşünebilen bir insanın hem ruhsal olarak hem de toplumsal olarak doğru bir etkileşim geliştirmesi için bazı ön koşulları yerine getirmesi gerekmektedir. Temel olarak bireyler düşünce ve duygularını ifade ederken üç özel davranıştan bulduklarından bahsedilmektedir. Geniş hatları ile saldırgan davranışlar olarak tanımlanan davranış biçimlerinin bir ucunu çekingen veya atılgan olmama (nonassertiveness), diğer ucunu saldırganlık (aggressiveness), tam orta noktada ise atılganlık (assertiveness) oluşturmaktadır (İşgör, 2003).

2.1.2.1 Atılgan davranış

İnsanlar toplum içerisinde diğer insanlarla ilişki içerisinde bulunmalıdır. Çevresi ile olumlu ilişkilerde kurmak için bireyler doğru davranışlar sergilemelidir. Kişiler duygularını ifade etmede davranışlarından faydalanırlar. Açık bir şekilde kişinin kendini ifade etmesi onun davranış biçimi ile ilgilidir. Duygu ve düşüncelerini atılgan davranış biçimi ile aktaran kişiler doğru iletişim kurarlar. Böyle iletişim kuran bireyler, yaşamak zorunda kaldıkları çatışma durumlarını ve diğer

insanlarla iletişim kurarken karşılaştıkları sorunlarını olabildiğince azaltmak, uyumlu ilgili yaşadığı sorunları azaltmak ve bu sayede bireyin psikolojik olarak ruhsal problem yaşamak durumunu direk olarak etkileyecektir (Üstün, 1995).

Atılğan davranış kişide doğuştan var olmaz, zamanla gelişip değişebilir. Atılğan davranışlar terapi yoluyla geliştirilebilir. 1950’li yıllardan itibaren kişilerde atılğan özelliklerin geliştirilebilmesi için kişiler çalışmalar yapmaya başlamamışlardır. Atılğan davranışın ilk organizatörü Andrew Salter’ dir. Kişiler eski zamanlarda şimdiye göre kendilerini ifade etmekte güçlük çekerlerdi. Dile getirdiklerinde ise çoğunlukla kaygınlık ve suçlu olma hissine sahip hastalara atılğanlık ile ilgili eğitim verilmeye başlandı. Salter’dan sonra atılğanlık eğitimi ile ilgili birçok bilim adamı çalışmalar yapmışlar ve atılğanlık davranışını geliştirmişlerdir. Wolpe Salter’dan sonra atılğanlık modelini geliştirmiştir. Bu modelde en fazla kişinin kendini ifade etmesi üzerine çalışmalar bulunmaktadır. Wolpe (1958) atılğan davranış ile ilgili yapmış olduğu tanımı “sosyal olarak kabul edilen tüm ifade biçimleri” şeklindedir. “Atılğanlık Eğitim Modeli”, psikoterapi yöntemleri arasında da yer almaktadır.

Atılğan eğitim modeli insan doğasının 3 özelliğine dayanmaktadır (Baumann, 1994).

1. Davranışlar, hisler ve tavırlar birbirleri ile yakinen ilişkilidir.
2. Bireylerin ortaya koyduğu davranışlar öğrenmenin ürünüdür.
3. Var olan davranış birey tarafından değiştirilebilir.

Atılğan davranışın da atılğanlık kavramı gibi çok fazla tanımı bulunmaktadır. Emmons ve Alberti’ye ve göre atılğan davranış biçiminin özünde eşitlik bulunmaktadır. İnsani eşitlik her şeyin üstünde bulunmaktadır. gereksiz olaylara takılmadan, endişe etmeden kendi çıkarlarını başkalarının çıkarlarını kullanmadan savunarak, duygu ve düşüncelerini rahat bir şekilde ifade ederek ve gereksiz endişelerden arınmış bir şekilde, diğer insanların haklarını çiğnemenen, kendi haklarını kullanabilmesi demektir (Çulha, 1987).

Çekingen ya da saldırgan davranış yerine atılğan davranışın tercih edilmesinin birçok sebebi vardır. Bu sebeplerin başında kişilerin duygu ve düşüncelerinin doğru bir biçimde aktarılabilmesi gelmektedir. Bununla birlikte de kişiler doğru iletişim kanalını seçmeleri sebebiyle benlik saygıları da yükselecektir. Atılğan davranışın seçilmesinin diğer bir sebebi irdelenirse; atılğan davranış tarzı

çekingen ve saldırgan davranışlardan daha etkili bir benlik için daha doyum verici olduğu düşünülmektedir (Baumann, 1994).

Atılgan davranışı tercih eden bireyler bazı tepkilerde bulunurlar. Bu tepkilerin sınıflandırılması da araştırmacılar tarafından yapılmıştır. Atılgan davranışın meydana gelebilmesi için dört farklı tepki sınıfı içinde bölünmüş olduğunu göstermiştir (Lazarus'dan aktran Ketten, 1993).

1. İstemediği durumlar karşısında hayır diyebilme becerisi
2. Ricacı olma ve istekte bulunabilme yeteneği
3. Duygu ve düşüncelerini serbest bir şekilde ifade edebilme yeteneği
4. İnsani ilişkilerde söze başlama, devam ettirme ve bitirme yeteneği

Bu tepkiler incelendiğinde; insanlar için hayır diyebilmek bir yetenektir.

Atılgan davranış sergileyen bireylerin olaylar ve kişiler karşısında verdikleri tepkiler bireylerin istemedikleri durumlarda hayır diyebilme yeteneklerinin gelişmiş olduğu görülebilir. Herhangi bir istek karşısında rica edebilme ve dilekte bulunabilme yetenekleri bulunur. Bununla birlikte atılgan bireyler sadece olumlu değil, olumsuz duygu ve düşünceleri de ifade etmekte zorlanmazlar. Aynı zamanda buldukları ortamlarda herhangi bir durumla ilgili konuşmayı başlatabilme, devamını sağlama ve gerektiğinde sona erdirme yetenekleri vardır. Bu tepkiler kişilerin toplum içerisinde rahat iletişim kurabildiklerini de göstermektedir.

Literatürde, kişiler kendilerini karşılarındaki bireyler doğru bir biçimde aktarabilmeleri sonucunda depresyondan uzaklaştıkları sonucuna varmıştır. Bununla birlikte endişe ve kaygı da azalmakta, daha başarılı bireyler haline geldikleri görülmektedir. Duygu durumu iyi olan kişilere diğer bireyler de daha çok saygı göstermektedir. Aynı zamanda önce kendi benliklerini daha sonra ise diğer insanları daha iyi anladıklarını ve daha kolay etkileşim kurabildiklerini ortaya koymaktadır (Çulha, 1987).

Atılgan bireylerin onları diğer bireylerden ayırt edici özelliklere sahip oldukları söylenebilir. Atılganlığı belirleyen davranışlar:

- Ses tonu, bulunulan ortamın koşullarına uygundur ne çok kısık ne de çok yüksektir. Tek bir ses tonu vardır. Kişilerin ses tonları söylemlerinin değer kazanmasına ya da değersizleşmesine sebep olmaktadır. Dolayısıyla uygun

tonda konuşmak çok önemlidir. Atılgan davranışın sergilenmesi de uygun ses tonunu kullanmayı etkilemektedir.

- İletişimi oluşturan en önemli unsur konuşmadır. Açık ve akıcı bir konuşma vardır. Anahtar cümleleri içerir söylenmek istenen doğrudan söylenir. Konuşmanın akıcı olması ve açık olması sonucu konuşan kişi hakkında bilgi sahibi olunmasını sağlamaktadır.
- Birisiyle konuşulurken göz kontağından kaçınılmaz. Göz teması kurmak, duygular ve niyetler hakkında bilgi aktarımı yapılmasını sağladığından oldukça önemlidir. Göz kontağı sonucunda güven kazanmak, içten ve samimi olduğunu belirtmek ve dürüstçe konuşmak açısından da önemli olduğunu unutmamak gerekmektedir.
- Kişiler arası mesafe duruma uygundur. İletişim kurulurken insanlar arasında güvenlik alanı, mahrem alan, kişisel ve sosyal alan gibi birçok mesafe bulunmaktadır. Mesafelerin bilinçli kullanılması da karşımızdaki kişilere mesaj verme noktasında önem arz etmektedir.
- Sözel ve sözel olmayan mesajlar arasında bütünlük vardır. İletişimde sözel yollanan mesajlar kadar sözel olmayan mesajlar da önemlidir. Anlatılmak istenenin karşı tarafa en doğru geçmesinin yolunun da kişilerin bu mesajlar arasında bağlantı ve bütünlük kurması ile olacaktır (Tataker, 2003).
- Atılgan bireylerin davranışları sonucunda kendilerinde gördükleri bazı temel haklardan söz etmek mümkündür. Smith (1975) bu hakları şu şekilde sıralamaktadır;
 - Son kararları kendisi verebilme
 - Verdiği bir karar için açıklamada bulunmama ve neden göstermeme hakkı
 - Başka insanların sorunlarından sorumlu olup olmamanın kendisine bağlı olması hakkı
 - Fikirlerini istediği zaman değiştirme hakkı
 - Hatalarını kabullenme ve üstlenme hakkı
 - “Bilmiyorum” kelimesini açık ve dürüst bir şekilde kullanma hakkı
 - Mantıklı kararlar ile birlikte mantıksız kararlar da verebilme hakkı
 - Başka kişiler ile uğraşmadan önce onların iyi niyetlerinden bağımsız olma hakkı

- Anlamadığı zaman bunu net bir şekilde ortaya koyma hakkı
- Umursamadığı durumları bildirme hakkı (Uğur, 1996).

Sonuç olarak; kişilerin atılğan davranış sergileyebilmeleri için doğru iletişim ağlarını kurması gerekmektedir. Bununla birlikte kişiler kendilerini ne kadar tanıyorlarsa, o ölçüde duygularını, düşüncelerini, hayattaki doğru ve yanlışlarını da bilir. Dolayısıyla kendine bir o kadar değerli görür. Bunun sonucunda bireyler kendi ihtiyaçlarını daha rahat belirlerken, sahip olduğu hakların farkındadır ve bunları korumak için çaba gösterir. Ayrıca bireyler kendi sahip olduğu hak ve özgürlüklerin farkında ise diğer bireylerin de ihtiyaçları ve eşit hakları olduğunu kabul etmektedir. Kişilerin haklarına ya da düşüncelerine saygı duyması ve bunu anlamak için empati yapması gerekmektedir (Lindsay, 2001). Empati yapma özelliği sayesinde de bireyler dolayısıyla toplumlar objektif olarak hareket edeceklerdir, bu da huzur, refah ve mutluluğun ileri seviyede yaşanmasını sağlayabilir.

2.1.2.2 Saldırgan davranış

Saldırganlık, kişilerin diğer canlıları incitici davranışlarda bulunma durumuna denilebilir. Genel anlamda bir birey kendi haklarını korumayı hedefler. Ancak bilinen bir gerçektir ki kişilerin hakları, diğerlerinin haklarını çiğneyerek korunamaz. Kişilerin kendilerini ifade edebilmesi oldukça önemlidir. Bireylerin haklarını korumak için, savunduğu düşünce ve sahip oldukları inançlarını genel olarak doğru bulunmayan ve insanların hak ve özgürlüklerini hiçe sayarak dile getirme tarzıdır. Saldırgan davranışlar sergileyen bireyler hiçbir sebep olmamasına veya kişilerin kendilerini kışkırtmamasına rağmen olumsuz hareketlerde bulunurlar. Aynı zamanda bu tür davranış özelliği bulunan kişiler için en önemli canlı olarak kendisini görür ve diğer insanların sahip oldukları hakları göz ardı ederek, o insanların yerine karar vermek karar vermesi gereken insanları zarara uğratar (Esen, 2012).

Saldırgan davranışlar, kişilerin kendi beden ve ruh sağlıkları ile başka insanlara verilecek her türlü zararı kapsamaktadır. Bu davranışlar onaylanmayan ve toplum tarafından kabul edilmeyen davranışlardır. Esas uygun olan davranış ise; kendini gözettiğin ölçüde ve başkalarını da aynı oranda gözetmektir (Acar, 2008).

Saldırganlık ve saldırgan davranışlar ile ilgili literatürde yapılmış birçok çalışmaya rastlamak mümkündür. İnsanoğlu var olduğundan bu yana saldırgan davranış gösterme eğiliminde bulunmaktadır. Araştırmacılar da bu eğilimlerin

gerçekten neden olduğunu ve ana nedenlerinin ne olabileceğini bulmak üzere araştırmalar yapmışlardır. Özellikle de saldırganlığın ne olduğu ve hangi sebeplerden kaynaklandığını ortaya koymak istemektedirler. Aynı zamanda saldırgan davranış kişiden kişiye farklılık gösteren dolayısıyla davranış şekilleri de birbirinden farklıdır. Bu davranış şekilleri ile ilgili de literatürde yapılan araştırmalar bulunmaktadır.

Saldırganlığın anne babadan gelen genetik davranış geni mi olduğu, ya da sonradan kazanılan davranış mı olduğu da tartışılan konulardan bir tanesidir. Bireyleri saldırgan davranmaya iten sahip oldukları kişilik özelliklerini, teknolojik gelişmelerin saldırgan davranış sergilemeye sebep oluş olmayacağı gibi farklı konularda çalışmalar yapmışlardır (Aktaş, 2001).

İnsan ile ilgili özellikler hatta insanlar etrafında olan her şey ve herkesten etkilenmektedir. Saldırgan davranış da insanların yaptığı bir davranış biçimi olarak araştırıldığında bu tür davranışı da etkileyen birçok etmen vardır. Bu bağlamda, doğanın değişen fiziksel ve çevresel şartlarının insanı bedenen ve ruhen etkilediği tespit edilmiştir (Balcıoğlu, 2001).

Saldırganlık fiziksel ya da sözlü olarak zarar vermek amacıyla yapılan davranışlardır. Saldırganlığın boyutları ile ilgili araştırmalar yapılmıştır. Bu boyutlar fiziksel ya da sözel saldırganlık, aktif ya da pasif saldırganlık ve doğrudan ya da dolaylı saldırganlık olarak sıralanabilir (Bacıoğlu ve Özdemir, 2012). Aynı zamanda saldırganlık ile ilgili bazı davranış biçimleri bulunur. Bu davranış biçimlerini Deluty (1985) şu şekilde sıralamıştır:

- Fiziksel saldırı (vurma, itme, ısırma vs.)
- Alay etme, küçümseme, aşağılama gibi sözel saldırı
- Dil çıkarmak, el hareketleri gibi uygun olmayan davranışlarda bulunma
- Başka insanlara sormadan onlar adına kararlar verme
- Yüksek sesle, bağırıp çağırarak konuşmak ve üste gelmeye çalışmak
- Emir kipleri ile konuşmak
- Uygun olmayan isteklerde bulunmak
- Uygun ve doğru olmayan zamanlarda çok yüksek sesle, nara atarak konuşmak
- Siz yerine sen dilini kullanmak
- Kendi davranışlarının sorumluluğunu almamak ve suçu başkalarında bulmak

- Yakın ilişki kurmamak (Bal, 2006).

Saldırgan davranış sergilenmesinin sebepleri oldukça fazladır. Genel anlamda saldırgan davranışın sebebinin öfke olduğu söylenebilir. Öfkenin yanında acı duygusu da saldırganlığa neden olabilir. Aynı zamanda sinir duyarlılığı, nefret, kaygı, depresyon, korku gibi duygularda bireylerde görülen olumlu olmayan duygu durumlarıdır. Bu duygu durumları ile de saldırganlık ortaya çıkmaktadır. Ayrıca saldırganlığı etkileyen faktörler de oldukça fazladır, kişilerin duygu ve düşüncelerini etkileyen her şey saldırganlığı da etkilemektedir.

2.1.2.3 Çekingen davranış

Literatürde “çekingenlik” olarak da tanımlanan “atılman olmama”, atılmanın tam tersidir ve okları atılman tarzda davranma becerisindeki eksikliklere çevirmektedir (Şentürk, 2017). Çekingen davranan bireyler toplum içinde kendilerini ifade edemeyen bireylerdir. Genellikle duygu ve düşüncelerini aktarmada ve diğer kişilerle paylaşmada sıkıntı yaşarlar. Dolayısıyla toplumda olması gerektiği yerde değillerdir. Kişilerle arasına sınır koymak gittikçe zorlaşır. Sınır koyamadığı takdirde hakları da çiğnenmeye başlar. Aynı zamanda çekingen bireyler başkalarına hayır diyemezler ve kendilerinden de ödün verirler. Bununla birlikte kaygı düzeyi yüksek bireyler alması gereken kararları almakta zorlanan bireyler olarak betimlenirler. Dolayısıyla bu durumda bulunan kişiler kendilerini yeterli olmayan veya öfke düzeyi yüksek birey olarak hissedebilirler (Gençoğlu, 2010).

Etken değil edilgen olan ve dolaylı davranış tarzı olarak tanımlanır (Ker Dinçer, 2005). Çekingen kişiler aynı zamanda yaşadıkları haksızlıklara karşı koyamazlar, seçim yapmakta başkalarına kendilerinden daha fazla güvenirlir. Dolayısıyla başkalarına vermiş oldukları bu seçim hakkı sebebiyle, genel anlamda sürekli olarak kendilerini kırgın hissedebilirler. Endişe ve kaygı düzeyleri yüksek olan çekingen bireyler hedeflerine ulaşmada da zorluk yaşarlar ve çok olmasa da istedikleri hedefi gerçekleştirirler (Alberti ve Emmons, 2002).

Birey eğer çekingen davranıyorsa bazı davranış biçimleri sergiler. Bu davranış biçimleri atılman ve saldırgan davranışlardan oldukça farklıdır. Deluty (1985) çekingenliğe ilişkin davranış biçimlerini şu şekilde sıralamaktadır;

- Neyi nasıl istemeleri gerektiğini bilememek
- İstenmemesi gereken istekleri reddedememek

- Toplum tarafından kabul edilmeyen davranışlara objektif bir şekilde bakmamak
- Eleştiriler karşısında tepki göstermemek
- Olur olmadık yer ve zamanda ağlamak
- Heyecanlandığı yada üzüldüğü zaman kendini ifade etmede zorluk çekmek
- Başkalarının kendisi adına karar vermelerine müsaade etmek (Deluty,1985).
- Sürekli özür dilemek
- Kendi hallerinde içine kapanıktırlar.
- Herhangi bir sorumluluktan kaçınırlar.
- Kendilerine olan güvenleri yetersizdir.
- Başkalarının kendilerini anlamasını beklerler ancak hiçbir açıklama yapmazlar.
- Kolay bir şekilde kendilerini feda ederler.
- Kimseye hayır diyemezler ve dedikleri zaman kendilerini suçlu hissederler.
- Sık sık sinirlenirler ve hep endişelidirler (Tataker, 2003).

Çekingen davranan kişiler çoğu zaman çaresizlik duygusuna kapılırlar. Kendilerini yok saymak da yapmış oldukları hataların başında gelir. Kendini yok sayan ve çaresizlik içinde olan kişilerin dolayısıyla özgüvenleri de düşüktür. Özgüven genel anlamda yürekli olmak, cesaretli olmak ya da kişinin kendi kendine güvenme duygusudur. Yüksek ya da düşük özgüven seviyesi kişilerin başarısı ile de doğrudan ilişkilidir. Bu sebeple çekingen bireyler başarılı olma da güçlük çekerler. Bu durumda onların kendilerini sinirli ve endişeli hissetmesine neden olmaktadır. Çekingen bireyler aynı zamanda Çatışma yaşamaktan çekindiği için başkalarının isteklerine uyar. Hatta hiçbir zaman inisiyatif kullanmayı istemediği söylenebilir (Korkut, 2004).

Kişilerin davranış biçimlerine göre beden dilleri de farklılık gösterir. Atılgan ya da diğer bir ifadeyle pasif davranan kişilerin beden dilleri incelendiğinde; omuzlarının düşük olduğu ve hafif öne doğru eğilmiş olduğu görülmektedir. Konuşmalarında kararsızlardır ve duraksayarak konuşurlar. Aynı zamanda sözlü ve sözsüz mesajları aynı şeyi ifade etmemektedir. Bu şekilde konuşan ve beden diline sahip olan kişilerin kendine güven duymadığı da düşünülür. Bununla birlikte içinde buldukları durumdan rahatsızlardır. İletişim kurarken karşısındaki bireyle göz teması kuramaz, asıl söylemek istediklerini dolaylı olarak anlatırlar (Esen, 2004).

Çekingen davranışı pasif bir davranış biçimi olarak da değerlendirmek mümkündür. Pasif davranış; kişinin haklarından taviz vermesi, sahip oldukları haklarına sahip çıkmamalarıdır. Bir diğer adı boyun eğici davranmak olarak belirtilen aktif olmayan davranış özellikleri, toplumumuzun değer ve normlarıyla kavram kargaşası yaşamaktadır. Aktif olmayan kişiliğe sahip bireyler, kendilerinin önemsiz ve değersiz olarak değerlendirirler. Düşüncelerini özgür bir biçimde ortaya koymaktan tedirgin olurlar. Liderlik davranışı sergileyemezler, girişken davranamazlar, özgüvenleri yüksek değildir, sorumluluk ve farklılıklardan uzak dururlar (Özkan ve Özen, 2008).

2.1.3 Atılganlık tarzının öğeleri

Atılgan davranışın öğelerini iki kategoride toplamak mümkündür. Bunlar sözel ve sözel olmayan öğelerdir.

2.1.3.1 Sözel olmayan öğeler

Bu öğeleri sözel göz kontak kurması, vücut şekli ve duruşu, mesafe, mimikler, ses tonu ile vücut ve ellerin hareketleridir.

Göz Teması: Göz teması iletişimde önemlidir. Karşıdaki ile göz teması kurmak ona dikkat ettiğimizi ve değer verdiğimiz gösterir. Göz teması kurulmadığı zaman ya da bundan kaçınıldığı zaman karşıdaki kimse onu ciddiye almadığınızı düşünür. Atılgan tipte kimseler genel olarak göz teması kurarlar.

Vücut Duruşu: Konuşmada vücudumuzu karşımızdakine döndüğümüzde ve onu tüm bedenimizle dinlediğimizde daha sıcak bir konuşma elde ederiz.

Mesafe: İletişimde karşıdaki ile araya koyulan mesafe oldukça önemlidir ve iletişimi büyük ölçüde etkiler. Çok yakın ve çok uzak olmamak gerekmektedir. Atılgan kimseler başkalarını rahatsız etmeyecekleri bir mesafeden konuşurlar.

Yüz İfadesi: Etkin mesaj vermek için buna uygun bir yüz ifadesi takınmak durumundayız. Örneğin öfkeyi dile getirirken gülümsemek ve benzeri zıt durumlar yaratmak mesafemizi bozar. Atılgan kimse mesaj ile yüz ifadesi arasında gerekli bağı kuran kişidir.

Ses Tonu: Ses tonu da iletişimde önemlidir. Ses tonumuz gereğinden yüksek ya da alçak olmamalıdır. Atılgan kimse bunu iyi ayarlar.

El ve Vücut Hareketleri: İletişime ve verilen mesaja uygun olmalıdır. Atılgan kimse doğal vücut hareketlerine sahiptir ve bunları kullanarak sıcak mesajlar gönderir (Uğur, 1996).

2.1.3.2 Sözel ögeler

Hayır demek, görüş belirtmek, istekte bulunmak, haklarını korumak ve duygularını belirtmek atılgan davranışın sözel ögeleridir.

Hayır demek: Çoğu insan istemediği bir durumda hayır demekten korkar ve zorlanır. Atılgan kişi yapmak istemediği bir şeye kolaylıkla hayır der.

Görüş Belirtmek: Atılgan kişi açıklayıcı bir konuşma tavrı tutturur ve karşısındakini de anlamaya çalışır.

İstekte Bulunmak: Başkalarından bir şey istemek de bazen kişilere güç gelmektedir. Reddedilmekten korkarlar ya da bir şey istemeye haklarının olmadığını düşünürler.

Haklarını Korumak: Kimsenin kimseyi kullanmaya hakkı yoktur. Atılgan kimse hem kendi haklarını korur hem de başkalarının haklarına riayet eder.

Duyguları Belirtmek: Duygularımız açıklanmadığı zaman bilinemezler. O halde bunları ifade etmek gerekir. Atılgan kimse karşısındakine duygularını ifade eder (Bayraktar, 2007).

2.1.4 Atılganlık çeşitleri

Atılganlık üzerine yapılan araştırmalarda atılganlığın birçok çeşidinden söz edilmiştir. Çalışmamızda atılganlık biçimleri; temel atılganlık, empatik atılganlık, artan atılganlık, “ben dili” kullanarak atılganlık ve karşılaştırma (yüzleştirme) şeklinde atılganlık olarak incelenecektir.

2.1.4.1 Temel atılganlık

Temel atılganlıkta bireyler genel anlamda kendi duygu ve düşüncelerini net bir şekilde ifade etmektedir. Bu ifade şekli karmaşıklıktan uzak, basit ve nettir. Duygu ve düşünce ifadesi temeline dayalıdır (Avşar, 2016). Atılganlık davranış biçimlerinden bir tanesi olan temel atılganlıkta kişiler kendilerini ifade etme konusunda genel atılganlık davranışı sergilemektedir.

2.1.4.2 Empatik atılganlık

Empatik atılganlıkta kişilerin karşısındaki kişinin gözüyle dünyaya bakarak ve kendisini onun yerine koyarak davranış biçimi sergilemesidir. Genel anlamda bu tür davranışlar iletişim kurduğumuz kişileri umursamadan davranmak yerine, onlara karşı duyarlı olmak esas alınmaktadır. İki aşamadan meydana gelen empatik atılganlıkta öncelikli olarak karşımızdaki bireyi anlamaya çalışmak gelmektedir. Özellikle karşımızdakinin durum, duygu ve düşüncelerini anlamak gerekir. İkinci olarak ise bireyler kendi haklarını da gözetmektedir ve bu anlayışı dile getirmektedir (Heybet, 2010).

2.1.4.3 Artan atılganlık

Çevre ile iletişime geçen bireyler karşısındaki kişilerin, davranışlarındaki atılganlığa tepki vermelerini beklerler. Karşısındaki kişiler hakkımızı çiğnemeye ya da davranışlarımıza tepki vermediği zaman artan atılganlık davranış biçimi sergilenir. Artan atılganlıkta kasıt, atılganlık seviyesinin karşımızdaki bireye göre artmasıdır.

Atılgan davranış düzeyi arttıkça, birey sahip olduğu duygu ve isteklerini, dolaylı olmadan ifade edebilir (Arslan, 1979). Artan atılganlık ile birlikte kişi içinde bulunduğu durum ile ilgili kesin ve net bir biçimde sonuca bağlamaktadır.

2.1.4.4 Ben dilini kullanarak atılgan davranış

Kişiler ben dilini kullanarak atılgan davranış biçimi sergiliyor ise genel anlamda cümlelerine ben diye başlar. Her zaman kişinin karşısındakinden çok kendi duygu ve düşünceleri ön plandadır. Kendi söylemek istediklerini dikte eder. Ben dilini kullanan kişilerin cümleleri genellikle dört kısımdır. Bu kısımlar;

1. Muhatap alınan kişinin sadece bir davranışına odaklanırlar.
2. Üzerinde durdukları o davranışın sizin üzerinizdeki etkisinden bahsederler.
3. Karşılaşılan davranışın nasıl yorumlandığı üzerinde durulur.
4. İstenilen davranışı ifade ederler (Doğar, 1997).

Ben dili kullanılarak bu dört kısımdan oluşan konuşmalar karşımızdaki kişiler ile etkileşim halinde olduğumuzda onun davranışını vurgulayarak, hislerimizi aktarmamıza yardımcı olur. Aynı zamanda karşımızdakinin davranışı bizi nasıl

etkiliyor ve nasıl yorumlanıyor, bunu karşısında nasıl hareket edeceğimiz bunu ifade etmektedir.

2.1.4.5 Karşılaştırma (Yüzleşme)

Atılganlık biçimlerinden bir tanesi yüzleşme yani karşılaştırma şeklindeki atılganlık, kişinin yaşadığı çelişkiler sebebiyle gerçekleşir. Bu çelişki durumu o bireyin davranışları ve sözlerinin örtüşmemesi sebebiyledir. Karşımızda çelişkili davranan kişilere ne yapılmasının gerektiğini sormak ve kişiye “Ne yapacağım” dediğinin hatırlatılması ve ne yaptığının belirtilmesi olmalıdır (Gacar, 2011). Aynı zamanda bu çelişkili durumun sonucunda nasıl davranması gerektiği de söylenmektedir.

2.1.5 Atılganlık eğitimi

Günümüzde başta aile, okul ve iş yaşamı başta olmak üzere iletişim problemleri git gide yükselme eğilimindedir. İnsanların sahip oldukları duygu ve düşüncelerini açıkça söylememeleri, yaş ve daha üst mevkide bulunan bireylerle rahat konuşamama, bir arkadaş grubuna girememe, karşı cinsle arkadaş olamama gibi unsurlar iletişimsizliğin temel nedenleri olarak gösterilmektedir. Bu sorunların ortadan kaldırılması, insanların atılganlık düzeylerinin artırılması ve buna bağlı olarak da toplumsal yapı içerisinde görülen iletişim problemlerinin en aza indirilmesi için bazı eğitim programları uygulanmaktadır (Menteş, 2007).

Atılganlık eğitimi bireylerin atılgan davranış kazanma becerisini olumlu yönde etkiler. Atılganlık eğitiminde ailenin önemi oldukça fazladır. Çocuklar öncelikli olarak bu davranışlarını ebeveynlerinin hareketlerini taklit ederek kazanmaktadır. Daha sonra ise bu eğitim okul hayatında devam etmektedir. Öğrenme yaşantısının ön planda ortaya çıktığı atılganlık eğitiminde bireye, eğitimle kazanabilinen bir davranış türü olarak atılganca davranış öğretilmektedir. Bu eğitimde danışanda tespit edilen soruna yönelik olarak; düşünceleri ve duyguları “ben” cümleleri ile söylemek, iltifat etmek/ kabul etmek, doğal davranmak uyumu olumsuz etkileyen anksiyeteyi azaltmak, hayır demeyi öğrenmek, soru sorabilmek, her tür duyguyu ifade edebilmek, sohbeti başlatan olabilmek, devam ettirebilmek, atılganlığın saldırgan davranışlardan farkını görebilmek ve ayırabilmek, bireysel hakların bilincinde olabilmek ve bunları içselleştirip kabul ederek diğer bireylere de kazandırabilmek gibi konular ele alınmaktadır (Şentürk, 2017).

Atılganlık eğitiminin alınması insanın sosyal çevrede sağlıklı iletişim kurabilmesi için oldukça önemlidir. Bunun yanında çeşitli meslek gruplarında çalışacak olan bireylerin örgün eğitim programları içerisinde atılganlık eğitimi de almaları önemli bir konu olarak değerlendirilmektedir. Örneğin; öğretmenlerin mesleki açıdan birçok özelliğinin üst düzey olması gerektiği, bu kapsamda çok sayıda vasfı bir arada taşıması gereken öğretmenlerin meslek hayatına başlamadan önce atılganlık eğitimi almaları gerektiği vurgulanmıştır (Karataş ve Tabak, 2009). Atılganlık eğitimleri, atılgan davranış becerilerinin geliştirilmesi gereken her bireye uygulanabilmektedir (Adana ve diğ., 2010).

Atılganlık eğitimi çeşitli yollarla yapılabilmektedir. Kişiler tek başlarına eğitim alabilecekleri gibi birkaç kişi bir araya gelerek grup halinde de bu eğitimi alabilirler. Ancak her birey aynı davranış biçimine sahip olmadığından, kişilerin farklı özelliklerini geliştirmek amaçlanmalıdır. Bu eğitimler esnasında eğitim alan kişilere atılgan, çekingen ya da saldırgan davranış ne demektir ve aralarında ne gibi farklar olduğu gösterilmelidir. Eğitim alacak olan kişilerin benlik kavramları tam olarak gelişmemiştir ve diğer bireylerle iletişim kurmakta zorlanırlar. Bununla birlikte atılganlık eğitiminde iletişim konusunda da eğitimler verilir.

Atılgan olmayı engelleyecek durumlar da eğitimler sayesinde ortaya konulur. Atılganlık eğitimin sonucunda bireylerin davranışları büyük ölçüde değişmektedir. Eğitimlerle birlikte hayır diyemeyen bireyler hayır diyebilme yeteneklerini geliştirirler. Rica edebilme ve dilekte bulunabilme yetenekleri de zamanla artar. Ayrıca duygu ve düşüncelerini karşısında kim olursa olsun rahatça ifade edebilmeye başlarlar. Sorumluluktan kaçmak yerine sorumluluk alabilme bu eğitimler sonucunda kolaylaşmaktadır. Problem çözme becerileri de zamanla artış gösterir.

2.1.6 Atılganlık ve spor

Taşdelen (2002)'e göre spor; genç bireylere kısa sürede gelişmeyle beraber karşılıklı deneme yapabilme, rekabet ortamında yetişkinler oluşturduğu topluluğu transfer olmada yaşanabilecek sorunlarla başa çıkabilme gücü verir.

Sportif faaliyetler; kişiye sadece sağlık kazandırmaz aynı zamanda diğer insanlar tarafından kabul görme, başkalarına ihtiyaç duyulma, istenme ve kabul görme imkanı sağlamaktadır. Bunlara ek olarak spor; bireylerin daha canlı ve zinde olmasını, kendini iyi hissetmesini ve çeşitli beceriler geliştirmesini sağlamaktadır.

Benlik kavramının daha da gelişerek karakterlerinin oturmasını sağlamaktadır (Menteş, 2007).

Literatürde spor yapan ve yapmayan bireyler arasında atılganlık gibi kişilik gelişimi ile ilgili birçok çalışma bulunmaktadır. Sporun karakterler üzerinde nasıl bir etkisinin araştırıldığı çalışmada spor yapanların daha dışa dönük, daha canlı, daha sabırlı ve toplumsal ilişkilerde daha başarılı olduğu sonucuna varılmıştır. Spor yapan bireylerin duygusal yönleri baskındır ve olaylar karşısında daha sağduyulu davranırlar (Tiryaki ve diğ., 1991).

Atılgan olma durumunun çeşitli sosyalleşme süreçlerinden geçerek oluştuğunu ve kendine güvenme duygusuyla birlikte pekiştiğini, birçok çalışmanın da bu savı desteklediğini görmekteyiz. Spor yapan bireylerdeki fizyolojik değişimlerle birlikte bazı psikolojik değişimlerinde olduğunu söyleyebiliriz. En basitinden spor yapan bireylerin spor yapmayan bireylere oranla arkadaş ilişkilerinde daha canlı, atak, girişken ve ortama uyum sağlayan bir yapıda olması, spor yapmanın topluluk içerisindeki faydaları arasında gösterilebilir (Esen, 2012).

2.1.6.1 Spor

Latince dağıtmak, birbirinden ayırmak anlamına gelen “Disportere” veya “Deportere” kelimesinden doğan ‘spor’ kelimesi İngilizler tarafından bütün dünyaya yayılmıştır. İlk zamanlar disport olarak kullanılan spor kelimesi on yedinci yüzyılda değişime uğrayarak ‘disport’ olarak kullanılmaya başlanmıştır. On sekizinci yüzyılın başlarından itibaren ise “Sport” olarak kullanılmaya başlanmıştır. Türkçe’de ise uluslararası dil zenginliğinden faydalanılarak ‘spor’ olarak kullanılmaya başlanmıştır (Atasoy ve Kuter, 2005). Spor; başta toplum sağlığı olmak üzere ahlakını, karakterini, eğitimini, üretimini, verimliliğini ve iş gücüne etki eden önemli etkenlerdendir. Spor, bireyleri fiziken ve ruhen geliştirirken öte taraftan moral ve motivasyon yönünden de destek olmaktadır. sosyal yönden kişilik gelişimi üzerinde pozitif etkisi olan sporun sağlıklı toplumun oluşması için en temel faktörlerin başında gelmektedir (Yetim, 2000).

Erkal ve diğ. (1998) sporu; bireyin ruhundaki rekabet ve hedefe ulaşma azmnin doğal ve sosyal yapıyla karşılıklı ilişki kurabilmek şartıyla, planlı ve eşit, kurallar çerçevesinde, fiziki, psikolojik, toplumsal ve karakteristik kişiliğinin yarışma duyguyla şekillenmesi olarak tanımlamaktadır.

Toplumsal olarak en yaygın kuruluşlardan biri olan spor; en dar tanımı ile bile; bütün toplumun dinamiklerini bünyesinde barındıran olaylar kümesidir (Özbydar, 1983). *"Spor, insanın doğayla savaşırken kazandığı ana becerileri ve geliştirdiği araçlı araçsız savaşım yöntemlerini, boş zamanındaki artışa paralel olarak tek ya da topluca barişçi biçimde ve benzetim yoluyla, oyun, oyalanma ve içten uzaklaşma için kullanılmasına dayalı olarak, estetik, teknik, fizik, yarışmacı ve toplumsal bir süreçtir."* (Fişek, 1998). Spor kişiliğin oluşumu ve karakter özelliklerinin gelişimini sağlamak amacı ile önerilen disiplin; yöneticilerin enerjiyi biçimlendirmek için kullandıkları yöntemdir (Dalkılıç, 2011).

2.1.6.2 Sutopu

İngiltere'de 1870'li yıllarda gündeme gelmiş bir spor olup; ilk kez 1890 yılında kuralları, sınırlılıkları çizilmiş olarak İskoçya ile İngiltere arasında oynanmıştır ve daha sonra 1900 yılında oynanan Olimpiyat Oyunları'nda yer almıştır. 1908 yılında ise Amatör Yüzme Federasyonu'na (FINA) başkanlığında Uluslararası Sutopu Yönetim Kurulu kurulmuştur. 1920'li yıllara doğru oldukça profesyonel ve bilimsel boyutları ile incelenen sutopunun bir güç ve yetenek isteyen spor dalı haline gelmesini sağlayan büyük ve derin havuzlar kullanılmaya başlanmıştır. FINA; 1937 yılında gelindiğinde ise, pas yapma becerisi yüksek ve tam şişirilmiş topla oynanmasını karara bağlamıştır. Sutopu günümüzde İtalya BDT ve Macaristan'ın yanısıra Amerika ve İngiltere de oldukça yaygın olarak oynanan bir spor dalıdır. Ülkemizde ise Sutopu ilk defa 1930 yılında ele alınmaya başlanmıştır. Antrenör Tegethoff'un önemli çabaları ile hayat bulmaya çalışan Sutopu eleman azlığı, maddi imkansızlıklar ve fiziki alt yapı yetersizliğinden dolayı pek bir gelişme göstermemiştir. Ülkemiz de ilk sutopu maçı Büyükdere Yüzme Havuzu'nda 1931 yılında düzenlenmiştir. Bu maça Galatasaray takımı, Beylerbeyi, Beykoz ve Deniz Liseleri katılmıştır. Fenerbahçe ve ISK sutopu takımları da 1932 yılında kurulmuştur. Sutopunda ilk milli yurt dışı maçı Sovyetler Birliği ile 1934 yılında yurt içinde yabancılarla yapılan ilk maç ise Macarlar ile 1937 yılında oynanmıştır. İlk defa ülkemizi temsilen 1966 yılında Avrupa Şampiyonasına katılan takımımız elenmiştir. Fakat 1975 yılında Avrupa Şampiyon Kulüpler Turnuvası'nda katılan ilk takımımız Galatasaray olmuştur. Avrupa Şampiyon Kulüpler Turnuvasına ilk katılım ise 1979 yılında İYİK tarafından gerçekleştirilmiş ve ilk 8 takım arasında yer almıştır. 1985 yılında Balkan Büyükler Sutopu Şampiyonası İstanbul'da düzenlenmiştir. Türkiye

Büyükler Sutopu Ligi, 1992’de deplasmanlı hale getirilmiş, 1994 yılındaki Avrupa Sutopu Birliği Şampiyonası elemelerinde ise 2.olan Türkiye, play-off’a kalmayı başarmıştır. Yine 1994 yılında Aynı yıl Ümit Genç Milli Takımı Uluslararası İspolo Gençler Sutopu Şampiyonasında birinci olarak sutopu sporunda büyük başarılar elde etmiştir.

Sutopu genel olarak suda yüzen 7 kişiden meydana gelen 2 takımla 4 periyot süre boyunca topu kaleye atmaya çalışarak oynanan bir oyundur (her takımda 6 oyuncu, 1 kaleci, 7 yedek). Oyun 7’şer dakikalık 4 devreden oluşur. Oyuncu değişikliğinde sınır yoktur. Oyuncular sadece periyot aralarında veya gollerde değiştirilebilir. Bütün oyun içinde 2 mola hakkı bulunmaktadır. Oyunda kural olarak 2 dakikalık periyot araları, 1 dakikalık ise molalar bulunmaktadır. Ancak molalarda havuzdan hiç çıkılmaz, sadece oyuncular kendi yarı sahalarında toplanıp taktik alabilirler.

2.1.6.3 Sportif performansta atılganlığın rolü

İster amatör bir sporcu ister profesyonel bir sporcu isterse de üst düzey yönetici ve teknik insanlar olsun bir sporcu ancak kendisini ifade edebildiği içinde toplumsal etkileşimde bulunabilir. Saldırgan ve çekingen davranışlar nerede nasıl davranılması gerektiğini ve ne yapması gerektiğini bilmeme sonucu meydana geldiği için bu gibi davranışlar takımda her açıdan sıkıntıya sokabilir ve birliği bozabilir. Gereklili taktik uygulamalarda kopukluklar meydana gelebilir (Heybet, 2010).

Müsabaka ya da yarışma öncesi, esnası ve sonrasında özellikle sporcuların takıma ya da bireylere yapmış oldukları saldırgan veya çekingen davranışlar sporcuları başarıdan uzaklaştırmaktadır. Ancak sağlıklı iletişim kurma becerisine sahip sporcular, takımı da başarıya götürmeye yardımcı olur.

Düzenli yapılan sporlar depresyon ve anksiyeteyi azaltarak benlik duygusunun ve sosyal yeteneklerin açığa çıkmasını sağlar. Bu durum yaşam kalitesini artırıp bireylerin kaliteli bir şekilde yaşamalarını sağlar. Akıl sağlığı ve mutluluğu (artan özgüven ve özsaygı, azalan stres) artırmanın en kolay yolu fiziksel aktivitelere katılım yolu ile gerçekleşebilir. Çünkü; yapılan egzersizler ruh halini düzeltirken, kontrol ve egemenlik duygusunun da artmasını sağlamaktadır (Heybet, 2010). Aynı zamanda sutopu; diğer takım sporları gibi takım olarak oynadığı için birlikte kazanma ve kaybetme, insanlarla iyi iletişim kurma, sosyalleşme, ekip

çalışması yapma ve yardımlaşma gibi özelliklerinin gelişmesine katkı sağlar (Salar ve diğ., 2012).

Birçok araştırmada; kişilerin sportif faaliyetlere katılımının ruh, beden ve kişilik yapısını geliştirdiğini ve iradeyi daha güçlü kıldığından bahsedilmektedir. Takım sporları; grup çalışmasını kolaylaştırdıkları için, karşılıklı dayanışmanın sağlanması, özgüvenin geliştirilmesi, kendini kontrol etme, başkalarına saygıyı öğrenmede önemli katkılar sağlamakta ve atılgan birey olmalarında rol oynamaktadır (Büyükyazı ve diğ., 2003).

2.1.7 Atılganlıkla ilgili yapılan çalışmalar

2.1.7.1 Yurtdışında atılganlık ile ilgili yapılan çalışmalar

Ülkemizde, atılganlık konusundaki ilk deneysel çalışmayı Voltan (1980) yapmıştır. Voltan çalışmasında, sosyo-ekonomik düzeyi düşük ailelerden ve kırsal kesimden gelen üniversite öğrencileri üzerinde atılganlık düzeylerini tespiti ve grupla atılganlık eğitimini konu almıştır.

Çulha ve Dereli (1987), grup atılganlık programının etkisini incelemek amacıyla yaptıkları çalışmalarının sonucunda, iletişim sorunlarının ülkemizde artma eğilimi gösterdiği vurgulanmıştır.

Yetiştirme yurdunda kalan ergenler ile ailesiyle birlikte kalan ergenlerin özsaygı ve atılganlık düzeyleri açısından karşılaştırması konulu çalışmada atılganlık düzeyi ve özsaygı düzeyi arasında bir etkileşim olduğu ve atılgan özellikler arttıkça özsaygının da yükseldiği bulunmuştur (Uğurlu 1994).

Atalay (1994), yuva öğretmenlerinin psikolojik ihtiyaç örüntülerini inceleyen bir araştırma yapmıştır. Bazı demografik özelliklere, görev yaptıkları kurumlara göre atılganlık puanlarında anlamlı farklılıklar olduğu sonucuna varmıştır.

Saruhan (1996), lise son sınıf öğrencilerinin atılganlıkları ile anne ve baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışma sonuçlarına göre, atılgan davranış özelliğine sahip deneklerin büyük bir çoğunluğunun anne ve babalarının demokratik tavırda algılayan denekler olduğu, alt ve üst atılganlık seviyesinde ise çoğunlukla anne ve babanın otoriter olarak algılandığı tespit edilmiştir.

Becet (1989) ise yaptığı çalışmasında bazı ekonomik faktörlerin demokratik ve otoriter olarak algılanan atılganlık düzeyini incelemiştir. Çalışmasının sonucunda ise atılganlık durumunun farklılaştığı sonucuna varmıştır.

Vatansever (2002)'nin, devlet ve özel okullardaki lise öğrencilerinin liseye girerken ve bitirirken sahip oldukları iletişim becerilerini karşılaştırmış ve şu sonuca ulaşmıştır. Spor ile uğraşan öğrencilerin iletişim yeteneklerinin daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Aynı zamanda araştırmacı; öğrencileri atılganlık, empatik beceri, anne babanın birlikte ve ayrı olma durumu, anne babanın öz veya üvey olma durumu, anne babanın sahip oldukları meslek grupları, ailenin aylık geliri durumu gibi faktörlere göre araştırmıştır.

Tataker (2003), lise çağındaki gençlerin atılganlık seviyeleri ile ruhsal sorunlar arasındaki ilişkiyi irdelediği araştırmasında öğrencilerin ruhsal sorun yaşama seviyeleri ile atılganlıkları arasında anlamlı seviyede ilişki olduğu, ailevi ve bireysel faktörlerin öğrencilerin ruhsal ve atılganlık sorun yaşama oranlarını farklı şekillerde etkilediğini vurgulamıştır.

Büyükyazı ve diğ. (2003)'nin 40 yaş üstü sedanter ve veteran atletlerin sahip olduğu değişkenlere göre atılganlık düzeylerini araştırmışlardır. Veteran atletler ile sedanter atletlerin atılganlık seviyelerinin “yeterli” oranda olduğu, spor yapan bireyle riley yapmayanlar arasında istatistiksel anlamlılık bulunduğu ve spor yapan bireylerin atılganlıklarının daha fazla olduğu belirtilmiştir.

Heybet (2010), “*Adana İlindeki 14-17 Yaş Grubu Basketbolcular ile Sedanterlerin Atılganlık Düzeylerini Karşılaştırılması*” konulu çalışmada basketbolcuların atılganlık seviyelerinin sedanter bireylerin atılganlıklarına göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir.

Gacar ve Coşkuner (2010), “*Güreşçilerin Atılganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*” konulu çalışmalarında, bağımsız değişkenler açısından, güreşçilerin; yaş, sınıf düzeyleri, kilo, boy, annelerinin eğitim düzeylerin ve aile gelirlerinin atılganlık düzeylerini anlamlı yönde etkilediği sonucunu elde etmişlerdir.

Şahin (2011) “*Üniversiteler Arası Türkiye Şampiyonasına Katılan Güreşçilerin Atılganlık Düzeylerinin Belirlenmesi ve Başarıları İle İlişkisinin Araştırılması*” isimli çalışmasında güreşçilerin atılganlık düzeylerine bakıldığında

serbest stildeki güreşçilerin atılganlık eğitimi almaları gerektiği; bununla birlikte erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre daha fazla atılgan olmaları için desteklenmesi gerektiği sonucuna varılmıştır.

"Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi" isimli araştırmanın sonucunda; bireylerin benlik saygısı düzeyleri artış gösterdikçe atılganlık davranış düzeyleri de doğrusal bir artış gösterdiği sonucuna varılmıştır (Esen, 2012).

2.1.7.2 Yurt dışında atılganlık ile ilgili yapılan çalışmalar

Alberti ve Emmons (1976) atılgan bireyi (assertive person); *‘‘Açık, esnek, diğer insanlarla gerçekten ilgili, aynı zamanda kendi haklarını da iyi bilen kişi olarak tanımlamışlardır.’’* (akt. Dinçyürek ve diğ., 2010).

Rathus (1973), *‘‘Kaygı ile atılgan davranış arasındaki ilişkiye yönelik araştırmalara pek rastlanmadığını bildirmiştir.’’* Bu araştırma bu alanda çok önemli bulgular ortaya koymaktadır (akt. Dinçer, 2009).

Rim ve diğ., (1974), *‘‘Saldırganlık üzerine yaptıkları çalışmada atılganlık eğitiminin, istenmeyen antisosyal bir davranış olan saldırganlığın giderilmesinde yararlı olduğunu açıklamışlardır.’’* (akt. Menteş, 2007).

Atılganlık eğitim yöntemini; Lazarus, Wolpe, Fredman, Baker, Liberman, Fiedler ve Beach gibi araştırmacılar ortaya koymuşlardır. Bu yöntem istenen davranışın o davranışın kaygı ve endişe duyulmadan yapılabilmesinin, uygulama esnasında bireyin kendisine olan güvenin artacağını, kişinin ruhsal durumunun kötüye gitmeyeceğini öğrenmesini sağlamaktadır. Atılganlık eğitimleri ile çok saldırgan veya çok çekingen olan kişilere iletişim kapısı açılarak toplumsal kaynaşmaları sağlanabilir (Ayaz, 2002).

Goldman ve Olczak (1980) *‘‘Erkeklerde ve Bayanlarda Psikososyal Olgunluk Ve Atılganlık Arasındaki İlişki’’* konulu çalışmalarında erkekler ve kadınlarda alınan eğitim sonucunda istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur.

Spor *‘‘Aktif eğitim yöntemlerini kullanarak çeşitli alanlarda çalışan hemşireler için atılganlık workshop programı düzenlemiştir. Bu programda atılganlığın tanımı, atılganlığı engelleyen değer ve inançlar tartışılmış, hayır diyebilme, istekte bulunabilme, öfkeyi uygun şekillerde ifade edebilme gibi konular*

uygulamalı şekilde ele alınmıştır.” Eğitim programında üç hafta içinde hemşireler uygulama alanlarında kendilerine ilişkin farkındalıklarının arttığı, haklarını savunabildiklerini, öfkelerini dile getirebildiklerini ifade etmişlerdir (Slater’dan aktaran Bal, 2003).

Yaptıkları araştırmada olumlu öğretmen davranışları ile ders arasında ciddi bir ilişkinin olduğunu ve bu alanda öğrencilerin psikolojik ihtiyaçlarını ve derece doyurduğunu incelemişlerdir. (Filak ve Sheldon’dan aktaran Bayraktar, 2007).

Deltsidou (2009) “*Yunanistan’da Hemşirelik Öğrencilerinin Atılganlık Düzeyi: Anket Çalışması*” isimli çalışmasının sonucunda demografik bilgilere göre atılganlık düzeylerini incelemiştir. Sonucunda ise sınıf düzeyinde anlamlı farklılık olduğu sonucuna varmıştır.

García-López ve Gutiérrez (2015) “*Spor Eğitim Sezonunun Empati ve Atılganlığa Etkileri*” isimli çalışmalarında İspanya’nın merkezinde beş farklı okulda çalışmalarını yapmışlardır. Araştırmalarının sonucunda ise ön test ve son test uyguladıkları bireylerde atılganlık ile ilgili pozitif sonuçlara ulaşmışlardır.

3. MATERYAL VE YÖNTEM

Çalışmanın bu bölümünde araştırmanın uygulanması ile ilgili bilgiler verilmiştir.

3.1 Araştırmaya Alınma ve Araştırmadan Dışlanma Kriterleri

3.1.1 Araştırmaya alınma kriteri

- Araştırmaya katılmaya istekli olmak
- 18 yaş ve üstü olmak
- Araştırmanın yönergesini takip edecek zihinsel kapasiteye sahip olmak

3.1.2 Araştırmadan dışlanma kriteri

- Anket formunu cevaplandıramayacak düzeyde fiziksel ya da ruhsal hastalığa sahip olmak
- Okuyamayacak düzeyde görme problemine sahip olmak

3.2 Araştırmanın Evreni ve Örneklem Yöntemi

Bu araştırmanın evrenini Türkiye Sutopu Federasyonu tarafından düzenlenen Büyük Erkekler Türkiye Şampiyonası'na katılmaya hak kazanan Türkiye'deki farklı il ve kulüplerde sutopu oynayan sporcular oluşturmaktadır.

Çalışmada örneklem büyüklüğü belirlenirken Power Güç Analizi kullanılarak hesaplanmış, kullanılan formül sonucunda, %99 güven düzeyi ve %5 hata payı için tespit edilen örneklem sayısı 165 sporcuya ve 165 öğrenciye ulaşılması planlanmıştır.

Araştırmada 18 yaşından büyük olan tüm sporculara anket uygulaması yapılmış, çeşitli sebeplerle doldurulmayan anketler çalışmaya dahil edilmemiştir. Toplam 191 sutopu sporcusu değerlendirmeye alınmıştır. Aynı yaş grubundan 268 spor yapmayan öğrenci de kontrol grubu olarak alınmış aynı anket uygulaması onlara da yapılmıştır.

3.3 Araştırmanın Yöntemi

Bu araştırmada, uygulamalı araştırmalarda kullanılan yöntemlerden anket yöntemi tercih edilmiştir. Araştırma modeli, araştırmadan elde edilen sonuçlara uygun ve ekonomik olarak problem oluşturmayacak çalışmanın hipotezlerine cevaplar bulabilecek şekilde planlanmıştır. Tarama modeli kullanılan araştırmada sporcular kendi ortamlarında ve koşullarında değerlendirilmiştir (Karasar, 2002).

3.4 Araştırmanın Veri Toplama Aracı

Çalışmamızda veri toplama aracı iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde araştırmacı tarafından hazırlanan sosyodemografik bilgileri içeren ‘Kişisel Bilgi Formu’, ikinci bölümde ise ‘Rathus Atılganlık Envanteri’ kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu (Demografik Bilgileri İçeren Soru Formu)

Bu form çalışmada verileri toplamak amacıyla literatür doğrultusunda araştırmacı tarafından hazırlanan 8 maddelik bilgi formudur. Bu forma sutopu sporcuları ve diğer kontrol grubunun yaş, spor yılı, kardeş sayısı, okul türü, millilik durumu, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu ile spor yapma durumlarını içermektedir.

Rathus Atılganlık Envanteri

İnsanlar arası ilişkilerde bireyin atılganlık düzeyini tespit etmek amacıyla geliştirilen bu ölçek ilk olarak 1973 yılında Rathus tarafından geliştirilmiş olup, ölçeğin Türkçe’ye uyarlanması Nilüfer Voltan Acar tarafından gerçekleştirilmiştir (Voltan Acar, 1980). Envanterde hem olumlu hem de olumsuz sorulardan oluşan toplam 30 madde bulunmaktadır. Envanterde yer alan olumlu ve olumsuz maddelerin sayısal değerleri birbiri ile aynıdır. Olumlu ifadelerden elde edilen puanlar ile olumsuz ifadelerden elde edilen puanların toplamı bireyin atılganlık düzeyini ortaya koymaktadır. Envanterde yer alan olumlu maddeler sırasıyla 3, 6, 7, 8, 10, 18, 20, 21, 22, 25, 27, 28 ve 29’uncu maddelerdir. Envanterde yer alan olumsuz maddeler ise 1, 2, 4, 5, 9, 11, 12, 13, 15, 16, 17, 19, 23, 24, 26 ve 30’uncu maddelerdir. Olumlu maddelere verilen yanıtlar çok iyi uyuyor (3 puan), oldukça uyuyor (2 puan), biraz uyuyor (1 puan), pek uymuyor (-1 puan), fazla uymuyor (-2 puan) ve hiç uymuyor (-3 puan) şeklinde derecelendirilmektedir. Olumsuz maddelere verilen yanıtlar ise çok

iyi uyuyor (-3 puan), oldukça uyuyor (-2 puan), biraz uyuyor (-1 puan), pek uymuyor (1 puan), fazla uymuyor (2 puan) ve hiç uymuyor (3 puan) şeklinde derecelendirilmektedir. Bu kapsamda envanterden alınabilecek puanlar -90 ile +90 puan aralığında değişmektedir. Envanterden alınan puan 70'in ve üzeri olan bireyler saldırgan, 70 puana kadar olan bireyler atılgan, 10 puana kadar olan bireyler ise pasif şeklinde değerlendirilmektedir. Envanterin Türkçe'ye uyarlama çalışmalarında güvenilirlik katsayısının 92 olduğu, bu değer de envanterin oldukça güvenli olduğunu ortaya koyduğu tespit edilmiştir (Yılmaz, 2000).

3.5 Verilerin Toplanması

Çalışmamız 2017-2019 tarihleri arasında iki yıl süreli yapılmıştır. Anket uygulaması gerekli kişi ve kurumlardan yazılı onay alındıktan sonra 2018 yılı Türkiye Şampiyonasında araştırmacı tarafından tamamlanmıştır. Türkiye Şampiyonasında 18 yaşından büyük sporculara uygulama yapılmıştır. Kontrol grubundan (öğrencilerden) veri toplanması ise basit tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılarak, aynı yaş aralığında daha önce spor yapmamış üniversitede okuyan öğrencilere yapılmıştır.

3.6 Verilerin Değerlendirilmesi

Elde edilen verilerin analizi için SPSS 22.0 programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılıma uygunlukları kişi sayısının 50 ve üzeri olması sebebiyle Kolmogorov Smirnov normallik testi ile sınanmıştır. Sporcuların ve kontrol grubunun Rathus Atılganlık Envanteri'nin normal dağılımdan geldiği belirlenmiştir ($p>0,05$). Normal dağılımın diğer varsayımları olan basıklık ve çarpıklık değerlerinin $\pm 2,5$ arasında olması, ortalama ve medyanının birbirine yakın olması ve örneklem hacminin merkezi limit teoremi gereği 30 veya üzerinde olmasından kaynaklı normal dağılımdan uzaklaşmadığı sonucuna varılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi olarak 0,05 alınarak; ikili grupların karşılaştırılmasında t testi ile üç ve daha fazla gruplarda tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır.

3.7 Araştırmanın Etik Yönu

Araştırmanın etik açıdan uygunluğunun değerlendirilmesi amacıyla Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kuruluna başvurulmuş ve araştırmanın yapılması komisyon tarafından etik açıdan uygun bulunmuştur (EK 1). Araştırmaya dahil edilen sporculara anket formunu uygulayabilmek amacıyla Türkiye Sutopu Federasyonu'ndan gerekli izinler alınmıştır (EK 2). Çalışmaya katılanlara Gönüllü Olur Formu imzalatılmış; öğrenci ve sporculara gerekli açıklamalar yapılarak kendi istekleriyle katılımı sağlanmıştır.



4. BULGULAR

Çizelge 4.1 : Sutopu Sporcularının ve Kontrol Grubunun Demografik Özellikleri.

	Grup	Sutopu Sporcusu		Kontrol Grubu	
		n	Yüzde (%)	n	Yüzde (%)
Yaş	18-19 yaş	82	42,9	63	23,5
	20-21 yaş	59	30,9	99	36,9
	22 yaş ve üzeri	50	26,2	106	39,6
	Toplam	191	100	268	100
		Yaş ortalaması: 20,28 ± 2,05		Yaş ortalaması: 21,15 ± 2,02	
Kardeş Sayısı	1-2	146	76,4	81	30,2
	3-4	17	8,9	126	47
	5 ve üzeri	28	14,7	61	22,8
	Toplam	191	100	268	100
Okul Türü	Özel	56	29,3	158	59
	Devlet	135	70,7	110	41
	Toplam	191	100	268	100
Anne Eğitim Durumu	Ortaöğretim ve altı	45	23,6	216	80,6
	Lisans ve üzeri	146	76,4	52	19,4
	Toplam	191	100	268	100
Baba Eğitim Durumu	Ortaöğretim ve altı	34	17,8	130	48,5
	Lisans ve üzeri	157	82,2	138	51,5
	Toplam	191	100	268	100
Spor Yılı	1-4 yıl	80	41,9		
	5-7 yıl	61	31,9		
	8 yıl ve üzeri	50	26,2		
	Toplam	191	100		
		Spor Yılı Ortalaması: 5,69 ± 2,81			
Milli Olma Durumu	Evet	34	17,8		
	Hayır	157	82,2		
	Toplam	191	100		

Çizelge 4.1’de görüldüğü gibi araştırmaya katılan sutopu sporcuların sosyo demografik özellikleri incelendiğinde, sporcuların yaş ortalamalarının $20,58 \pm 2,05$ olduğu belirlenirken, sporcuların %42,9’u 18-19 yaş, %30,9’u 20-21 yaş aralığında, %26,2’si 22 yaş ve üzerinde olduğu belirlenmiştir. Sporcuların ortalama $5,69 \pm 2,81$ yıldır spor yaptıkları belirlenirken, sporcuların %41,9’u 1-4 yıl arası spor yaptıkları, %31,9’u 5-7 yıl arasında spor yaptıkları, %26,2’si 8 yıl ve üzeri spor yaptıkları

belirlenmiştir. Sporcuların %76,4'ü 1 kardeş, %8,9'u 2 kardeş, %14,7'si 3 kardeş, %29,3'ü özel okul, %70,7'si devlet okulunda okudukları, %17,8'i milli olurken %82,2'si milli olmadığı belirlenmiştir. Sporcuların anne eğitim durumları incelendiğinde %23,6'sı ortaöğretim ve altı, %76,4'ü lisans ve üzeri, baba eğitim durumları incelendiğinde %17,8'i ortaöğretim ve altı, %82,2'sinin ise lisans ve üzeri mezunu olduğu belirlenmiştir.

Araştırmaya kontrol grubunun sosyo demografik özellikleri incelendiğinde ise, öğrencilerin yaş ortalamalarının $21,25 \pm 2,02$ olduğu belirlenirken, öğrencilerin %23,5'i 18-19 yaş, %36,9'u 20-21 yaş aralığında, %39,6'sı 22 yaş ve üzerinde olduğu belirlenmiştir. Öğrencilerin %30,2'si 1-2 kardeş, %47,0'ı 3-4 kardeş, %22,8'i 5 ve daha üzeri kardeş, %41'i özel okul, %59'u devlet okulunda okudukları belirlenmiştir. Kontrol grubunun anne eğitim durumları incelendiğinde %80,6'sı ortaöğretim ve altı, %19,4'ü ise lisans ve üzeri mezunu olduğu belirlenmiş baba eğitim durumları incelendiğinde %48,5'i ortaöğretim ve altı, %51,5'inin ise lisans ve üzeri mezun olduğu belirlenmiştir.

Çizelge 4.2: Sutopu Sporcularının ve Kontrol Grubunun Rathus Atılganlık Envanterine Ait Normal Dağılım Testi Sonuçları.

Ölçekler	Grup	n	Mean	SD	Skewness	Kurtosis	p
Rathus Atılganlık Envanteri	SG	191	16,95	191	0,127	-0,654	0,066
	KG	268	2,38	268	0,098	0,398	0,320

$p < 0,05$

Çizelge 4.2'de görüldüğü gibi yapılan normal dağılımı analiz sonucunda sporcuların ve kontrol grubunun Rathus Atılganlık Envanteri'nin normal dağılımdan geldiği ($p > 0,05$) belirlenmiştir. Ayrıca normal dağılımın diğer varsayımları olan basıklık ve çarpıklık değerlerinin $\pm 2,5$ arasındadır.

Çizelge 4.3: Sutopu Sporcularının ve Kontrol Grubunun Rathus Atılganlık Envanterine Ait Betimleyici Analizler.

	Grup	N	Minimum	Maximum	\bar{x}	s.s
Rathus Atılganlık Envanteri	SG	191	- 24	66	16,95	19,62
	KG	268	-28	28	2,38	10,93

$p < 0,05$

Çizelge 4.3'te atılganlık envaterine ait tanımlayıcı istatistikler incelendiğinde, sutopu sporcularının ölçekten aldığı minimum değer -24 maksimum değer ise +66 olduğu belirlenmiştir. Ölçeğe ait ortalama değer 16,95 olduğu belirlenirken standart sapma değerinin 19,62 olduğu belirlenmiştir. Kontrol grubunun ise ölçekten alınan minimum değer -28 maksimum değer ise +28 olduğu belirlenmiştir. Ölçeğe ait ortalama değer 23,98 olduğu belirlenirken standart sapma değerinin 10,93 olduğu belirlenmiştir.

Analizde öncelikli olarak, çalışmanın örneklemini oluşturan sutopu sporcularının ve öğrencilerin Rathus Atılganlık Envanteri'ne göre aldıkları atılganlık puanları belirlenmiştir. Bu doğrultuda, araştırmaya katılan sporcuların ve öğrencilerin Rathus Atılganlık Envanteri'nden aldıkları puanlara göre atılganlık düzeyleri ve atılgan olup olmama durumları belirlenmiştir. Araştırmaya katılan 191 sporcu ve 268 öğrenci ile ilgili envantere göre +10 ve üzerinde puan alan sporcular 'Atılgan olanlar' olarak değerlendirilmiş ve 'Atlg +' olarak simgelenmiştir. Katılımcılardan +10'dan düşük puan alan sporcular 'Atılgan olmayanlar' olarak değerlendirilerek 'Atlg -' olarak simgelenmiştir. Sporcuların ve öğrencilerin atılganlık düzeyleri Çizelge 4.4' te sunulmuştur.

Çizelge 4.4: Sutopu Sporcularının ve Kontrol Grubunun Atılganlık Düzeyleri.

Grup	Atılganlık Düzeyi	Sayı	Yüzde(%)
SG	Atılgan -	74	38,7
	Atılgan +	117	61,3
	Toplam	191	100,0
KG	Atılgan -	105	39,2
	Atılgan +	163	60,8
	Toplam	268	100,0

p<0,05

Çizelge 4.4'te görüldüğü gibi sporcuların %38,7'si atılgan olmayan davranış biçimine sahipken %61,3'ü atılgan olan davranış biçimine sahip oldukları belirlenmiştir. Kontrol grubunun %39,2'si atılgan olmayan davranış biçimine sahipken %60,8'i atılgan olan davranış biçimine sahip oldukları belirlenmiştir.

Çizelge 4.5: Grupların Okul Türüne Göre Atılganlık Düzeyleri.

Grup	Okul Türü	n	\bar{x}	s.s.	Levene Testi		t	p
					F	P		
SG	Özel	56	15,93	19,58	0,008	0,927	0,461	0,645
	Devlet	135	17,37	19,70				
KG	Özel	158	2,54	10,14	3,809	0,052	266	0,850
	Devlet	110	2,28	11,49				

p<0,05

H₀: Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin okul türüne göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H₁: Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin okul türüne göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

H₀: Kontrol Grubunun atılganlık düzeylerinin okul türüne göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H₁: Kontrol Grubunun atılganlık düzeylerinin okul türüne göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

Çizelge 4.5'te gösterildiği gibi sutopu sporcularının ve kontrol grubunun atılganlık düzeylerinin okul türüne göre istatistiksel anlamlılığını belirlemek amacı ile yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre, atılganlık düzeylerinin okul türüne göre farklılığın istatistiksel olarak %95 güven seviyesinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir (p>0,05, p=0,645 p=0,850).

Çizelge 4.6: Sutopu Sporcularının Milli Olma Durumlarına Göre Atılganlık Düzeyleri.

Milli Olma Durumları	N	\bar{x}	s.s.	Levene Testi		t	p	
				F	P			
Atılganlık Düzeyi	Evet	34	16,05	21,86	0,009	0,925	0,291	0,772
	Hayır	157	17,14	19,17				

p<0,05

H₀: Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin milli olma durumlarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H₁: Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin milli olma durumlarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

Sutopu sporcularının atılgnlık düzeylerinin milli olma durumlarına göre istatistiksel anlamlılığı belirlemek amacı ile yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre, sporcuların atılgnlık düzeylerinin milli olma durumlarına göre farklılığın istatistiksel olarak %95 güven seviyesinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$, $p=0,772$).

Çizelge 4.7: Sutopu Sporcularının Spor Yapma Yılına Göre Atılgnlık Düzeyleri.

	Spor Yapma Süresi	n	\bar{x}	s.s.	F	f	P
Atılgnlık Düzeyi	1-4 yıl	80	15,28	18,92	1,468	2	0,233
	5-7 yıl	61	20,49	20,84			
	8 yıl ve üzeri	50	15,30	19,02			

$p<0,05$

H_0 : Sutopu sporcularının atılgnlık düzeylerinin spor yapma yılına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H_1 : Sutopu sporcularının atılgnlık düzeylerinin spor yapma yılına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

Çizelge 4.7’de görüldüğü gibi sutopu sporcularının atılgnlık düzeylerinin spor yapma yılına göre istatistiksel anlamlılığı belirlemek amacı ile yapılan Anova sonucuna göre, sporcuların atılgnlık düzeylerinin spor yapma yılına göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven seviyesinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$, $p=0,233$).

Çizelge 4.8: Grupların Yaş Değişkenine Göre Atılgnlık Düzeyleri.

Grup	Yaş	n	\bar{x}	s.s.	F	f	P
SG	18-19 yaş	82	13,87	18,97	1,839	2	0,162
	20-21 yaş	59	18,71	18,79			
	22 yaş ve üzeri	50	19,92	21,28			
KG	18-19 yaş	63	2,22	11,45	0,045	2	0,956
	20-21 yaş	99	2,22	11,40			
	22 yaş ve üzeri	106	2,63	10,27			

$p<0,05$

H_0 : Sutopu sporcularının atılgnlık düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H₁: Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

H₀: Kontrol Grubunun atılganlık düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H₁: Kontrol Grubunun atılganlık düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

Çizelge 4.8’de gösterilen sutopu sporcularının ve kontrol grubunun atılganlık düzeylerinin yaş gruplarına göre istatistiksel anlamlılığı belirlemek amacı ile yapılan Anova testi sonucuna göre, atılganlık düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven seviyesinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir (p>0,05 p=0,162 p=0,956).

Çizelge 4.9: Grupların Kardeş Sayısına Göre Atılganlık Düzeyleri.

Grup	Kardeş sayısı	n	s.s.	F	f	p	
SG	1-2	82	13,86	18,96	1,716	2	0,183
	3-4	59	18,71	18,76			
	5 ve daha üzeri	49	19,63	21,40			
KG	1-2	81	2,58	11,07	0,162	2	0,850
	3-4	126	2,00	11,55			
	5 ve daha üzeri	61	2,92	9,51			

p<0,05

H₀: Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H₁: Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

H₀: Kontrol Grubunun atılganlık düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H₁: Kontrol Grubunun atılganlık düzeylerinin kardeş sayısına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

Çizelge 4.9’da gösterilen sutopu sporcularının ve kontrol grubunun atılganlık düzeylerinin kardeş sayısına göre istatistiksel anlamlılığı belirlemek amacı ile yapılan Anova testi sonucuna göre, atılganlık düzeylerinin kardeş sayısına göre

farklılığı istatistiksel olarak %95 güven seviyesinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$ $p = 0,183$ $p = 0,850$).

Çizelge 4.10: Grupların Anne Eğitim Düzeyine Göre Atılganlık Düzeyleri.

Grup	Eğitim Düzeyi	n	\bar{x}	s.s.	Levene Testi		t	p
					F	p		
SG	Ortaöğretim ve altı	45	12,18	20,35	1,325	0,251	1,877	0,062
	Lisans ve üstü	146	18,42	19,23				
KG	Ortaöğretim ve altı	216	2,01	10,76	0,489	0,485	266	0,259
	Lisans ve üstü	52	3,92	11,64				

$p < 0,05$

H_0 : Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H_1 : Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

H_0 : Öğrencilerin (Kontrol Grubunun) atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H_1 : Öğrencilerin (Kontrol Grubunun) atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

Çizelge 4.10'da gösterildiği gibi sutopu sporcularının ve kontrol grubunun atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre istatistiksel anlamlılığı belirlemek amacı ile yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre, sporcuların atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven seviyesinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir ($p > 0,05$ $p = 0,062$ $p = 0,259$).

Çizelge 4.11: Grupların Baba Eğitim Düzeyine Göre Atılganlık Düzeyleri.

Grup	Eğitim Düzeyi	n	\bar{x}	s.s.	Levene Testi		t	p
					F	P		
SG	Ortaöğretim ve altı	34	15,64	21,23	2,172	0,142	0,425	0,671
	Lisans ve üstü	157	17,22	19,32				
KG	Ortaöğretim ve altı	130	2,43	11,31	0,815	0,367	266	0,946
	Lisans ve üstü	138	2,34	10,62				

p<0,05

H₀: Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H₁: Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

H₀: Kontrol Grubunun sporcularının atılganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H₁: Kontrol Grubunun atılganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

Çizelge 4.11’de gösterilen sutopu sporcularının ve kontrol grubunun atılganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre istatistiksel anlamlılığı belirlemek amacı ile yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre, atılganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven seviyesinde anlamlı olmadığı belirlenmiştir (p>0,05 p=0,671 p=0,946).

Çizelge 4.12: Sutopu Sporcularının ve Kontrol Grubunun Atılganlık Düzeyleri.

Spor Yapma Durumu		n	\bar{x}	s.s.	Levene Testi		t	p
					F	p		
Atılganlık Düzeyi	SG	191	16,95	1,42	76,81	0,000	10,13	0,000*
	KG	268	2,38	10,93	3			

*p<0.05

H₀: Katılımcıların atılganlık düzeylerinin spor yapma durumlarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlı değildir.

H₁: Katılımcıların atılganlık düzeylerinin spor yapma durumlarına göre farklılıkları istatistiksel olarak anlamlıdır.

Çizelge 4.12’de gösterilen katılımcıların atılganlık düzeylerinin spor yapma durumuna göre farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmamasını test etmek için yapılan bağımsız örneklem t testi sonucuna göre, katılımcıların atılganlık düzeylerinin spor yapma durumuna göre farklılığı istatistiksel olarak %95 güven seviyesinde anlamlı olduğu belirlenmiştir ($t= 10,139$ $p<0,05$ $p=0,000$). Ortalamalar incelendiğinde, sutopu sporu yapanların ($\bar{x}=16,95$) atılganlık düzeyinin spor yapmayanlara ($\bar{x} = 2,38$) göre çok daha yüksek olduğu belirlenmiştir.



5. TARTIŞMA

Bu bölümde araştırma verilerinden elde edilen bulgular, ilgili literatür ışığında tartışılmıştır.

Atılganlık envanterine ait istatistikler incelendiğinde, sutopu sporcularının ölçekten aldıkları minimum değer -24 maksimum değer ise +66 olduğu belirlenmiştir. Ölçeğe ait ortalama değer 16,95'dir. Sporcuların %38,7'sinin atılgan olmayan davranış biçimine, %61,3'ünün atılgan olan davranış biçimine sahip oldukları belirlenmiştir. Öğrencilerin (kontrol grubunun) ölçekten aldıkları minimum değer -28 maksimum değer ise +28 olduğu belirlenmiştir. Ölçeğe ait ortalama değer 2,38'dir. Öğrencilerin (kontrol grubunun) %39,2'si atılgan olmayan davranış biçimine, %60,8'inin de atılgan olan davranış biçimine sahip oldukları belirlenmiştir. Gümüş (2018) spor yapan öğrenciler ve sedanter öğrenciler ile yapmış olduğu çalışmada, spor yapan ve sedanter öğrencilerin atılganlık düzeylerinde anlamlı fark tespit etmiş ve spor yapan öğrencilerin atılganlık puan ortalamalarının (117,77) sedanter öğrencilerin ortalama puanlarından (87,23) daha yüksek olduğunu tespit etmiştir. Hoşgör ve diğ. (2016)'nın Sağlık Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin atılganlık düzeylerini incelemek için yaptıkları çalışma sonucuna göre öğrencilerin %80'nin orta düzeyde çekingen, %20'nin ileri seviyede atılgan oldukları belirlenmiştir. Heybet (2010) ise çalışmasında sporcuların atılganlık puanını $13,9 \pm 9,6$ spor yapmayan bireylerin atılganlık puanını ise $1,7 \pm 9,2$ olarak tespit etmiştir.

Sutopu sporcularının ve öğrencilerin (kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin okul türüne göre farklılığın istatistiksel olarak anlamlılığının belirlendiği sonuca göre; özel okul ve devlet okulu arasında sporcuların ve öğrencilerin atılganlık düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$). Mentş (2007) devlet lisesine giden çocukların özel liseye gidenlere göre daha atılgan olduğunu ifade ederken aslında beklenen sonucun tam tersi olduğunu ifade etmiştir. Çünkü; özel liseye giden çocuklar ailelerinin sosyo-ekonomik düzeylerinden dolayı daha sosyal ve daha dışa dönük olmaktadır dolayısı ile daha atılgan olmaları beklenmektedir. Araştırmamızda elde ettiğimiz

sonuçlara göre öğrenim görülen okul türüne göre sporcuların atılganlık düzeylerinde anlamlı farklılık tespit edilmemiştir. Hocalar (2018) ise spor lisesi öğrencileri ile diğer liselerde öğrenim gören öğrencilerin şiddet ve atılganlık eğilimlerini karşılaştırdığı tezinde lise türü değişkenine göre araştırmaya katılan öğrencilerin atılganlık düzeylerinin anlamlı farklılık göstermediği sonucunu bulmuştur. Üniversite düzeyinde eğitim gören sporcu ve öğrencilerin okul türüne göre literatürde herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Lise düzeyinde bireylerin sahip olduğu demografik özelliklerinde kendi seçimlerinin fazla olamayacağı, bulunduğu sosyal ortamda yaş ortalamaları, kültürel yapı, sosyal yapı gibi kişilik özelliklerini etkileyebilecek faktörlerin benzer olmaları atılganlık düzeylerinde de anlamlı farklılığın oluşmamasında etkili olabileceği düşünülebilir.

Atılganlık düzeyinin sutoyu sporcularının milli olup olmama durumlarının kıyaslandığı sonuca göre sporcuların atılganlık düzeylerinin istatistiksel olarak milli olma durumlarına göre anlamlı olmadığı sonucuna varılmıştır ($p>0,05$). Güreşçilerin millilik durumunun atılganlık düzeylerine etkisini araştıran Bayraktar (2007); güreşçilerin atılganlık düzeyleri ile millilikleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamadığı sonucuna varmıştır. Sporcularda milli olup olmamasının atılganlığa etkisinin olmadığı düşünülebilir. Atan ve diğ. (2018) farklı branşlardaki kadın ve erkek sporcuların atılganlık ve problem çözme becerileri arasındaki ilişkiyi araştırdığı çalışmalarında sedanter ve farklı branşlardaki sporcuların problem çözme becerilerinin benzer olduğu ve atılganlık düzeylerini etkilemediği sonucunu elde etmiştir.

Sutoyu sporcularının atılganlık düzeylerinin spor yapma yılına göre farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmamasını test etmek için yapılan istatistik sonucuna göre, 1-4 yıl, 5-7 yıl, 8 yıl ve üzeri spor yılına sahip sporcuların atılganlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır ($p>0,05$).

Çalışmamızla paralel olarak “*Lise Öğrencilerinin Atılganlık Düzeyine Sporun Etkisi*” isimli çalışmada da öğrencilerin atılganlık düzeyleri ile spor yapma süreleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamadığı sonucuna varmıştır (Menteş, 2007). Ancak çalışmamızın aksine Çam ve diğ. (2010) “*Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Değişik Demografik Özelliklere Göre Atılganlık Düzeylerinin Araştırılması*” isimli çalışmalarında spor yılına göre atılganlık düzeylerinin anlamlı

olarak farklılaştığı sonucuna varmışlardır. 1–5 yıl arasında spor yapan Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu (BESYO) öğrencilerinin puanı ile 6–10 ve 11–15 yıl arasında spor yapan BESYO öğrencilerinin puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı fark bulunmuştur. Üniversite öğrencilerinde yapılan başka bir çalışmada ise spor yapma yılı arttıkça atılganlık puanlarının da arttığını bulmuşlardır (Çam ve diğ., 2010). Başka bir çalışmada ise spor yaşına göre atılganlık puanlarının karşılaştırılması sonucunda anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna varmıştır (Heybet, 2007). Güreşçiler üzerinde yapılan başka bir çalışmada, güreşçilerin kaç yıldır spor yaptıklarını gösteren değişkene göre atılganlık düzeylerini gösteren dağılım incelendiğinde, güreşçilerin yıl değişkeni ile atılganlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık bulunamadığı sonucuna varılmıştır (Bayraktar, 2007). Literatür incelendiğinde, istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamasa da; çalışmamızda da olduğu gibi spora yeni başlayanların (1-4 yıl) ve uzun süredir spor yapanların (8 yıl ve üzeri) atılganlık puanlarının orta süreli (5-7 yıl) daha düşük olduğu görülmektedir. Bunun sebebinin ise yeni başlayanlarda daha sporun kişiliğe etkisinin çok fazla olmaması ve uzun süreli spor yapanlarda ise tükenmişlik sebebiyle atılganlık düzeyinin yüksek olmaması düşünülebilir.

Sutopu sporcularının ve öğrencilerin (kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin yaş gruplarına göre farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmamasını test etmek için yapılan istatistik sonucuna göre, 18-19 yaş, 20-21 yaş ve 22 yaş ve üzeri yaş grupları arasında sporcuların ve öğrencilerin atılganlık düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$). Yaş düzeyi arttıkça atılganlığın da arttığı görülmüştür.

Gündoğdu ve diğ. (2016)'nın gençlerin sosyal aktiviteler yapmak amacı ile gittikleri gençlik merkezi ile atılganlıkları arasında ilişki olup olmadığının irdelendiği araştırmada 17 yaş, 18-21 yaş ve 22 yaş düzeyleri ne sahip gençlerin atılganlık düzeyleri arasında farklılık olduğu belirlenmiştir. Yani yaş arttıkça atılganlık seviyesinin de artış gösterdiği ifade edilmiştir. Tatakır (2003)'ün yapmış olduğu çalışmaya göre ise; 17 yaşındaki bireylerin atılganlık düzeyinin 15 yaşındaki bireylere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Yaş düzeyi atılganlığı etkileyen önemli bir faktörlerden bir tanesidir. Gelişmekte olan bireyler de her yaşın gelişimsellik düzeyi birbirinden farklıdır. Dolayısıyla bireylerin atılganlıkları da değişiklik gösterebilir. Ancak çalışmamızda

anlamli bir farklılık olmadığı sonucuna varılmıştır. Mentş (2007) çalışmasında yaşa bağlı olarak atılganlığ düzeyleri anlamli bir farklılık göstermediği sonucuna varılmıştır. Aynı şekilde Çam ve diđ. (2010) Beden Eđitimi ve Spor Yůksekokulunda okuyan sporcu ۆđrencilerin yaş düzeylerinin atılganlığ üzerinde etkisi olmadığı sonucuna varmışlardır. Kůçůkkaragöz ve diđ. (2013), “*Öđretmen Adaylarında Atılganlığ Düzeyi ve İletişim Becerileri*” isimli çalışmalarında 18-21 yaş arası ve 22-25 yaş arasındaki ۆđrencilerin atılganlığ düzeyleri arasında anlamli bir farklılık bulunamamıştır. Yapılan diğer bir çalışmasa ise kişisel değişkenler açısından incelendiğinde ise yaş değişkeninde herhangi bir anlamli farklılığın gözlenmediği fakat yaş arttıkça atılganlığ düzeyinde de artış olduğu tespit edildiği sonucuna varılmıştır (Yalçın ve diđ., 2015). Yalçın ve diđ. (2015) “*Ecdada Saygı Gençlik Kampı'na Katılan Gençlerin Atılganlığ Düzeylerinin İncelenmesi*” isimli çalışmalarında da çalışmamızla paralel olarak araştırmaya katılanların yaş değişkenine göre atılganlığ düzeyine ilişkin puanların istatistiksel olarak karşılaştırılmasında herhangi bir anlamli farklılık olmadığı gözlenmiştir.

Bayraktar (2007), “*Güreşçilerin Psikolojik İhtiyaçları İle Atılganlığ Düzeylerinin Bireysel Başarılarına Etkisi*” isimli çalışmasında güreşçilerin yaş değişkenlerine göre atılganlığ düzeylerine yapılan istatistiksel analizler değerlendirildiğinde, güreşçilerin yaş değişkeni ile atılganlığ düzeyleri arasında anlamli bir farklılık bulunmadığı sonucuna varılmıştır. Yaş değişkeninde anlamli farklılığın bulunamamasına neden olarak, araştırmamıza katılan ۆđrenci ve sporcuların yaşlarının birbirine yakın olması olabilir.

Sutopu sporcularının ve ۆđrencilerin (kontrol grubunun) atılganlığ düzeylerinin kardeş sayısına göre atılganlığ düzeylerinin farklılığı istatistiksel olarak güven seviyesinde anlamli olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$).

Bůyůkyazı ve diđ. (2003) “*Sedanterler İle Veteran Atletlerin Çeşitli Değişkenlere Göre Atılganlığ Düzeylerinin Karşılaştırılması*” veteran atlet ve sedanterlerin atılganlığ düzeylerine kardeş sayılarının etkisi olup olmadığını belirlemek üzere istatistiksel analizler yapmışlardır. Bu analizlerin neticesinde iki kardeşe sahip bireylerin atılganlığ puanlarının en yůksek olduğu, tek çocuk olanların ise en důşůk olduğu sonucuna varılmıştır. Spora katılım göz önünde bulundurulmadan yapılan değerlendirmede ise aynı parametrede istatistiksel anlamli farklılık

bulunmamıştır. Menteş (2007) çalışmamıza benzer olarak atılganlık düzeylerinde kardeş sayılarına bağlı olarak bir farklılık olmadığı sonucuna varmıştır.

Meslek lisesi öğrencilerinin sürekli kaygı seviyeleri ile atılganlıkları arasındaki ilişkiyi inceleyen Kaya (2001) ile lise öğrencilerinde özsaygı düzeyi ile atılganlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyen Uğurluoğlu (1996), iki kardeş olan bireylerin atılganlık seviyelerinin tek çocuk olanlara göre daha yüksek olduğunu belirtmişlerdir. Literatürde kardeş sayısına göre farklı sonuçlar olduğu görülmektedir. Kardeş duygusunun farklı diğer değişkenler ile birleştiğinde atılganlığı farklı şekilde etkilediği söylenebilir.

Sutopu sporcularının ve öğrencilerin (kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmamasını test etmek için yapılan istatistiklere göre, sporcuların ve öğrencilerin atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılığı istatistiksel olarak gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$). Güneş ve diğ. (2014) 50 öğrenci ile kontrol ve deney grubu olarak 9 haftalık atılganlık eğitimi sonucunda üniversite öğrencilerinin atılganlık düzeylerinde anlamlı düzeyde artış olduğunu tespit etmişlerdir. Sutopu sporcularının atılganlık düzeylerinde de verilecek atılganlık eğitimi sonrası anlamlı artış olacağı düşünülebilir. Shafie ve diğ. (2018) öğrencilerin atılganlık seviyeleri üzerine yaptıkları çalışmalarında, atılganlık düzeylerinin eğitimle yükseldiği belirtmiş ve atılganlık düzeylerinin okuldaki faktörden etkilendiklerini vurgulamışlardır. Keskin ve diğ. (2018) farklı branşlardaki sporcuların atılganlık düzeylerini incelediği çalışmalarında anne ve baba eğitim durumu ile sporcuların atılganlık düzeyleri arasında anlamlı farklılık tespit etmemiştir.

Çalışmamızla paralel olarak Heybet (2010) ‘‘Adana İlindeki 14-17 Yaş Grubu Basketbolcular ile Sedanterlerin Atılganlık Düzeylerinin Karşılaştırılması’’ isimli çalışmada çalışmaya katılan öğrencilerin anne ve baba eğitim durumları ve meslekleri arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Menteş (2007) öğrencilerin atılganlık düzeylerinde annelerinin eğitim düzeylerine bağlı olarak bir farklılık bulunmuştur. Okullarındaki öğrencilerin atılganlık düzeyleri annesi hiç ya da ilkökul seviyesinde eğitim almış öğrenciler ile annesi ortaokul veya lise eğitimi almış öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Buna göre,

atılganlık düzeyi puanları en yüksek olan grup anneleri hiç eğitim almamış ya da en fazla ilkokul eğitimi almış öğrencilerden oluşmaktadır.

Sutopu sporcularının ve öğrencilerin (kontrol grubunun) atılganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmasını test etmek için yapılan istatistiklere göre, sporcuların ve öğrencilerin atılganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre farklılığı istatistiksel olarak gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir ($p>0,05$).

Menteş (2007) öğrencilerin atılganlık düzeylerinde babalarının eğitim düzeylerine bağlı olarak bir farklılık bulunmuştur. Öğrencilerin atılganlık düzeyleri babası hiç ya da ilkokul seviyesinde eğitim almış öğrenciler ile babası ortaokul veya lise eğitimi almış öğrenciler arasında ve babası yüksekokul veya sonrası eğitim almış öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Buna göre, atılganlık düzeyi puanları en yüksek olan grup anneleri hiç eğitim almamış ya da en fazla ilkokul eğitimi almış öğrencilerden oluşmaktadır.

Birçok araştırma çocukların atılganlığı üzerinde anne baba eğitim durumunun en belirleyici faktörlerden biri olduğunu göstermektedir. Çünkü eğitim seviyesinin yüksek olması çok önemli bir güdüleyici faktördür. Örneğin annenin eğitim seviyesinin yüksek olması; çocuklar ile daha kolay iletişim kuracağını, onların isteklerini daha kolay anlayabileceğini göstermektedir. Annenin çocuklarını eğitirken kullanacağı doğru yaklaşım ve tutumlar ile çocuklar daha sosyal ve aktif olacak dolayısı ile atılganlık seviyeleri de artış gösterecektir (Becet, 1989; Kaya, 2001). Ancak; Uğurluoğlu (1996) ve Tatakır (2003) gibi bazı araştırmacılar ise aslında anne baba eğitiminin çocukların atılganlıkları ile ilgisi olmadığını belirtmişlerdir. Bu çalışmanın sonucunda da anne baba eğitimi ile atılganlık arasında istatistiksel anlamlılık bulunmamıştır. Kazancı ve İlci (2018) ilköğretim ikinci kademe öğrencilerin spor yapma durumlarına göre atılganlık ve akran zorbalığını inceledikleri çalışmalarında anne ve baba eğitim durumlarına göre öğrencilerin atılganlık düzeylerinde anlamlı fark tespit etmiş ve anlamlı farkın okuma yazma bilmeyen gruptan kaynaklandığını belirtmişlerdir.

Katılımcıların atılganlık düzeylerinin spor yapma durumuna göre farklılığın istatistiksel olarak anlamlı olup olmasını test etmek için yapılan istatistik sonucuna göre, katılımcıların atılganlık düzeylerinin spor yapma durumuna göre farklılığı istatistiksel olarak anlamlı olduğu belirlenmiştir ($p<0,05$). Ortalamalar

incelendiğinde, Sutopu sporu yapanların ($\bar{x}=16,95$) atılganlık düzeyinin spor yapmayanlara ($\bar{x}=2,38$) göre çok daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Gençlerin gittikleri sosyal merkezler ile atılganlıkları arasında bir ilişkinin olup olmadığının araştırıldığı çalışmada spor yapma değişkeninin atılganlık düzeyi üzerinde etkili olmadığı sonucuna varmışlardır (Gündoğdu ve diğ., 2016). Menteş (2007) lise öğrencileri üzerinde yapmış olduğu çalışmasında lisanslı olarak spor yapıp yapmama durumuna göre öğrenciler arasında anlamlı bir farklılık olmadığı sonucuna varmıştır. Öztürk ve diğ. (2007) 14-16 yaş grubu kızlarda hentbol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine olan etkisini araştırmak amacıyla yaptıkları çalışmada; 9 ay boyunca uygulanan branşa özgü temel hentbol çalışmalarının atılganlık düzeylerini artırmada olumlu etken olduğunu tespit etmişlerdir. Aynı şekilde Efe (2007) de uygulanan branşlara özgü temel spor çalışmalarının bireylerin atılganlık düzeylerini arttırmada etken olduğu sonucuna varmışlardır. Çalışmamızın tersine Ercan (2010) *“Ergenlerin Spor Yapma Alışkanlıklarının Kişilik ve Atılganlık Özellikleri Açısından İncelenmesi”* isimli çalışmasında, spor yapma alışkanlığı olmayan ergenlerin atılganlık özelliklerinin daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Mollaoğulları ve Alptuğ (2013) *“Spor Yapan ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Benlik Saygısı ve Atılganlık Düzeylerinin İncelenmesi”* isimli çalışmalarında; spor yapma durumu ile atılganlık düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. Eraslan (2015) da *“Üniversite Spor Bölümü Öğrencilerinin Atılganlık ve Karar Verme Stilllerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi”* isimli çalışmasında lisanslı olarak spor yapma durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği tespit etmiştir. Menteş (2007) yapmış olduğu çalışmada, yapılan istatistiksel analizler sonucunda basketbol oynayan öğrencilerin atılganlık puanları ile sedanter öğrencilerin atılganlık puanları arasında anlamlı bir farklılık olduğu, basketbolcuların atılganlık puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır.

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışma; sutopu sporcularında atılgnlık düzeylerinin bazı demografik özellikler açısından değerlendirmek amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya katılan sutopu sporcularının yaş ortalamaları $20,58 \pm 2,05$ ve sporcuların %42,9'u 18-19 yaş, %30,9'u 20-21 yaş aralığında, %26,2'si 22 yaş ve üzerinde olduğu gözükmektedir. Ortalama $5,69 \pm 2,81$ yıldır spor yaptıkları, sporcuların %41,9'u 1-4 yıl arası spor yaptıkları, %31,9'u 5-7 yıl arasında spor yaptıkları, %26,2'si 8 yıl ve üzeri spor yaptıkları belirlenmiştir. Sporcuların %76,4'ü 1 kardeş, %8,9'u 2 kardeş, %14,7'si 3 kardeş, %29,3'ü özel okul, %70,7'si devlet okulunda okudukları, %17,8'i milli olurken %82,2'si milli olmadığı sonucuna varılmıştır. Sporcuların anne eğitim durumları incelendiğinde %23,6'sı ortaöğretim ve altı, %76,4'ü lisans ve üzeri, baba eğitim durumları incelendiğinde %17,8'i ortaöğretim ve altı, %82,2'sinin ise lisans ve üzeri mezunu olduğu görülmektedir.

Araştırmada kontrol grubunun sosyo demografik özellikleri incelendiğinde ise, öğrencilerin yaş ortalamalarının $21,25 \pm 2,02$ olduğu, öğrencilerin %23,5'i 18-19 yaş, %36,9'u 20-21 yaş aralığında, %39,6'sı 22 yaş ve üzerinde olduğu karşımıza çıkmıştır. Öğrencilerin %30,2 'si 1-2 kardeş, %47,0'ı 3-4 kardeş, %22,8'i 5 ve daha üzeri kardeş, %41'i özel okul, %59'u devlet okulunda okudukları gözükmektedir. Kontrol grubunun anne eğitim durumları incelendiğinde %80,6'sı ortaöğretim ve altı, %19,4'ü ise lisans ve üzeri mezunu olduğu belirlenmiş baba eğitim durumları incelendiğinde %48,5'i ortaöğretim ve altı, %51,5'inin ise lisans ve üzeri mezun olduğu tespit edilmiştir.

Yapılan analizler neticesinde sutopu sporu yapanların ($\bar{x}=16,95$) atılgnlık düzeyinin spor yapmayanlara ($\bar{x}= 2,38$) göre çok daha yüksek olduğu görülmüştür. Atılgnlık düzeylerinin spor yapma durumuna göre farklılığı istatistiksel olarak anlamlı olduğu sonucuna varılmıştır.

Demografik veriler (yaş, okul türü, spor yapma yılı, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, kardeş sayısı) ile atılgnlık arasında istatistiksel olarak herhanagi bir anlamlılık bulunmamıştır.

Bu araştırma sonuçlarına dayanarak;

- Sutopu üzerinde ülkemizde çok az bilimsel çalışmanın yapıldığı görülmüş olup bütün yönleri ile Sutopu sporunun incelenmesi gerektiği,
- Gençlerin sağlıklı toplumsal ilişkiler kurabilmeleri için sportif faaliyetlere yönlendirilmeleri gerektiği,
- Ebeveynlere gençlerin içinde bulunduğu psikolojik, ruhsal, sosyal ve gelişimsel özelliklerine dikkat etmeleri noktasında eğitimler verilmeli,
- Bireysel farklılıklar göz önünde bulundurularak gençlerin atılgan kişilik özellikleri kazanmaları için teşvik edilmeleri,
- Genç sporcuların atılganlık özelliklerinin gelişmesi için özel programlar yapılması gerektiği önerilmektedir.
- Çalışmamız yalnızca erkek sporculara yapılmıştır, bundan sonraki yapılacak araştırmalarda kadın sporcularında atılganlık düzeyleri belirlenebilir.

KAYNAKLAR

- Acar, V., Arıcıoğlu, N., Gültekin, A., Gençtanırım, F. D.** (2008). Üniversite öğrencilerinin güvengenlik düzeylerinin incelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal Of Education)*, 35(35), 342-350.
- Açıkkada, C., Cinemre, A., Koruç, Z., Hazır, T., Aşçi, A., Alpar, R., Özçaldıran, B.** (2001). Yıldız ve genç elit sutopu oyuncularının bir kısım performans kriterlerinin karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe 1. of Sport Sciences*, 12 (3), 3-18.
- Atan, T., Göçer, S., & Ünver, Ş.** (2018). Farklı branşlardaki erkek ve kadın sporcuların atılganlık ile problem çözme becerileri arasındaki ilişki. *Journal Of International Social Research*, 11(60).
- Erdağı, A. F., Eliş, S., Kıranşal, S., Biçer, N., Alkan, N., Akça, D.** (2010). Kars'ta çalışan hemşirelerin atılganlık düzeylerinin geliştirilmesi. *Florance Nightingale Hemşirelik Dergisi*, 18(3), 120-127.
- Vezir, A.** (2001). *Çocuklarda saldırganlık ile olumsuz niyet yüklemeye eğilimleri arasındaki ilişkiler* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Alberti, R., Emmons, M.** (2002). *Atılganlık Kendinize Yatırım Yapın* (Çeviren: Serap Katılan), Ankara: Hyb Yayıncılık.
- Aslan, R.** (1979). *Beden Eğitimi Bilgileri*. Ankara: Bimaş Matbaacılık.
- Atalay, F.** (1994). *Yuva öğretmenlerinin psikolojik ihtiyaç örüntüleri* (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Atasoy, B., Kuter, F. Ö.** (2005). Küreselleşme ve spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 11-22.
- Ayaz, Ş.** (2002). *Hemşirelerde benlik saygısı ve atılganlık düzeyinin belirlenmesi* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Avşar, F.** (2016). *Okul çağı çocuklarına verilen atılganlık eğitiminin akran zorbalığı ve atılganlık üzerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Bal, E.** (2006). *İlköğretim öğrencilerinin benlik alguları ile atılganlık düzeyleri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Bal, Ü.** (2003). *Hastanede çalışan hemşire ve diğer bayan sağlık personelinin benlik saygılarının ve atılganlık düzeyinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Balcıoğlu, İ.** (2001). *Şiddet ve Toplum*, 3. Baskı, İstanbul: Bilge Yayınları.
- Bacıoğlu, D. S., Özdemir, Y.** (2012). İlköğretim öğrencilerinin saldırgan davranışları ile yaş, cinsiyet, başarı durumu ve öfke arasındaki ilişkiler. *Eğitim Bilimleri Araştırmaları Dergisi*. 2(2), 169-187.

- Baumann, S.** (1994). Uygulamalı Spor Psikolojisi İkizler H. Can. Özcan A. Osman (Çev.) İstanbul: Alfa Basım Yayın Dağıtım.
- Bayraktar, G.** (2007). *Güreşçilerin psikolojik ihtiyaçları ile atılganlık düzeylerinin bireysel başarılarına etkisi* (Doktora tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Becet, K. T.** (1989). *Ana- baba tutumlarının ve bazı- ekonomik faktörlerin lise son sınıf öğrencilerinin atılganlık düzeylerine etkisi* (Yüksek lisans tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Biçer, E.** (2009). *Parçalanmış ve tam aileye sahip ergenlerin atılganlık ve sosyal yetkinlik beklenti düzeylerinin bazı demografik değişkenler açısından incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Adana.
- Büyük Yazı, G., Saraçoğlu, A., Karadeniz, G., Çamlıyer, H.** (2003). Sedanterler ile veteran atletlerin çeşitli değişkenlere göre atılganlık düzeylerinin karşılaştırılması. *Gazi Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi*, 8(2), 13-24.
- Cakic, L., Mihaljevic, S. ve Perkovic, M.** (2006). Life Satisfaction and Caertain Forms of Adolecent Activities. <http://www.pozitivna.psiholoja.com/ppp/Cakic%20Mihaljevic%20Perkovic.doc> (2018, Nisan 28).
- Çam, İ. Ö., İlknur, Y., Çetin, B., Salman, M., Çekin, R.** (2010). Spor yüksekokulu öğrencilerinin değişik demografik özelliklere göre atılganlık düzeylerinin araştırılması. *Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 46-51.
- Çulha, M., Dereli, A. A.** (1987). Atılganlık eğitimi programı. *Psikoloji Dergisi*, 6(21), 124-127.
- Dalkılıç, M.** (2011). *İlköğretim öğrencilerinin sportif faaliyetlere katılım düzeyi ve iletişim becerileri arasındaki ilişkilerin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Karaman.
- Deltsidou, A.** (2009). Undergraduate nursing students' level of assertiveness in greece: A questionnaire survey, *Nurse Education In Practice*, 9(5), 322-330.
- Dervent, F.** (2007). *Lise öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ve sportif aktivitelere katılımı ilişkisi* (Yüksek lisans tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Dinçer, F.** (2009). Hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyleri. *Sağlık Bilimleri Fakültesi Hemşirelik Dergisi*, 2(4), 22–33.
- Dinçyürek, S., Çağlar, M., Birol, C.** (2010). Atılganlık ve denetim odağı düzeyi: gelecek nesillere etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi (H. U. Journal of Education)*, 39(39), 142-150.
- Doğar, Y.** (1997). Türkiye’de Spor Yönetimi. Adana: Öz Akdeniz Ofset.
- Efe, M.** (2007). *14-16 yaş grubu bireylerde spor çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi* (Doktora tezi). Uludağ Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Bursa.
- Eraslan, M.** (2015). Üniversite spor bölümü öğrencilerinin atılganlık ve karar verme stillerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 4(1), 214-223.

- Efe, M., Öztürk, F., Koparan, Ş. Ş.** (2008). 14-16 yaş grubu erkeklerde voleybol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 69-77.
- Ercan, Ç.** (2010). *Ergenlerin spor yapma alışkanlıklarının kişilik ve atılganlık özellikleri açısından incelenmesi* (Doktora tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- Erkal, M., Güven, Ö., Ayan, D.** (1998). *Sosyolojik Açıdan Spor*. İstanbul: Der Yayınları.
- Esen, C. A.** (2012). *Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Muğla.
- Fişek, K.** (1998). *Türkiye’de ve Dünya’da Spor Yönetimi*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Gacar, A.** (2011). *Türkiye’deki beden eğitimi ve spor öğretim elemanlarının karar verme ve atılganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi* (Doktora tezi). Fırat Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Elazığ.
- Gacar, A., Coşkun, Z.** (2010). Güreşçilerin atılganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 5(3), 195-203.
- García-López, L. M., Gutiérrez, D.** (2015). The effects of a sport education season on empathy and assertiveness. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 20(1), 1-16.
- Gençoğlu, A.** (2010). İlköğretim II. Kademe öğrencilerinde eğitsel oyunların atılganlık üzerine etkisi (Yüksek lisans tezi). Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Manisa.
- Goldman, J. A., Olczak, P. V.** (1980). The relationship between psychosocial maturity and assertiveness in males and females. *Journal of Youth and Adolescence*, 10(1), 33-44.
- Gümüş, M.** (2018). *İstanbul’un kırsal kesimlerinde yaşayan 14-16 yaş grubu sporcu öğrenciler ile sedanter öğrencilerin atılganlık düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Gündoğdu, C., Tüfekçi, Ş., Çelebi, E.** (2016). Gençlik merkezlerine üye olan gençlerin atılganlık düzeylerinin incelenmesi. *Inonu University, Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 3(1), 01-09.
- Güneş, F., Arslan, C., & Eliüşük, A.** (2014). Atılganlık eğitiminin üniversite öğrencilerinin kişiler arası problem çözme, algılanan sosyal destek ve atılganlık düzeyleri üzerine etkisi. *Bartın Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 3(1), 456-474.
- Heybet, T.** (2010). *Adana ilindeki 14-17 yaş grubu basketbolcular ile sedanterlerin atılganlık düzeylerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Adana.
- Hocalar, A.** (2018). *Spor lisesi öğrencileri ile diğer liselerde öğrenim gören öğrencilerin şiddet ve atılganlık eğilimlerinin karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Akdeniz Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Antalya.
- Hoşgör, H., Kurtuluş, A., Hoşgör, D., Söyük, S.** (2016). Üniversite öğrencilerinin atılganlık düzeylerinin belirlenmesi: sağlık bilimleri fakültesi örneği: *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(32), 430-441.

- İşgör, İ. Y.** (2003). *Bir işte çalışan ve çalışmayan lise öğrencilerinin bazı psikolojik özelliklerinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Erzurum.
- Kamaraj, I.** (2004). *Sosyal beceri değerlendirme ölçeği'nin türkçeye uyarlanması ve beş yaş çocuklarının atılganlık sosyal becerisini kazanmalarında eğitimci drama programının etkisi* (Yayınlanmamış doktora tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Kao, P. H.** (2005). *Taiwanese executive's leadership styles and their preferred decisionmaking models used in mainland china* (Doctorate thesis). The University of the Incarnate Word, The School of the Graduate Studies of The University of the Incarnate Word. Texas.
- Karasar, N.** (2002). *Bilimsel Araştırma Yöntemi, Kavramlar - İlkeler -Teknikler*, 11. Baskı, Ankara: Nobel Yayınları.
- Karataş, S., Tabak, N.** (2009). Okul öncesi öğretmen adaylarının atılganlık düzeylerinin bazı sosyodemografik özellikler açısından incelenmesi. *Uşak Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2(2), 143-159.
- Kaya, Z.** (2001). *Meslek lisesi öğrencilerinin atılganlık ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması üzerine bir araştırma* (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.
- Kazancı, F., & İci, B. H.** (2018). İlköğretim ikinci kademe öğrencilerinde spor yapma durumlarına göre atılganlık ve akran zorbalığı özelliklerinin incelenmesi, Bitlis ili örneği. *Uluslararası Dağcılık ve Tırmanış Dergisi*, 1(1), 25-30.
- Ker, D. M.** (2005). *Kişilerarası İletişimde Sorun Çözücü Bir İletişim Becerisi Olarak Atılganlık*, 1. Baskı, İzmir: Nobel Basımevi.
- Keskin, Ö., Demir, A., & Şenol, B.** (2018). Reviewing assertiveness level of elite male and female athletes in different sports branches. *Journal of Human Sciences*, 15(4), 1924-1932.
- Keten, M.** (1993). *Türkiye'de Spor*. İstanbul: Polat Ofset.
- Korkut, F.** (2004). *Okul Temelli Önleyici Danışma Rehberlik ve Psikolojik Danışma*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Küçükkaragöz, H., Canbulat, T., Akay, Y.** (2013). Öğretmen adaylarında atılganlık düzeyi ve iletişim becerileri. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(22), 123-133.
- Lindsay, C.** (2001). A New Deal Through Partnership, A New Approach To Employability: The New Deal For Young People in The United Kingdom, in: A. Serrano Pascual (Ed.) *The Role of Social and Civil Partnerships in Combating Youth Unemployment*, Brussels: European Trade Union Institute. pp. 173-190.
- Menteş, A.** (2007). *Lise öğrencilerinin atılganlık düzeyine sporun etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Özbaydar, S.** (1983). *İnsan Davranışının Sınırları ve Spor Psikolojisi*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Özcan, A.** (2006). *Hemşire-Hasta İlişkisi ve İletişim*. İzmir: Savaş Tıp Yayınevi.
- Özkan, İ. A., Özen, A.** (2008). The relation between submissive behaviours and self esteem state among nursing students. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 7(1), 53-58.

- Öztürk, F., Efe, M., Koparan, Ş.** (2007). 14-16 yaş grubu kızlarda hentbol çalışmalarının sosyal yetkinlik beklentisi ve atılganlık üzerine etkisi. *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 147-155.
- Salar, B., Hekim, M., Tokgöz, M.** (2012). 15-18 yaş grubu takım ve ferdi spor yapan bireylerin duygusal durumlarının karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(5), 123-135.
- Saruhan, N.** (1996). *Ankara il merkezinde lise son sınıfa devam eden öğrencilerin atılganlıkları ile ana ve baba tutumları arasındaki ilişkinin bazı değişkenlere göre incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Shafie, A. A. H. B., Miskam, N. A. B. A., Rozubi, N. B. C., & Anuar, A. A. B.** (2018). Enhancing the self-efficacy and assertiveness level among the bullied victim school students by using cognitive behaviour therapy (cbt) in group counselling approach. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 8(1), 300-313.
- Sorias, O.** (1986). Sosyal beceriler ve değerlendirme yöntemleri. *Psikoloji Dergisi*, 5(20), 25-29.
- Şahin, S.** (2011). *Üniversiteler arası türkiye şampiyonasına katılan güreşçilerin atılganlık düzeylerinin belirlenmesi ve başarıları ile ilişkisinin araştırılması* (Yüksek lisans tezi). Niğde Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Niğde.
- Şentürk, E.** (2017). *İstanbul'da özel bir lisede öğrencilerin atılganlık düzeyi ile öfke düzeyi ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yüksek lisans tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Taşdelen, A.** (2002). *Öğretmen adaylarının farklı psiko-sosyal değişkenlere göre karar verme stilleri* (Doktora tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Tataker, T.** (2003). *Ergenlerin atılganlık düzeyi ile ruhsal sorunları arasındaki ilişkinin araştırılması* (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir.
- Tekin, G., Amman, M., Tayfun, T. A.** (2009). Serbest zamanlarda yapılan fiziksel egzersizin üniversite öğrencilerinin depresyon ve atılganlık düzeylerine etkisi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(2), 148-159.
- Uğur, G.** (1996). *Üniversite öğrencilerinde atılganlık ile beden algısı ilişkisi* (Yüksek lisans tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İzmir.
- Uğurlu, U.** (1994). *Yetiştirme yurdunda yaşayan ergenler ile ailesiyle yaşayan ergenlerin, özsaygı ve atılganlık düzeyleri açısından karşılaştırılması* (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Erzurum.
- Uğurluoğlu, Y. M.** (1996). *Lise öğrencilerinde özsaygı düzeyi ile atılganlık kişilik özelliği arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Karadeniz Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. Trabzon.
- Üstün, B.** (1995). *Hemşirelerin atılganlık ve tükenmişlik düzeyleri* (Doktora tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Ankara.
- Vatansever, M.** (2002). *Farklı liselerde öğrenim gören öğrencilerin okullara girişte ve bitirirken sahip oldukları iletişim becerilerinin belirlenip kıyaslanması* (Yüksek lisans tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İzmir.

- Voltan, N.** (1980a). Rathus Atılganlık Envanteri geçerlik ve güvenirlik alışması. *Psikoloji Dergisi*, 10(9), 23-25.
- Voltan, N.** (1980b). Grupta atılganlık eğiliminin bireyin saldırganlık düzeyine etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(8), 62-66.
- Yalçın, İ., Beyleroğlu, M., Gacar, A., Hazar, M.** (2015). Ecdada saygı gençlik kampı'na katılan gençlerin atılganlık düzeylerinin incelenmesi. *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 19(6), 338-344.
- Yılmaz, S.** (2000). *Hemşirelik yüksekokulu ğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyi arasındaki ilişki* (Yüksek lisans tezi). Atatürk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Erzurum.
- Yeşilyaprak, B., Kısac, İ.** (1999). Öğretmen adaylarına uygulanan atılganlık eğitimi ve sonuçları. *Gazi Üniversitesi Mesleki Eğitim Fakültesi Mesleki Eğitim Dergisi*, 1(1), 12-18.
- Yetim, A. A.** (2000). *Sosyoloji ve Spor*. Ankara: Topkar Matbaacılık.
- <https://www.atayuzme.com.tr/blog/su-topu-nedir> Erişim tarihi: 28.09.2018

EKLER

EK 1: Etik kurul onayı



T.C.
HİTİT ÜNİVERSİTESİ
GİRİŞİMSEL OLMAYAN ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

Sayı : 2018-101

31/05/2018

Konu: Başvuru Değerlendirme Sonucu

Sayın Doç. Dr. Esin GÜLLÜ

Etik Kurulumuza yapmış olduğunuz başvurunuzla ilgili kurul kararımız ve ilgili bilgiler aşağıda yer almaktadır.

Bilgilerinize rica ederim.

Prof. Dr. Mehmet Ömer BOSTANCI
Başkan

Başvuru Numarası	2018-67
Sorumlu Araştırmacı	Doç. Dr. Esin GÜLLÜ
Araştırma Başlığı	Sutopu Sporcularının Atılganlık Düzeyinin Belirlenmesi
Toplantı Tarihi	30/05/2018
Karar Numarası	2018-100

- Araştırma başvurunuz etik açıdan uygun bulunmuştur.
- Araştırmaya Kurum İzni/İzinleri alındıktan sonra başlanması uygun bulunmuştur.
- Başvurunun, ekte belirtilen düzeltmelerin yapılması halinde tekrar değerlendirilmesine karar verilmiştir.*
- Araştırma projesi etik açıdan uygun olmadığından başvurunun reddine karar verilmiştir.

EK 2: Sutopu Federasyonu izin yazısı



TÜRKİYE SUTOPU FEDERASYONU BAŞKANLIĞI
TURKISH WATERPOLO FEDERATION



SAYI: TSF/ 499
KONU:

20./03/2018

Sayın: Doç. Dr. Esin GÜLLÜ
Spor Bilimleri Fakültesi
Beden Eğ. Ve Spor Eğitimi Bölüm Başkanı

Hitit Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda yüksek lisans programında eğitim gören öğrenciniz Serkan DEMİRDÖKEN'in "Sutopu Sporcularının Atılganlık Düzeyinin Belirlenmesi" başlıklı bilimsel çalışmasında kullanılmak üzere, 18-23 yaş aralığı sporcularımıza anket uygulaması hususunda Federasyonumuzca herhangi bir sakınca bulunmamaktadır.

Bilgilerinizi rica ederim.


Seyfettin ŞAHAN
Başkan a.
Genel Sekreter V.

SPORTOTO
FEDERASYON BAŞKANLIĞI

SPORTOTO
FEDERASYON BAŞKANLIĞI

SPORTOTO
FEDERASYON BAŞKANLIĞI

Adres :Söğütözü Mah.2178 Cadde Söğüt İş Merkezi No:2/4 Çankaya/ANKARA
Telefon : (0 312) 311 47 92 Faks : (0 312) 311 47 83
Web : www.sutopu.gov.tr - E-posta: turksutopu@hotmail.com

EK 3: Anket formu

Sayın Katılımcı,

Bu anket, Hitit Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında gerçekleştirilmekte olan yüksek lisans tezine veri sağlamak üzere hazırlanmıştır. Bu çalışmaya katılanların vereceği her türlü bireysel bilgi tarafımızdan kesinlikle gizli tutulacak ve hiçbir kişi veya kuruma aktarılmayacaktır. Anket sonuçları araştırmacıda saklı kalacaktır. Lütfen hiçbir ifadeyi atlamadan ve boş bırakmadan değerlendirmenizi yapınız. Bu çalışmanın doğru ve anlamlı sonuçlara ulaşabilmesi için, ankette yer alan her bir soruyu gerekli özeni göstererek cevaplamanız büyük önem taşımaktadır.

Ankete katıldığınız için teşekkür ederiz.

Saygılarımla,

Serkan DEMİRDÖKEN

- Yaşınız
18-19 yaş () 20-21 yaş () 22-23 yaş ()
- Kaç yıldır bu spor branşını yapıyorsunuz?
1-4 yıl () 5-7 yıl () 8 yıl ve üzeri ()
- Kardeş sayısı
1-2 kardeş () 3-4 kardeş() 5 kardeş ve üzeri()
- Okuduğunuz okul Özel okul () Devlet okulu ()
- Milli oldunuz mu? Evet () Hayır ()
- Annenizin eğitim durumu
Orta öğretim ve altı () Ön lisans ve üzeri ()
- Babanızın eğitim durumu
Orta öğretim ve altı () Ön lisans ve üzeri ()
- Spor yapma durumu
Evet () Hayır ()

RATHUS ATILGANLIK ÖLÇEĞİ	Çok İyi Uyuyor	Oldukça Uyuyor	Biraz Uyuyor	Pek Uymuyo	Fazla Uymuyo	Hiç Uymuyo
Bence insanların çoğu benden daha atilgan ve saldırgandır.	()	()	()	()	()	()
Sıkılganlığım yüzünden karşıt cinse herhangi bir önerimde bulunamıyorum ya da onların önerilerini kabul edemiyorum.	()	()	()	()	()	()
Bir lokantada isteğime göre hazırlanmamış bir yemek gelince garsona şikayette bulunurum.	()	()	()	()	()	()
Başkalarının beni kırdıklarını fark ettiğim halde onları incitmemeğe dikkat ederim.	()	()	()	()	()	()
İstemediğim bir malı almam için ısrar edilirse “hayır” demekte zorluk çekerim.	()	()	()	()	()	()
Benden bir şey yapmam istendiğinde nedenini öğrenmekte ısrar ederim.	()	()	()	()	()	()
İnsanı geliştirici ve sert tartışmalara katılmak istediğim zamanlar olur.	()	()	()	()	()	()
Herkes gibi ben de yükselmek için çabalarım.	()	()	()	()	()	()
Doğrusunu isterseniz insanlar beni kullanır.	()	()	()	()	()	()
Yeni tanıştığım insanlarla ya da yabancılarla rahatlıkla konuşurum.	()	()	()	()	()	()
Karşıt cinsten çekici birine ne söyleyeceğimi çoğu kez bilmem.	()	()	()	()	()	()
Resmi telefon konuşmaları yapmaktan çekinirim.	()	()	()	()	()	()
Bir işe mektup yazarak başvurmayı yüz yüze görüşmeğe tercih ederim.	()	()	()	()	()	()
Satın aldığım şeyleri geri vermekten sıkılırım.	()	()	()	()	()	()
Beni rahatsız eden saygıdeğer bir yakınımaya, rahatsızlığımı ifade etmek yerine duygularımı ondan saklamayı yeğlerim.	()	()	()	()	()	()
Aptalca görünürüm korkusuyla soru sormaktan kaçırım.	()	()	()	()	()	()
Bir tartışma sırasında kızdığım, hırslandığım belli olacak diye korkarım.	()	()	()	()	()	()
Tanınmış ve saygı duyulan bir kimsenin yanlış bir şey söylediğini duyduğumda, dinleyenlere kendi görüşümü de duyurmaya çalışırım.	()	()	()	()	()	()
Önem ve değerli bir iş yaptığımda başkalarının bunu öğrenmesinde sakınca görmem.	()	()	()	()	()	()
Önem ve değerli iş yaptığımda başkalarının bunu öğrenmesinde sakınca görmem.	()	()	()	()	()	()
Duygularımı ifade ederken açık ve samimiyimdir.	()	()	()	()	()	()
Biri benim hakkımda yanlış ve kötü şeyler söylerse, hemen o kişiyle konuşurum.	()	()	()	()	()	()
Çoğunlukla hayır demekte güçlük çekerim.	()	()	()	()	()	()
Duygularımı anında açığa çıkarmaktansa biriktirmeyi yeğlerim.	()	()	()	()	()	()
Kötü bir hizmetten şikayetçi olurum.	()	()	()	()	()	()
Övüldüğümde bazen ne diyeceğimi bilemem.	()	()	()	()	()	()
Tiyatro, konferans gibi topluluklarda iki kişi yüksek sesle konuşursa, onlara susmalarını ya da konuşmalarına başka yerde devam etmelerini söylerim.	()	()	()	()	()	()
Kuyrukta öne geçen birine yaptığının yanlış olduğunu söylerim.	()	()	()	()	()	()
Fikrimi ifade etmekte zorluk çekerim.	()	()	()	()	()	()
Hiçbir şey söyleyemediğimiz zamanlar olur.	()	()	()	()	()	()

ÖZGEÇMİŞ

Adı – Soyadı : Serkan DEMİRDÖKEN

Doğum yeri ve tarihi : Gaziantep- 25.11.1985

İletişim adresi ve telefonu : Ulukavak Mah. Çiflik Çayırı, Nebevi Apt. No:50/11
ÇORUM – 0 530 670 27 30

Öğrenim Durumu :

Lisans : 2013, Trakya Üniversitesi, Kırkpınar Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu, Spor Yöneticiliği.

Bilimsel Çalışma Alanları: Spor Yönetimi, Sporda Psiko-sosyal Alanlar.

Yayınları:

Uluslararası hakemli dergilerde yayınlanan makaleler

- **Demirdöken, Ç., Atan, T., Deryahanoğlu, G., Çiçek, G., & Demirdöken, S.** (2017). Factors that motivate females to do exercise Kadınları egzersiz yapmalarına motive eden faktörler. *Journal of Human Sciences*, 14(2), 2140-2148.

Uluslar arası bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitabında (Proceeding) basılan bildiriler

- **Diñer, T., Keskinılıç, B., Hamza, G., Demirdöken, S.** (2009). Tarihi kırkpınar güreşlerine katılan sporcuların sosyo- ekonomik parametreleri. Uluslararası VI. Tarihi Kırkpınar Sempozyumu.13-15 Mayıs 2013, Edirne, Türkiye.
- **Demirdöken, Ç., Deryahanoğlu, G., Demirdöken, S., Ünlü E. A.** (2017). Üniversite öğrencilerinin spor yapma durumlarına göre rekabetçi tutumlarının incelenmesi. Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi. 23-26 Kasım 2017, Manisa, Türkiye (s. 357).
- **Deryahanoğlu, G., Demirdöken, Ç., Yamaner, G., Demirdöken, S., Yamaner, E.** (2017). Investigation of the expectations of the individuals participating in sports centers. The 9th Conference of the International Society for the Social Sciences of Sport. 13-15 Ekim 2017, Çorum, Türkiye (s. 48).
- **Güllü, A., Demirdöken, Ç., Güllü, E., Demirdöken, S.** (2017). Evaluation of elite polo athletes of coping with stress styles to some variables. The 9th Conference of the International Society for the Social Science of Sport. 12 November 2017, Çorum, Turkey.
- **Demirdöken, S., Demirdöken, Ç., Deryahanoğlu, G., Ünlü, E. A.** (2017). Spor yapan ve yapmayan kadınlarda algılanan stres düzeyinin incelenmesi. 1st International Congress of Physical Education, Sport, Recreation and Dance, 26-28 April 2018, Istanbul, Turkey.

