



T.C.

Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı

Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Tezli Yüksek Lisans Programı

**SPOR YAPAN VE YAPMAYAN ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN
STRES VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

(Burdur İli Örneği)

Vedat ULUIŞIK

Danışman

Doç. Dr. Kadir PEPE

Yüksek Lisans Tezi

Burdur, 2015

Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi

Eğitim Bilimleri Enstitüsü

Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı

Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Tezli Yüksek Lisans Programı

**SPOR YAPAN VE YAPMAYAN ORTAÖĞRETİM ÖĞRENCİLERİNİN
STRES VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ**

(Burdur İli Örneği)

Vedat ULUIŞIK

Tez Danışmanı

Doç. Dr. Kadir PEPE

Yüksek Lisans Tezi

Burdur, 2015



**MAKÜ EĞİTİM BİLİMLERİ
ENSTİTÜSÜ**

YÜKSEK LİSANS JÜRİ ONAY FORMU

M.A.K.Ü Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun 25/12/2014 tarih ve 2014-90/12 sayılı kararıyla oluşturulan jüri tarafından 03/04/2015 tarihinde tez savunma sınavı yapılan Vedat ULUIŞIK 'ın "Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Stres ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi (Burdur İli Örneği)", konulu tez çalışması Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS tezi olarak kabul edilmiştir.

JÜRİ

ÜYE : Doç. Dr. Kadir PEPE
(Tez Danışmanı)

ÜYE : Yrd. Doç. Dr. Mehmet ŞAHİN

ÜYE : Yrd. Doç. Dr. Mustafa KILINÇ

ONAY

M.A.K.Ü Eğitim Bilimleri Enstitüsü Yönetim Kurulu'nun/...../ tarih ve/..... sayılı kararı.

İMZA/MÜHÜR

BİLDİRİM

Hazırladığım tezin/raporun tamamen kendi çalışmam olduğunu ve her alıntıya kaynak gösterdiğimi taahhüt eder, tezimin kağıt ve elektronik kopyalarının Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü arşivlerinde aşağıda belirttiğim koşullarda saklanmasına izin verdiğimi onaylarım:

- Tezim tamamen her yerden erişime açılabilir.

03.04.2015

Vedat ULUIŞIK

ÖZET

Spor Yapan ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Stres ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi

Vedat ULUIŞIK

Bu araştırmanın amacı ortaöğretim öğrencilerinin stres ve saldırganlık düzeylerini bazı değişkenlere göre incelemektir. Araştırmaya Burdur il merkezindeki farklı ortaöğretim kurumlarında öğrenci olan toplam 365 öğrenci katılmıştır. Öğrencilerin stres düzeylerinin belirlenmesinde Odabaşı (2006) tarafından geliştirilen "Çalışma yaşamında stres" ölçeği kullanılmıştır. Öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin belirlenmesinde Buss ve Perry (1992) tarafından geliştirilen "Saldırganlık ölçeği" kullanılmıştır. Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizlerinde SPSS 22.0 programı kullanılmıştır.

Araştırmanın sonunda öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, spora katılım biçimi, ilgilendikleri spor türü, öğrenim gördükleri okul türü, anne ve baba eğitim durumları ile ailenin ekonomik gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Öğrencilerin kardeş sayıları ve öğrenim gördükleri okullarda spor malzemesi bulunma durumlarının ise öğrencilerin saldırganlık düzeylerini etkilemediği bulunmuştur ($p > 0.05$). Araştırmaya katılan ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeylerinin yaş, cinsiyet, sınıf düzeyi, ilgilendikleri spor türü, öğrenim gördükleri okul türü, anne ve baba eğitim durumları ile ailenin ekonomik gelir düzeyine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir ($p < 0.05$). Buna karşılık öğrencilerin stres düzeylerinin spor yapma biçimlerine, okullarında spor malzemesi bulunma durumuna ve kardeş sayılarına göre anlamlı farklılıklar göstermediği belirlenmiştir ($p > 0.05$).

Sonuç olarak ortaöğretim öğrencilerinde spora katılımın ve bazı demografik özelliklerin stres ve saldırganlık oluşumu üzerinde etkili olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Ortaöğretim öğrencileri, spor, stres, saldırganlık

ABSTRACT

Investigation Of Stress And Aggression Level Of High School Students, Doing Sports and Not Doing Sports

Vedat ULUIŞIK

The purpose of this study is to examine stress and aggression levels of high school students in terms of some variables. Totally 365 students, taking education at different education institution in Burdur city center, participated to study. "Stress at Working Life" scale developed by Odabaşı (2006) was used to identify students' stress levels. "Aggression Scale" developed by Buss and Perry (1992) was used to identify students' aggression levels. SPSS 22.0 for Windows program was used in statistical analysis of data obtained from research.

In the end of research, it was established that students' aggression level is represented significant difference as their age, gender, class level, participation type of sport, interested sport type, school types, father and mother education situation and family income levels ($p < 0,05$). It was found that students' sibling counts and availability of sport materials at school does not affect students' aggression level ($p > 0,05$). It was established that students' stress level is represented significant difference as their age, gender, class level, interested sport type, school types, father and mother education situation and family income levels ($p < 0,05$). It was found that students' sibling counts, participation type of sport and availability of sport materials at school does not affect students' stress level ($p > 0,05$).

As a result, it may be said that participation to sport and some demographic variations in high school students have affects on stress and aggression level.

Keywords: High school students, sport, stress, aggression

TEŞEKKÜR

Günümüzde ortaöğretim öğrencileri üzerinde saldırgan davranışların giderek arttığı görülmektedir. Bu durum gelecekte ruh sağlığı bozuk olan bir toplumun oluşmasına zemin hazırlamaktadır. Dolayısıyla ortaöğretim döneminde bulunan gençlerin topluma kazandırılması, psikolojik sorunlarının en aza indirilmesi ve mevcut psikolojik özelliklerinin geliştirilmesi için birtakım önlemler alınması gerekmektedir. Bu noktada spor ve fiziksel aktiviteye katılımın ortaöğretim öğrencilerinin psikolojik yapılarının sağlamlaştırılmasında faydalı olacağı söylenebilir.

Yapılan bu tez çalışmasında desteğini esirgemeyen kıymetli danışmanım Doç. Dr. Kadir PEPE' ye ve her konuda rehber olarak bana katkı sağlayan Yrd. Doç. Dr. Mehmet ŞAHİN hocama teşekkürü bir borç bilirim.

Yüksek lisans eğitimim boyunca bana yol gösteren ve akademik anlamda kendimi geliştirmemi sağlayan Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi'nin tüm öğretim üyelerine sonsuz teşekkürler sunarım.

Vedat ULUIŞIK

İÇİNDEKİLER DİZİNİ

BİLDİRİM.....	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
TEŞEKKÜR.....	iv
İÇİNDEKİLER DİZİNİ	v
SİMGELER VE KISALTMALAR	viii
TABLolar DİZİNİ.....	ix
ŞEKİLLER DİZİNİ.....	xii
BÖLÜM I	1
GİRİŞ	1
1.1.Problem Durumu.....	2
1.2.Problem Cümlesi	3
1.2.1.Alt Problemler	3
1.3.Araştırmanın Önemi.....	4
1.4.Araştırmanın Amacı	5
1.5.Hipotezler.....	5
1.6.Varsayımlar.....	7
1.7.Sınırlılıklar.....	7
BÖLÜM II	8
Kavramsal Çerçeve Ve İlgili Araştırmalar	8
2.1.Spor Kavramı	8
2.1.1.Sporun Sağlığa Yararları	9
2.1.1.1.Sporun Fiziksel Yararları.....	9
2.1.1.2.Sporun Sosyal Yararları	9
2.1.1.3.Sporun Psikolojik Yararları.....	10

2.2.Saldırganlık Kavramı	11
2.2.1.Saldırganlık Türleri.....	13
2.2.1.1. Amaç Yönelimli Saldırganlık	14
2.2.1.2. Düşmanca (Antisosyal) Saldırganlık	14
2.2.1.3.Sosyal Rol Olarak Saldırganlık	14
2.2.1.4. Diğer Saldırganlık Türleri	15
2.2.3.Saldırganlığın Nedenleri	15
2.2.3.1. Aile.....	16
2.2.3.2. Kitle İletişim Araçları	16
2.2.3.3. Zararlı Madde Kullanımı.....	17
2.2.3.4. Engellenme.....	17
2.2.3.5. Zorbalık.....	17
2.2.3.6. İnsanlar Arası İletişimsizlik.....	18
2.2.3.7.Cinsiyet.....	18
2.2.3.8. Baskı.....	19
2.2.3.9. Kişilik Özellikleri	19
2.2.3.10. Çevresel Faktörler.....	19
2.3.Stres Kavramı	20
2.3.1. Stres Türleri	22
2.3.1.1. Akut Stres	22
2.3.1.2. Episodik Stres.....	22
2.3.1.3. Kronik Stres	23
2.3.2. Stres Tepkisinin Aşamaları	23
2.3.2.1. Alarm Aşaması	23
2.3.2.2. Direnç Aşaması	24
2.3.2.3.Tükenme Aşaması	24
2.3.3. Strese Neden Olan Faktörler	25

2.3.3.1. Çevresel Faktörler.....	25
2.3.3.2.Örgütsel Faktörler	25
2.3.3.3. Bireysel Faktörler	26
2.3.4. Stresin Sonuçları	27
2.4.Konu İle İlgili Yapılmış Araştırmalar	28
BÖLÜM III	35
Yöntem	35
3.1. Araştırmanın Modeli.....	35
3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi.....	35
3.3. Verilerin Toplanması	36
3.3.1.Kişisel Bilgi Formu	36
3.3.2. Stres Ölçeği	36
3.3.3.Saldırganlık Ölçeği.....	36
3.4.İstatistiksel Analiz	37
BÖLÜM IV	38
Bulgular	38
5.1. Araştırmaya katılan ortaöğretim öğrencilerine ait tanımlayıcı bulgular.....	38
5.2.Araştırmaya katılan ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeylerine ilişkin bulgular ve hipotez sonuçları	41
5.3.Araştırmaya katılan öğrencilerin stres düzeylerine ilişkin bulgular ve hipotez sonuçları	55
BÖLÜM V	62
Sonuç ve Öneriler	63
KAYNAKÇA	64
Ek-1: Kişisel Bilgi Formu	71
Ek-2: Stres ve Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği Ölçeği	73
Ek-3: Yasal İzinler.....	74
ÖZGEÇMİŞ	75

SİMGELER VE KISALTMALAR

SPSS : Statical Package Social Sciences

SL : Spor Lisesi

AL : Anadolu Lisesi

SBL : Sosyal Bilimler Lisesi

ML : Meslek Lisesi

SS : Standart Sapma

VB : Ve Benzeri

X : Ortalama Değer

F : Kişi Sayısı

N : Katılımcı Sayısı

X² : Ki-Kare Skoru

P : Anlamlılık Düzeyi

Z : Z Skoru

TABLolar DİZİNİ

Tablo 1. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Frekans Ve Yüzdelerik Dağılımları	38
Tablo 2. Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Frekans Ve Yüzdelerik Dağılımları	38
Tablo 3. Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre Frekans Ve Yüzdelerik Dağılımları..	38
Tablo 4. Katılımcıların Spor Yapma Durumlarına Göre Frekans Ve Yüzdelerik Dağılımları	39
Tablo 5. Katılımcıların Spor Yapma Şekillerine Göre Frekans Ve Yüzdelerik Dağılımları	39
Tablo 6. Katılımcıların Eğitim Gördükleri Okul Türüne Göre Frekans Ve Yüzdelerik Dağılımları	39
Tablo 7. Katılımcıların Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Frekans Ve Yüzdelerik Dağılımları	40
Tablo 8. Katılımcıların Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Frekans Ve Yüzdelerik Dağılımları	40
Tablo 9. Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Frekans Ve Yüzdelerik Dağılımları	41
Tablo 10. Katılımcıların Okullarında Yeterli Spor Malzemesi Bulunması Durumuna Göre Frekans Ve Yüzdelerik Dağılımları.....	41
Tablo 11. Katılımcıların Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Frekans Ve Yüzdelerik Dağılımları	41
Tablo 12. Katılımcıların Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlara İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler.....	42
Tablo 13. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	42
Tablo 14. Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	44
Tablo 15. Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	45
Tablo 16. Katılımcıların Spor Yapma Durumlarına Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	46

Tablo 17. Katılımcıların Spor Yapma Şekillerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	48
Tablo 18. Katılımcıların Eğitim Gördükleri Okul Türlerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	49
Tablo 19. Katılımcıların Okullarında Yeterli Spor Malzemesi Bulunması Durumuna Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	50
Tablo 20. Katılımcıların Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	51
Tablo 21. Katılımcıların Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	52
Tablo 22. Katılımcıların Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	53
Tablo 23. Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	55
Tablo 24. Katılımcıların Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlara İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler.....	56
Tablo 25. Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	56
Tablo 26. Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	57
Tablo 27. Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	57
Tablo 28. Katılımcıların Spor Yapma Şekillerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	58
Tablo 29. Katılımcıların Spor Yapma Şekillerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	58
Tablo 30. Katılımcıların Eğitim Gördükleri Okul Türlerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	59

Tablo 31. Katılımcıların Okullarında Yeterli Spor Malzemesi Bulunması Durumuna Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması	60
Tablo 32. Katılımcıların Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	60
Tablo 33. Katılımcıların Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	61
Tablo 34. Katılımcıların Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması	61
Tablo 35. Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması.....	62

ŞEKİLLER DİZİNİ

Şekil 1. Araştırmanın modeli.....	35
-----------------------------------	----

BÖLÜM I

Giriş

Toplumsal bir varlık olan insan, toplumsal yaşamın bir gereği olarak diğer insanlarla ilişki halindedir. İnsanların içinde buldukları bu ilişkiler bazı zamanlarda saldırgan unsurlar içerebilmektedir. Saldırgan davranışların birey ve toplum için yol açtığı olumsuz sonuçlar neredeyse herkes tarafından bilinmektedir. Bu nedenler dolayı saldırganlığın kontrol altına alınmasıyla ilgilenen araştırmacıları, saldırgan duygu ve davranışlarla ilişkili olan değişkenleri araştırmaya yönelmektedir (Hasta ve Güler, 2013).

Ortaöğretim öğrencileri arasında şiddet ve saldırganlık içeren davranışların artması okuldaki eğitim çabalarını olumsuz yönde etkilemekle beraber, istenmeyen davranışlar arasında da ön sıralarda gelmektedir. Bu noktada öğrencilerin eğitim aldıkları ortaöğretim kurumlarının öğrencilere istenmeyen davranışlardan temizlenmiş bir çevre sunması öğrencilerde görülen saldırgan davranışların en aza indirilmesi açısından oldukça önemlidir. Bunun yanında okullarda öğrenciler arasında görülen saldırgan davranışlar sonucunda ortaya çıkan şiddetin önüne geçilebilmesi, geleceğimizin teminatı olan çocuk ve gençleri saldırganlık ve onun olumsuzluklarından uzak tutmak için, saldırganlık üzerine araştırmalar yapılmasına ve ilişkili olan faktörlerin belirlenmesine gereksinin vardır (Bayram, 2012). Bunun yanında saldırgan davranışların toplumda en aza indirilmesi için bilimsel gerçekler ışığında ve uzman görüşleri alınarak bazı tedbirlerin uygulanmaya konulmasına gereksinim vardır (Dervent ve diğerleri, 2010).

Pekince'ye (2012) göre gençlerde görülen saldırganlık davranışlarının boyutları kaygı verici düzeylere ulaşmıştır. Çünkü günümüzün gençleri, geleceğin yetişkinleri sayılacağından ülkenin daha iyi konuma gelmesi bedenen ve ruhen sağlıklı bireylerin yetişmesinden geçmektedir.

Genel olarak stres kavramı, insanların fizyolojik, psikolojik veya biyokimyasal olarak bazı durumlara karşı geliştirdikleri tepkileri ifade etmektedir. Stresin ortaya çıkması için organizmanın dengesini bozacak bazı durumların ortaya çıkması gerekir. İnsanlarda strese neden olan faktörler fizyolojik (travma yaşamak, sıcak veya soğukta bulunmak vb.), psikolojik (duygusal açıdan gerilimler yaşamak, ailevi sorunlar yaşamak, iç ve dış çatışmalar yaşamak vb.) veya sosyal içerikli (çevresel etkenler, kültürel açıdan değişiklikler vb.) olabilirler (Balcioğlu, 2005).

Ortaöğretim öğrencilerinin içinde buldukları ergenlik dönemi bilişsel, toplumsal, bedensel ve psikolojik açılardan pek çok değişimin ve gelişimin yaşandığı bir dönem olarak karşımıza çıkmaktadır. Bu dönemde özellikle ergenlik dönemindeki bireylerin karşılaştıkları stres unsurları ile başa çıkabilecek stratejiler geliştirmeleri psikolojik sağlıkları açısından oldukça önemlidir (Eryılmaz, 2009).

Beden eğitimi dersleri ve öğrencilerin katıldıkları sportif aktiviteler, fiziksel gelişimi desteklemenin yanında sağlıklı yaşam bilincine varan, sosyalleşme süreçleri hızlanan, haklarının farkında, çevresindekilere saygılı, kendine güvenen bireyler yetiştirilmesi için de oldukça önemlidir. İnsanların fiziksel ve psikolojik açıdan geliştirilmesinde etkisinin tartışılmaz olduğu bilinen beden eğitimi ve spor etkinliklerinin, eğitim kurumlarında da saldırganlık ve şiddetin önlenmesinde, azaltılmasında ya da saldırganlığın kontrol altında yansıtılmasında önemli bir rolü olduğu düşünülebilir (Yılmaz, 2013). Bunun yanında öğrencilerin ders dışı katıldıkları spor aktivitelerinin de psikolojik rahatlama ve saldırganlık üzerine olumlu etkileri olabileceği çeşitli araştırma sonuçları ile desteklenmiştir. Bu kapsamda yapılan bu çalışmada ortaöğretim öğrencilerinde spora katılımın stres ve saldırganlık üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

1.1.Problem Durumu

Günümüzde özellikle ergenlik döneminde bulunan bireylerin psikolojilerini olumsuz yönde etkileyen unsurların sayısında artış gözlenmektedir. Ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin büyük bir bölümünün sürekli stresli ve telaşlı bir yapıya sahip oldukları, geçmiş yıllara göre günümüz ortaöğretim öğrencilerinin daha fazla saldırgan davranışlar sergiledikleri yapılan çeşitli araştırmalarla tespit edilmiştir. İnsanların sergiledikleri saldırganlık davranışlarının ve algıladıkları stres düzeyinin en aza indirilmesinde spora katılımın etkili bir yöntem olduğu bilinmektedir. Ancak ortaöğretim öğrencilerinde spora katılımın stres ve saldırganlık düzeyi gibi psikolojik özellikler üzerine etkilerinin incelendiği araştırmaların özellikle ülkemizde sınırlı olduğu görülmektedir. Bu nedenle "Ortaöğretim öğrencilerinde stres ve saldırganlık düzeylerini etkileyen faktörler nelerdir?" sorusunun cevaplanması, bunun yanında spora katılımın ortaöğretim öğrencilerinde stres ve saldırganlık üzerine etkilerinin belirlenmesi zorunluluğu ortaya çıkmıştır.

1.2.Problem Cümlesi

Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin stres ve saldırganlık düzeyleri çeşitli değişkenlere göre farklılık göstermekte midir?

1.2.1.Alt Problemler

1. Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
2. Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
3. Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- 4.Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri spora katılım biçimlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
5. Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri takım veya ferdi spor yapma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
6. Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri öğrenim gördükleri okul türüne göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
7. Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri okullarında spor malzemesi bulunma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
8. Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri annelerinin eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
9. Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri babalarının eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
10. Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri aile gelir durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
11. Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri kardeş sayılarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

12. Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
13. Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
14. Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
15. Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri spora katılım biçimlerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
16. Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri takım veya ferdi spor yapma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
17. Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri öğrenim gördükleri okul türüne göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
18. Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri öğrenim gördükleri okullarda spor malzemesi bulunma durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
19. Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri annelerinin eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
20. Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri babalarının eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
21. Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri aile gelir durumuna göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
22. Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri kardeş sayılarına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.3.Araştırmanın Önemi

Günümüzde spora katılımın psiko-sosyal özellikler üzerine etkilerine etkilerinin yapıldığı birçok araştırma bulunmaktadır. Yapılan araştırmalarda spora katılımın sadece psiko-sosyal gelişim üzerine olumlu etkilerine değinilmemekle beraber, aynı zamanda spora katılımın bazı olumsuz psikolojik davranışlar üzerindeki yararları da araştırılmıştır. Ancak özellikle ülkemizde ergenlik döneminde bulunan bireylerin bazı psikolojik davranış özellikleri üzerinde spora katılımın etkilerinin ele alındığı çalışmaların sınırlı olduğu görülmüştür. Bu kapsamda

yapılan bu araştırma öncelikli olarak ilgili literatüre kaynak sağlayacağı için önemli bir çalışma olarak görülmüştür. Bunun yanında elde edilen araştırma bulguların ortaöğretim öğrencilerine, öğrenci ailelerine, okul yöneticilerine ve bu alanda çalışmalar yapacak olan diğer araştırmacılara öngörü sunacak olması da araştırmayı önemli kılmaktadır.

1.4.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, Burdur il merkezinde öğrenim gören ortaöğretim öğrencilerinin spor yapıp yapmama durumuna göre stres ve saldırganlık düzeylerini incelemektir. Araştırmayla ulaşmak istediğimiz bir diğer hedefimiz de Burdur il merkezinde öğrenim gören ortaöğretim öğrencilerinin stres ve saldırganlık düzeylerini hem spora katılım durumlarına hem de yaptıkları spor şekline göre (takım sporu, ferdi spor) değerlendirmektir.

1.5.Hipotezler

H₁: Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₂: Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₃: Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₄: Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri spora katılım biçimlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₅: Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri takım veya ferdi spor yapma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₆: Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri öğrenim gördükleri okul türüne göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₇: Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri okullarında spor malzemesi bulunma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₈: Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri annelerinin eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₉: Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri babalarının eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₁₀: Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri aile gelir durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₁₁: Ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri kardeş sayılarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₁₂: Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₁₃: Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri yaş gruplarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₁₄: Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri öğrenim gördükleri sınıf düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₁₅: Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri spora katılım biçimlerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₁₆: Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri takım veya ferdi spor yapma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₁₇: Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri öğrenim gördükleri okul türüne göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₁₈: Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri okullarında spor malzemesi bulunma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₁₉: Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri annelerinin eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₂₀: Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri babalarının eğitim düzeylerine göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₂₁: Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri aile gelir durumuna göre anlamlı farklılık göstermektedir.

H₂₂: Ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeyleri kardeş sayılarına göre anlamlı farklılık göstermektedir.

1.6.Varsayımlar

1. Yapılan araştırmaya katılan öğrenci sayısının güvenilir araştırma sonuçları elde etmeye yetecek sayıda olduğu varsayılmıştır.
2. Araştırmada kullanılan veri toplama araçlarının ortaöğretim öğrencilerinin stres ve saldırganlık düzeylerini belirleyebilecek düzeyde olduğu, bunun yanında kullanılan veri toplama araçlarının bu araştırma modeli için güvenilir ve geçerli ölçüm araçları olduğu varsayılmıştır.
3. Araştırmaya katılan öğrencilerin anket sorularına içtenlikle ve doğru bir biçimde cevap verdikleri varsayılmıştır.
4. Araştırmada kullanılan veri analiz yöntemlerinin doğru ve güvenilir sonuçlar verdiği, bunun yanında araştırma hipotezlerini test edebilecek doğru analiz yöntemleri olduğu varsayılmıştır.

1.7.Sınırlılıklar

1. Yapılan bu araştırma Burdur il merkezinde bulunan Burdur Spor Lisesi, Burdur USO Anadolu Lisesi, Burdur Mehmet UZAL Sosyal Bilimler ve Burdur Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesinde öğrenim görmekte olan 365 öğrenci ile sınırlandırılmıştır.
2. Yapılan bu araştırma veri toplama araçlarından elde edilen verilerin istatistiksel analizleri sonucunda ortaya çıkan araştırma bulguları ile sınırlandırılmıştır.

BÖLÜM II

Kavramsal Çerçeve ve İlgili Araştırmalar

2.1. Spor Kavramı

Spor sözcüğü "Latince olup OF: Delport ve ME Disport" sözcüklerinin kısaltılmış şeklidir. Oyun, oyalama, işten uzaklaşma anlamlarını taşımaktadır (Kurtiç, 2006). İngiltere'de "Sport" kavramı, dinlenme, eğlenme, hoş vakit geçirmek için yapılan bütün faaliyetler için kullanılmakta iken, zaman içerisinde tüm dillerde yarışma, kazanma ve üstün gelme çabası için yapılan vücut faaliyetleri için kullanılmaya başlanmıştır (Karayılmaz, 2006). Günümüzde de spor toplumsal açıdan büyük bir kesime hitap eden ve ekonomik boyutu oldukça yüksek bir sektör halini almıştır (Özen ve diğerleri, 2013).

Kavramsal açıdan ele alındığı zaman spor, bireyin organik, psikolojik sağlığını geliştiren, sosyal davranışlarını düzenleyen, zihinsel ve motorsal açıdan belirli bir düzeye getiren biyolojik, pedagojik ve sosyal bir olgudur (Ölmez, 2010). Kurtiç'e (2006) göre spor, "insanların ilgili oldukları bir alanda fiziksel, zihinsel ve duygusal kapasitelerini kullanarak yaptıkları eğitici, öğretici, yarıştıran ve eğlendiren faaliyetler" bütünüdür.

Sporun en temel tarifi harekettir. Spor amaçlı hareketler sadece bireysel olarak değil, aynı zamanda grup halinde yapıldığı için sosyal bir yapıya sahiptir (Aytan, 2010). Sporun birçok alanla iç içe olmakla beraber, sporun özellikle toplumsal, ekonomik, politik ve kültürel olmak üzere pek çok kavram ile anıldığı bilinmektedir. Gelecekte toplumda sorumluluk yüklenecek yetişkinlerin iyi alışkanlıklar edinmesinde, kişiler arası iyi ilişkilerin kurulmasında ve devam ettirilmesinde çocukluktan başlayan spor yaşamı büyük öneme sahiptir (Yazarer ve diğerleri, 2004).

Ceyhan'a (2008) göre spor, vücudun yapısal ve fonksiyonel özelliklerinin geliştirilebilmesi, eklem, kasların kontrollü ve dengeli bir biçimde gelişmesini sağlayan, fizik gücü en ekonomik tarzda kullanmayı, dolayısıyla organların kontrolünü, düzenli bir şekilde hareket etmeyi öğreten etkinlikler bütünüdür. Ayrıca sportif aktiviteler insanların sosyal ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik, bulunduğu yasin ve genetik kapasitesinin gerektirdiği güce ulaştırılması için rekabet olmaksızın uygulanan bir bilim dalıdır.

2.1.1.Sporun Sağlığa Yararları

Spor etkinlikleri insanların m¼cadele etmek, yarışmak ve eğlenceli vakit geçirmek, sağlıklı yaşama kavuşabilmek için belirli kurallar çerçevesinde maksatlı ve bilinçli hareketlerin b¼t¼n¼n¼ kapsamaktadır (Ramazanoğlu ve diğerleri, 2005). Sporun yapısı gereği bazı fonksiyonları bulunmaktadır. Bunların başında her kesimden her insanın spor yapmasını sağlayarak “sağlıklı, mutlu, çalışkan, moral değerleri yüksek, dinamik ve çağdaş bir toplum yaratmak ve topluma karşı görev ve sorumluluklarını bilen, ahlaklı, erdemli ve fazilet örneği nesiller yetiştirmek ve toplumun her kesimini dinamik, zinde, yüksek moralli ve mutlu tutma” gelmektedir (K¼çük, 2012). Bunun yanında spora katılımın bazı fiziksel, sosyal, fizyolojik ve psikolojik yararları bulunmaktadır. Sporun söz konusu yararlarına ilişkin bilgilere aşağıda değinilmiştir.

2.1.1.1.Sporun Fiziksel Yararları

İnsanların spor aktivitelerine katılmaları fiziksel açıdan kas ve eklem yapılarının gelişmesine katkı sağlamaktadır. Okullarda uygulanan beden eğitimi dersleri de öğrencilerin eğitim ortamında fiziksel özelliklerinin gelişmesine katkı sağlamaktadır. Çünkü uygulanan fiziksel hareketlerde eklem ve kaslar aktif rol oynarken kemikler pasif rol oynamaktadır. Dolayısıyla düzenli olarak yapılan spor etkinlikleri fiziksel gelişimi desteklemekte olup, spor yapan ve yapmayan bireyler arasındaki fiziksel gelişim ve v¼cut yapısı farklılıkları kolay ayırt edilebilmektedir (Açak, 2006; Slentz ve diğerleri, 2004; Gutin ve diğerleri, 2002).

2.1.1.2.Sporun Sosyal Yararları

Sporun sosyal faydalarının bulunmasının temelinde spor etkinliklerinin sosyal gelişim ve değişime katkı sağlayan bir olgu olması yatmaktadır. Diğer taraftan sportif etkinlikler büyük önem verilen birçok sosyal değerin ortaya çıkmasına ve sürekli hale gelmesine yardımcı olmaktadır. Sporun psiko-sosyal faydalarının bulunmasının temelinde insanların spor ortamında kendilerini ifade edecekleri bir alanın bulunması yatmaktadır (K¼çük ve Koç, 2004). Bunun yanında sporun kendine özg¼ toplumsal kuralları, değerleri, etkileşim simgeleri ve süreçlerinin bulunmasının da (Karayılmaz, 2006) sporun sosyal faydalarının bulunmasına katkı sağladığı düşün¼lebilir.

Bulgu'ya (2013) göre, sosyalleşme süreçlerinde spora katılımın sağladığı temel faydaların başında, arkadaş edinme, saygınlık kazanma, grup üyeliğini ve dayanışmayı öğrenme, kurallara saygılı olmayı öğrenme, kendine güven kazanma, mücadele etmeyi öğrenme, düzen ve disiplin edinme, sağlıklı bedene sahip olma ve bedenini tanıma, saldırganlık duygusunda azalma ve rakibe saygılı olmayı öğrenme davranışlarındaki gelişim gelmektedir.

Duman ve Kuru'ya (2010) göre, insanların sosyal ve bireysel karakter gelişimi üzerinde spora katılımın birçok olumlu etkisi bulunmaktadır. Bundan dolayı özellikle gelişmiş ülkelerde spora büyük önem verilmekte ve erken yaşlardan başlayarak çocuklara spor ve beden eğitimi programları uygulanmaktadır.

Şahan'a (2008) göre, spor faaliyetleri insanların bir arada ortak bir biçimde etkinlik yapmalarına olanak sağlamaktadır. İnsanlar böylece rekabetçi bir yapı, çalışma disiplini, cesaret ve mücadele azmi kazanırlar. Birlikte çalışma neticesinde insanların sosyal sorumluluk duyguları da gelişir. Sosyal sorumluluk duygusunun gelişmesi sonucu toplumda sosyalleşme süreci tamamlanmış ve sağlanmış olur.

Spor etkinliklerine katılan bireyler diğer insanlar ile sosyal ilişkiye girmektedir. Bu noktada spor etkinlikleri bireyi kendi dar dünyasından kurtararak diğer kişilerden, inançlardan, düşüncelerden ve insanlardan etkilenmesini ve onları etkilemesini sağlamaktadır. Sportif faaliyetlere katılım yeni dostlukların kurulmasına, bu dostlukların pekiştirilmesine ve sosyal kaynaşmaya destek olmaktadır. Spor müsabakalarında da sporcular, seyirciler ve kitleler arasında kaynaşma meydana gelmektedir. Bu unsurlarda sporun sosyal amaçlar taşıdığını göstermektedir (Aksoy ve diğerleri, 2012). Bu nedenle sporda psiko-sosyal alanlarla ilgili çalışmaların artırılması ve bu konudaki bilincin geliştirilmesine ihtiyaç vardır (Özdevecioğlu ve Yalçın, 2010).

2.1.1.3. Sporun Psikolojik Yararları

Spor yapmak sadece fiziksel görünüm üzerinde değil, aynı zamanda psikolojik sağlamlığın korunması için de önemlidir (Yazarer ve diğerleri, 2004). Çünkü spora katılım insanların sadece fiziksel ve sosyal yönden değil, aynı zamanda psikolojik açıdan da gelişmelerine katkı sağlamaktadır (Salar ve diğerleri, 2012). Bunun yanında spor ile bireyler başkalarına ve oyun kurallarına saygıyı göstermeyi öğrenir, başarı ve başarısızlığı kabullenmeyi öğretir, hoşgörü ve işbirliği gibi dayanışma duygularını geliştirir. Psikolojik anlamda spor heyecan, sevinç, üzüntü gibi duygular yaşatarak bireylerin kendine güven duygularının gelişmesine katkı sağlamaktadır. Bunun yanında spor etkinliklerine katılım bireylerde dikkat etme,

düşünceyi bir noktada toplama, problem çözme, üretken olma, hayal gücünü kullanma, kurallara uyma ve pratik zekâyı kullanma gibi özellikleri geliştirmektedir (Şahan, 2007a).

Şenyüzlü'ye (2013) göre spor, insanların yaşamlarını sağlıklı bir biçimde sürdürebilmesi için gerekli olan en önemli unsurlardan biridir. Spora katılımın fiziksel sağlığa olan katkıları kadar, ruhsal anlamda da birçok olumlu katkısı bulunmaktadır. Literatürde yer alan araştırmalarda düzenli sporun kişileri iyi bir fiziksel görünümün yanında, kalp ve damar rahatsızlıkları başta olmak üzere birçok fiziksel rahatsızlıktan da uzak tuttuğunu göstermiştir. Bunun yanında sporun insan vücudunda biriken negatif enerjiyi atmasında ve bu negatif enerjinin yaratabileceği stres, öfke, saldırganlık, şiddet gibi davranış şekillerinin önlenmesinde de etkili olduğu belirtilmektedir. Literatürde yer alan çeşitli araştırmalarda da spora katılımın psikolojik sağlığı koruduğu ve geliştirdiği tespit edilmiştir (Peluso ve Andrade, 2005; Hassme'n ve diğerleri, 2000).

Salar ve diğerleri (2012) tarafından yapılan araştırmada, takım sporlarına katılan bireyler ile ferdi spor dalları ile ilgilenen bireylerin genel olarak sağlam bir psikolojik yapıya sahip oldukları, sporcuların kendilerine güven duyma düzeylerinin yüksek olduğu ve genel stres düzeylerinin düşük olduğu tespit edilmiştir.

Kırımoğlu ve diğerleri'ne (2008) göre, insanlar arasında sık görülen psikolojik sorunlardan birisi saldırganlıktır. Saldırganlığın ister fiziksel isterse de psikolojik olarak uygulanıyor olması ve bunun sonucunda karşıdaki insana zarar vermesi tasvip edilemez bir durumdur. Bu söz konusu olumsuz davranış biçiminin her bireyde az ya da çok var olduğunu da bilinmektedir. Ancak saldırganlık gibi olumsuz bir davranış biçiminin ortadan kaldırılması ya da daha az bir seviyeye indirgenmesinde beden eğitimi ve sporun önemli olduğunu ve özellikle sosyal gelişimin en yoğun şekilde yaşandığı ergenlik döneminde önleme çalışmalarıyla desteklenmesi gerektiğin söylenebilir. İnan ve diğerleri (2014) tarafından yapılan araştırmada da özellikle küçük yaşlardaki çocuklara uygulanan oyunla eğitim çalışmalarının fiziksel saldırganlık düzeyini azalttığı tespit edilmiştir.

2.2.Saldırganlık Kavramı

Latince "ad" (doğru) ve "gradi" (adım) sözcüklerinden meydana gelmiştir. İngilizcede 'agression ' olarak ifade edilen saldırganlık kavramı sözcük anlamı olarak ileriye doğru hareket etme anlamına gelmektedir (Karayılmaz, 2006). Saldırganlık ister iki kişi arasındaki sözlü tartışmalar, ister ülkeler arasındaki büyük savaşlar olsun insanlık tarihi kadar eski bir olgudur (Tuzgöl, 2000).

Kelime anlamı olarak saldırganlık "Kötülük ya da yıpratma amacıyla bir kimseye karşı doğrudan doğruya silahlı ya da silahsız bir eylemde bulunma, bireyin kendi düşünce ve davranışlarını dıştaki direnmelere karşın, zorla karşısındakine benimsetme çabası" olarak tanımlanabilir (Kaya, 2010).

Literatürde saldırganlık ile ilgili birçok tanım yapılmış olmakla beraber (Kabak, 2009; Şahan, 2007b), bu tanımlardan bazılarını şu şekilde sıralamak mümkündür;

Bayram'a (2012) göre saldırganlık, insanın karşısındaki bireye karşı üstün gelmek, onu yönetmek, bir işi bozmak, boşa çıkarmak için düşmanca, incitici, hırpalayıcı, acı/ağrı verici davranış biçimidir.

Abay ve Tuğlu'ya (2000) göre saldırganlık, "bedensel ve ruhsal açıdan başkalarına zarar vermek amacıyla yapılan kızgınlık, öfke ve nefret dolu yıkıcı davranışlar" şeklinde tanımlanmıştır.

Çolakoğlu ve Solak'a (2014) göre saldırganlık, bir veya birkaç canlının bir veya birden fazla canlıya fiziksel açıdan ve psikolojik açıdan zarar verme eylemidir. Saldırganlık sonucunda saldırıya uğramış kişi veya canlı da fiziksel ve ruhsal tahribat meydana gelir.

Dervent'e (2007) göre saldırganlık, kişinin bilinçli ve kasıtlı şekilde, sosyal çevresine zarar vermek, onları kontrol etmek, üzerlerinde egemenlik kurmak gibi fiziksel ve duygusal hedefler içeren, düzenlenmiş, sürekliliği olan eğilim şeklinde tanımlanmıştır.

Şenyüzlü'ye (2013) göre saldırganlık, kişinin karşısında bulunan başka bir kişiye zarar vermek amacı ile bazı davranışlarda bulunmasıdır.

Uğur'a (2005) göre stres, insanların hem iç hem de dış dünyaları tarafından tehdit edilip kafa tutma durumları ile karşılaştıkları zaman üretmiş oldukları psikolojik, fizyolojik ve davranışsal reaksiyonları ifade etmektedir.

Genel olarak saldırganlık bir canlının diğer bir varlığa zarar vermesi şeklinde açıklanabilir. En temel saldırgan davranışlar bir eşyayı fırlatıp atmaktan tutun da bir insanı yaralamak, kendi bedenine zarar vermek, bir kişiyi tehdit etmek, birini toplum önünde küçük düşürmek, bir başkasına küfür etmeye ya da onu yok saymaya kadar uzanan geniş bir yelpazeyi içerisine almaktadır (Çolakoğlu ve Solak, 2014).

Yukarıda yapılan tanımlardan da anlaşılacağı gibi saldırganlık insanlara zarar verici ve toplum tarafından hoş karşılanmayan bir davranış biçimidir (Şahan, 2007b). Buna karşılık saldırganlık, insan yaşamının her alanında sıklıkla karşılaşılan, sokak, okul, aile içinde ve son yıllarda spor yarışmalarında biraz daha sık görülmeye başlayan önemli bir sorundur.

Saldırganlık, bazı olumsuz sonuçlar doğurduğu için bilim dünyası tarafından nedenleri ve önleme çalışmaları sürekli araştırılan bir konu haline gelmiştir. Çünkü saldırganlık ve şiddet içeren olaylardaki artışın saldırganlığın okullara sıçraması, okul çağı çocuk ve gençleri de içine alır şekilde yaygınlaşması saldırganlığın önlenmesi için ciddi ve kalıcı çözümler üretilmesi zorunluluğunu ortaya çıkarmaktadır (Yılmaz, 2013).

Saldırganlık, bazen şiddet kavramı ile eş anlamlı olarak kullanılmaktadır. Ancak iki kavram arasında bazı farklılıklar bulunmaktadır. Şiddet kavramı genellikle fiziksel saldırganlıkla sınırlı olarak kullanılmaktadır. Saldırganlık ise şiddet içermeyen bazı yollarla da (Jestler, mimikler, eleştiriler, ironi, fanteziler, vb.) anlaşılabilir (Şahan, 2007b). Hangi biçimde olsun saldırganlık insanın toplumsal açıdan uyumsuz bir birey olduğunu göstermektedir (Erşan ve diğerleri, 2009).

Yapılan araştırma sonuçlarına göre bireyin toplumsal yaşamda kendini yalnız hissetmesi, kendini ifade etmede güçlük çekmesi, var olan kurallara ve yasalara karşı saldırgan davranışlar sergilemesi sosyal sorumluluk duygusundan yoksun olması gibi davranış bozukluklarının bireyin sosyalleşme sorunları göstermesinden, diğer bir ifade ile bireyin sosyalleşememesinden kaynaklandığını ortaya koymaktadır (Şahan, 2008).

Saldırganlığın nedenlerinin incelendiği çalışmalarda bazı kuramcılar beynin merkezi sinir sisteminin ve endokrin sisteminin saldırganlığa yol açtığını öne sürmüşlerdir. Saldırganlıkla ilgili amigdalalar organizmada duygu kontrolünü sağlayan beyin alanları olup, limbik sistemin bir parçasıdır. Saldırgan davranışlar sergileyen hayvanların amigdalaları çıkarıldığında hayvanların önceki halinin karşıtı bir durumun, sakinlik halinin ortaya çıktığı gözlenmiştir. Yine beynin bu gölgesinde oluşmuş olan bazı tümörlerin aşırı saldırganlığa yol açtığı belirtilmektedir. Geçmiş yıllarda saldırgan davranışların nedenleri ele alınırken genellikle çevresel değişkenler üzerinde durulmakla beraber, gelişimsel ve sonradan meydana gelen beyin hasarları üzerinde durulmamıştır. Son yirmi yıllık süre içerisinde yapılan araştırmalarda ise nöropsikiyatrik ve nörolojik sorunların saldırgan bireylerde, saldırgan olmayanlara oranla daha yaygın olduğu ileri sürülmektedir (Yılmaz, 2013).

2.2.1. Saldırganlık Türleri

Literatürde saldırganlığa ilişkin çeşitli yorumlarda bulunulmuş ve saldırganlığın anlamı ve saldırganlık türlerini belirlemeye çalışılmıştır (Pekince, 2012; Yılmaz, 2013; Bayram, 2012; Solak, 2011; Dervent, 2007; Şenyüzlü, 2013). Çünkü saldırgan sadece bir faktöre bağlı

olarak ortaya çıkmayan, genellikle birden fazla psikolojik algı ve sosyal problem neticesinde ortaya çıkan bir olgudur (Yıldız, 2009).

2.2.1.1. Amaç Yönelimli Saldırganlık

Amaç yönelimli saldırganlık davranışında temel amaç kişiye zarar vermek değildir (Kabak, 2009). Basketbolda oyuncuların sayı yapacak rakiplerinin eline vurmak, su topunda gol atmayı amaçlayan rakibini suyun içine çekme veya karatede rakibine üstünlük sağlamak için tekme atma davranışları düşmanlık niyeti içermeyen, amaç yönelimli saldırganlıklardır. Amaç yönelimli saldırganlıklar genellikle, daha iyi bir derece elde etmek, rakibini yenmek, rekor kırmak, madalya kazanmak amacıyla ya da yüksek bir ödül veya primin kaybedilme riskinin arttığı durumlarda ortaya çıkmaktadır (Dervent, 2007).

2.2.1.2. Düşmanca (Antisosyal) Saldırganlık

Saldırganlık davranışları her zaman bir hedefe yönelik olmayıp, bazen düşmanca da gerçekleşebilir. Hedefe yönelik ortaya çıkan saldırganlıkta amaç saldırganlık göstererek hedefe ulaşmaktır. Ancak düşmanca saldırganlıkta temel amaç, başka bir kişiye acı çektirmektir (Sayar ve Bağlan, 2010). Düşmanca saldırganlık davranışı genellikle kişinin aşağılandığı veya kasıtlı bir biçimde tahrik edildiği durumlarda ortaya çıkmaktadır (Abay ve Tuğlu, 2000).

2.2.1.3. Sosyal Rol Olarak Saldırganlık

Sosyal rol olarak değerlendirilen saldırganlık davranışları genellikle gözlem ve taklit yolu ile kendini göstermekte olup, çocuklarda sıklıkla karşılaşılan bir saldırganlık türüdür. Sporcular ise kendilerine örnek aldıkları, özdeşleştikleri popüler sporcunun davranışlarını gözleme ve taklit etme yoluna gidebilirler. Popüler bir sporcunun saldırgan davranışlar sergilediğini izleyen çocuk ve genç sporcular, başarıyı yakalamak ve popüler olmak için saldırgan davranışlarda bulunmak gerektiği kanısına vararak saldırgan davranışlar gösterebilirler (Dervent, 2007). Bu nedenle sosyal rol olarak saldırganlık eğiliminin çocuk ve genç

sporcularda daha az görülmesi için profesyonel sporcuların çocuk ve gençlere iyi birer rol model olmaları gerekmektedir.

2.2.1.4. Diğer Saldırganlık Türleri

Yıkıcı saldırganlık: İnsanların sahip oldukları beklentilerini gerçekleştiremediği zamanlarda hayal kırıklığı, üzünlük, korku gibi karmaşık duygular içerisinde girebilirler. Ortaya çıkan söz konusu duygu yoğunluğu içindeki kişi, toplumun kabul etmeyeceği saldırgan bir tutum sergileyebilir. Bunun sonucunda ortaya çıkan yıkıcı saldırganlıkta genellikle kişi kendine zarar verdiği inandığı kaynağa zarar verme yoluna gider (Bostan ve Kılıçgil, 2008).

Tepkisel saldırganlık: Bu saldırganlık türü ya doğrudan bizi üzen kişiye karşı ya da öfkemizin nedenini oluşturan olaylara karşı ortaya koyulan bir saldırganlık çeşididir. Tepkisel saldırganlıkta kişi bazen kendisine karşı da saldırganlık gösterebilir (Bostan ve Kılıçgil, 2008).

Edilgen saldırganlık: Edilgen saldırganlıktaki temel amaç bir insanın karşısındaki kişinin öfkelerini ve kızgınlığını kazanmadan, saldırganlık duygusunun tatmin edilmesidir. Burada, karşısındakini soyut olarak değil, ancak somut olarak incitme veya yaralama arzusu baskın çıkmaktadır (Bostan ve Kılıçgil, 2008).

2.2.3. Saldırganlığın Nedenleri

Saldırganlığa neden olan faktörler tek başına etkili olabileceği gibi bir veya birkaç faktör aynı anda birleşerek saldırgan davranışın ortaya çıkmasına neden olabilmektedir. Ayrıca insan yaşamında bazı durumlarda saldırganlığa neden olan unsurlar ilerleyen dönemlerde saldırganlığın ortadan kalkmasına da katkı sağlayabilmektedir (Bayram, 2012).

2.2.3.1. Aile

Aile faktörü çocukların ve gençlerin saldırgan davranışları üzerinde önemli bir belirleyicidir. Çocukluk döneminde ortaya çıkan saldırganlık davranışlarının temelinde anne-babanın aşırıcı koruyucu veya reddedici, aşırı ilgisiz ya da ilgili davranması ile fiziksel ya da sözel şiddet uygulaması gibi faktörler yatmaktadır. Bu nedenle çocuklarda saldırgan davranışın ortaya çıkmasında anne babanın hatalı davranmasının etkili olduğu söylenebilir (Bayram, 2012). Çocuklar üzerinde yapılan çeşitli araştırmalarda da aile tutumunun ve anne-baba yaklaşımının çocukların saldırganlık düzeyleri üzerinde belirleyici bir rol oynadığı tespit edilmiştir (Sezer ve diğerleri, 2013). Ayrıca çocuklarda küçük yaşlarda başlayan saldırgan davranışların ilerleyen yıllarda artarak devam edebileceği belirtilmiştir (Erşan ve diğerleri, 2009).

2.2.3.2. Kitle İletişim Araçları

Çocuklarda özellikle televizyonlarda gördükleri karakterleri taklit etmeye çalışmak bazen saldırgan davranışlar sergilemelerine neden olabilir. Çünkü çocukların televizyonlarda gördükleri şiddet içerikli eylemlere özenme ve söz konusu eylemleri taklit etme gibi davranışlar içerisinde girdikleri bilinmektedir. Bunun yanında çocukların yaşadıkları çevre içerisinde şiddet ve saldırganlık davranışının özendirildiği durumlar varsa kişinin de saldırgan davranışlar sergilemesi muhtemel bir sonuçtur (Yılmaz, 2013). Bayram'a (2012) göre televizyon programları en sakin toplumlarda bile insanlarda hınç artımı, nefret ve şiddetin körüklenmesi ve dengesiz davranışlar sergilenmesine neden olabilmektedir. Bunun yanında kitle iletişim araçlarının ortaya koydukları şiddet yönelimli görüntüler insanların yaşadığı toplumun özelliklerine göre insanlarda saldırganlık eğilimlerini farklı oranlarda ortaya çıkarmaktadır. Kaya (2010) tarafından yapılan araştırmada, kitle iletişim araçlarının saldırganlık davranışlarının arttırmasının temelinde, saldırganlığı normal bir olguymuş gibi göstermelerinin yattığı belirtilmiştir.

2.2.3.3. Zararlı Madde Kullanımı

Saldırganlığa neden olan ve insan bilincine zarar veren maddelerden birisi alkoldür. Alınan alkolün etkilerinin miktarına bağlı olarak değiştiği, az miktarda alınan alkolün saldırganlığı ortadan kaldırebildiği, buna karşılık fazla miktarda alınan alkolün davranış hâkimiyetini ortadan kaldırarak saldırganlığı artırabildiği bilinmektedir. Alkol alımına bağlı olarak ortaya çıkan saldırganlığın temelinde alkol alınmadan önceki engellenme durumu veya ruh hali yatmaktadır (Bayram, 2012).

2.2.3.4. Engellenme

İnsanların engellenmeye yönelik olarak sergiledikleri tepkiler, kişilik yapısı ve geçmiş deneyimlerinden etkilenmektedir. İnsanların yaşadıkları farklı öğrenme deneyimleri, benzer engellenme durumlarında, farklı saldırganlık eğilimlerine yol açabilir. İçinde bulunulan durum, geçmişte gösterilen tepkiler, bu tepkilerin neden olduğu sonuçların geliştirdiği alışkanlıklar, engellenmeye karşı benimsenen tutum ve engellenmenin birbirinden farklı tepkiler doğurması engellenme ile saldırganlık arasında basit bir bağ kurulmasını zorlaştırır (Derwent, 2007). Saldırganlığa neden olan engellenme genellikle bir amaca, ödüle veya hedefe ulaşmaya çalışırken kişinin söz konusu hedef veya ödüllere ulaşmasının engellenmesi şeklinde ortaya çıkmaktadır. Örneğin; futbolda savunma oyuncusunu geçemeyen hücum oyuncusunun savunma oyuncusuna tekme atması engellenme sonucu ortaya çıkan bir saldırganlıktır. Engellenme-saldırganlık kuramına göre, kişinin engellenmesi daima saldırganlık ile sonuçlanmakta, diğer bir ifade ile her saldırganlığın altında bir engellenme durumu yatmaktadır (Tiryaki, 2000).

2.2.3.5. Zorbalık

Zorbalık tüm dünyada olduğu gibi ülkemizde de sıklıkla karşılaşılan bir davranış bozukluğudur (Karataş ve Öztürk, 2009). Saldırganlık genellikle başka bir kişiye sözlü veya fiziksel olarak zarar verme eylemini içerirken (Kesen ve diğerleri, 2007), zorbalık bir insanın başka bir insana acı çektirmesini amaçlamayan saldırganlığın farklı bir formu olup, zorba davranışlara uğrayan mağdurlar fiziksel veya psikolojik olarak acı çekmektedir (Bayram, 2012). Ancak düzenli olarak tekrarlayan zorbalık davranışı saldırganlığın bir alt boyutunu

oluşturmaktadır (Karataş ve Öztürk, 2009). Özellikle çocukluk ve gençlik yıllarında sıklıkla görülen zorbalığın temelinde aile (anne-baba) veya akran ilişkilerinin yattığı belirtilmektedir (Totan ve Yöndem, 2007). Çocuklarda ve gençlerde özellikle okullarda zorbalık davranışları sıklıkla görülmektedir (Karataş ve Öztürk, 2009).

2.2.3.6. İnsanlar Arası İletişimsizlik

Toplumsal yaşam düzeni içerisinde insan ilişkilerinde iletişim becerisi gelişmiş insanlar karşılarında bulunan insanları doğru bir şekilde anlamaktadırlar. Buna karşılık iletişim becerileri zayıf insanlar hem kendi düşüncelerini karşı taraftaki insana anlatamamakta, hem de karşısındaki insanı doğru bir şekilde anlayamamaktadırlar. İnsanlar arasında görülen bu iletişim bozuklukları sonucunda ise bireylerin saldırgan davranışta bulunma eğilimleri artmaktadır. Bu nedenle insanlar arası ilişkilerde öncelikli olarak empati becerisinin geliştirilmesinin ve karşıdaki insanın da düşüncelerinin anlaşılabilmesinin saldırganlık davranışlarını azaltabileceği belirtilmektedir (Solak, 2011). Literatürde yer alan çeşitli araştırma sonuçları da bu düşünceleri desteklemektedir (Çolakoğlu ve Solak, 2014).

2.2.3.7. Cinsiyet

Erkeklerin doğal ve yaratılıştan gelen saldırganlık özelliği iki cins arasındaki en belirgin davranış özelliklerinden birisidir. Erkeklerin saldırganlıklarının temelinde testesteron hormonunun yattığı, diğer taraftan dişilik hormonu östrojenin testesteronun bu etkisini nötralize ettiği bilinmektedir. Erkeklerde testesteron hormonunun fazlalığına bağlı olarak saldırganlık düzeyi artmakta, buna karşılık kadınlarda bu etki görülmemektedir. Bu durumun temelinde, erkek beyninin testosterona duyarlı biçimde programlanmış olmasının yattığı belirtilmektedir. Sözlü olarak yapılan saldırganlık davranışlarında iki cinsiyet arasında belirgin bir fark olmaması ise kadınların sözel konularda daha yetenekli olmalarından kaynaklanmaktadır. Kadın ve erkekler arasındaki duyuş, düşünüş ve davranış farklılıklarına sosyal açıklamalar da getirilmiştir. Örneğin sosyalleşme açısından erkekler, kızlara oranla saldırgan olma yönünde daha çok baskı görmektedirler. Anne ve babaların çocuğa verdiği önem, çocuğun saldırgan davranışların sergilendiği farklı ortamlarda bulunma süreleri önemlidir. Cinsiyet rollerindeki farklılığa bağlı olarak, erkekler ve kızlar nasıl davranmaları gerektiğini farklı şekilde gözlemleyip algılamaktadırlar (Derwent, 2007). Literatürde yer alan çeşitli araştırmalarda da cinsiyetin saldırganlık üzerinde etkili bir unsur olduğu bulunmuştur (Tuzgöl, 2000; Kırımoğlu ve diğerleri, 2008; Hasta ve Güler, 2013). Cinsiyete göre

saldırganlık farklılıklarının ortaya çıkması çocukluk dönemine kadar dayanmaktadır. Özellikle toplumun çocuk yetiştirme tarzı erkek çocukların kız çocuklara kıyasla daha fazla saldırgan olmalarına neden olabilmektedir. En basit örnekle açıklanırsa, erkek çocukların şiddet içerikli oyunlar veya oyuncaklar oynamaları genellikle toplum tarafından doğal karşılanmaktadır (Kaya, 2010).

2.2.3.8. Baskı

Saldırganlığın en temel nedenlerinden biri olarak görülen baskı, bir kişinin ya da grubun karşısındakileri sindirme amacı gütmektedir (Kabak, 2009). İnsanların baskı altında ortaya koydukları saldırgan davranışlar baskının boyutuna ve insanda oluşturduğu psikolojik yüke göre farklılık gösterebilir. Örneğin; üzerinde geçim sıkıntısı ve maddi baskı olan bir kişinin ortaya koyacağı saldırganlık davranışı ile, antrenörünün baskısına bağlı olarak maçı kazanmak isteyen sporcuların karşılaşmada sergiledikleri saldırganlık birbirinden farklı olacaktır.

2.2.3.9. Kişilik Özellikleri

İnsanlar toplumsal bir varlık oldukları için yaşadıkları toplumsal çevrelerde kabul görmek isterler. Ayrıca toplum tarafından dışlanmamak için toplumsal kurallara uyarak yaşamaya çalışırlar. Toplumsal değer yargılarına göre yaşam bazen saldırganlığı önleyebilirken, bazı durumlarda da insanların saldırganlık düzeylerini arttırmaktadır. Bu nedenle insanlar toplumsal yaşamın gereklerini de göz önünde bulundurarak saldırgan davranışlar sergilerler. Ancak bireyler her zaman toplum kurallarına bağlı yaşayamazlar. Bu nedenle bazen toplumun onaylamadığı saldırganlık davranışlarını da sergileyebilirler. Bu tür saldırgan davranışların temelinde insanların sahip oldukları kişilik özellikleri yatmaktadır (Kaya, 2010).

2.2.3.10. Çevresel Faktörler

Saldırganlığın oluşmasında birçok unsur rol oynadığı gibi, çevresel unsurlar saldırganlık oluşumunda oldukça büyük bir etkiye sahiptir. Özellikle sosyal çevre saldırganlık oluşumunu tetikleyecek birçok unsuru içerisinde barındırmaktadır (Yalçın ve Erdoğan, 2013). İnsanların etrafında gördükleri tüm unsurlar çevreyi oluşturmaktadır. İnsanlar çevrenin bir parçası oldukları için yaşadıkları çevreden etkilenmemeleri mümkün değildir. Bu nedenle insanlar

mutlu olmak için, yaşamlarını devam ettirebilmek için çevrenin kendilerine verdiği görevleri yerine getirmek zorundadırlar. İnsanlar çevrelerine yönelik uyumlarını kaybettiklerinde saldırgan davranışlar sergileyebilirler. İnsanları etkileyen ve saldırgan olmalarına neden olan en önemli çevresel unsurların başında yaptığı ise konsantre olamama, ağrı rahatsızlık, kızgınlık, can sıkıntısı, ne yaptığını bilememe, kendisini kaybetme gibi unsurlar yatmaktadır (Kaya, 2010). Çocukluk ve gençlik döneminde yaşanan çevre saldırganlık üzerinde oldukça etkili olabilmektedir. Özellikle sosyal destekten yoksun ve yurt ortamında yetişen çocuklarda saldırgan davranışlara sık rastlanmaktadır (Kesen ve diğerleri, 2007).

2.3. Stres Kavramı

Stres kavramı, özellikle fiziksel ve psikolojik sağlığı korumaya yönelik alanlarda sıklıkla ele alınan bir konu olmakla beraber, ekonomi, siyasal bilimler, işletme ve eğitim gibi pek çok alanda da kullanılmaktadır. Günümüzde yazılı ve görsel medyada stresin tanımına, yönetimine ve azaltılmasına ilişkin haberleri ve bilgileri sıklıkla görmek mümkündür. Bunun yanında stres kavramı, günlük yaşamın içerisinde hemen hemen herkes tarafından kullanılmakta olup konuşma dilinin içerisinde de yer almaktadır (Eryılmaz, 2009).

Kökeni Latince'deki "estricia" sözcüğünden gelen stres kavramı (Güçlü, 2001; Balcioğlu, 2005), günümüz toplumunun her kesimini etkileyen ve insan yaşamının ayrılmaz bir parçası haline gelmiş olgudur. İnsan yaşamında stresin yerini, stresin nedenlerini ve stresi çeşitlerini iyi anlayabilmek için öncelikli olarak stresin kavramsal anlamına değinmek gerekmektedir. literatürde stresin tanımının çeşitli biçimlerde yapıldığı görülmektedir. Söz konusu stres tanımlarından bazılarını şu şekilde sıralamak mümkündür;

Stres; kişi ve çevre etkileşimi sonucunda oluşan, motive edilmiş duyguların tehlike karşısında harekete geçtiği, genellikle fırsat bulma ve kısıtlama gibi isteklerle ortaya çıkan ruhsal bir olgudur. Bunun yanında stres organizmanın tamamını etkileyen ve genellikle normal şartlarda kontrol edilemeyen bir olgudur (Soysal, 2009).

Stres; kişinin kendi yapısından ya da çevresinden kaynaklanan ruhsal ve bedensel gerilim, baskı, endişe, kısaca kişiye rahatsızlık veren bir olgudur (Aytaç, 2009).

Stres; insanların çeşitli fiziksel veya psikolojik uyarıcılar karşısında gerekli uyumu sağlamak için fiziksel ve ruhsal olarak harekete geçmesi, tepki göstermesi durumudur (Özkaya ve diğerleri, 2008).

Stres zararlı bir uyarana karşı oluşturulan tepki veya zararlı uyarana ile organizma arasında etkileşim şeklinde de tanımlanmaktadır. Bunun yanında stres tanımı farklı bilim dallarında

farklı biçimlerde de yapılmaktadır. Biyokimyacılar, fizyoloji ve bilimsel alanda araştırma yapan kişiler stresi "organizmaya zarar veren etkenler" şeklinde tanımlamaktadırlar. Günümüzdeki yaygın anlamına göre ele alındığı zaman stres "zarar veren bazı etkenlere karşı organizmada ortaya çıkan olumsuz değişiklik ve tepkiler" şeklinde tanımlanmaktadır (Balcıoğlu, 2005).

Akçakaya ve Erden'e (2014) göre stres, organizmanın çeşitli uyaranlara karşı vermiş olduğu özgül olmayan bir cevap şeklinde tanımlanmıştır. İnsan yaşamının ayrılmaz bir parçası haline gelen stresle başa çıkılamadığı durumlarda, kişide bedensel ve ruhsal olarak olumsuz sonuçlar ortaya çıkabilmektedir.

Stresin sahip olduğu ve içinde barındırdığı bazı özellikler bulunmaktadır. Söz konusu özellikleri şu şekilde sıralamak mümkündür;

- Stres, birey ve dış çevre etkileşimi sonucunda oluşmaktadır.
- Stresin oluşması bir tehlike veya tehdit unsuru olmasına bağlıdır. Burada bahsedilen tehdit ve tehlikenin önemi kişinin değerlendirmesine göre farklılık gösterir.
- Stres, organizmanın tek bir noktasından ziyade birçok noktasını etkileyen bir yapıya sahiptir.
- Stres, genellikle çeşitli biçimlerde kontrol edilebilen bir duygu olmadığı için, strese bağlı olarak ortaya çıkan fizyolojik değişiklikler kişinin kendi iradesiyle başlatılıp yine kendi iradesiyle engellenemez (Eşsizöğlu, 2013)

Yukarıda belirtilen bilgiler değerlendirildiği zaman, stresin organizmanın fiziksel ve ruhsal sınırlarının tehdit edilmesi veya zorlanması sonucu ortaya çıkan psikolojik bir olgu olduğu söylenebilir (Eryılmaz, 2009).

Ortaya çıkan sonuçları açısından ele alındığı zaman stresi iyi (olumlu) ve kötü (olumsuz) stres olarak sınıflandırmak mümkündür. Olumlu stres genellikle ortaya olumlu sonuçlar çıkarmakla beraber, insanların kaygı yerine doyum ve yaşama sevinci kazanmalarına katkı sağlamaktadır. Olumlu stresin oluşması genellikle insanların arzuladıkları olumlu olayların (evlilik, terfi vb.) sonucunda ortaya çıkmaktadır. Buna karşılık olumsuz stres, öncelikli olarak bireyin kendine güvenme düzeyini düşürür, buna paralel olarak kişide umutsuzluk ve çaresizlik hâkim olur. Olumsuz stresin temelinde genellikle insanların yaşamlarında bazı olumsuz durumlarla (işsiz kalmak, yakınının ölmesi vb.) karşılaşmaları yatmaktadır (Canpolat, 2006).

2.3.1. Stres Türleri

Strese neden olan birçok unsur bulunmaktadır (Şahin ve Erigüç, 2000). Strese neden olan unsurların çeşitlilik arz etmesi stres türlerini de çeşitlendirmektedir. Bu bölümde literatürde sıklıkla kullanılan stres türlerine değinilmiştir.

2.3.1.1. Akut Stres

İnsanlarda kısa süreli görülen stres türü olan akut stres, heyecan verici ve uyarıcı bir etkiye sahiptir. Akut stresin uzun sürmesi ise insanların psikolojik olarak yorulmalarına neden olmaktadır. Kısa sürede ortaya aniden çıkan akut stresleri abartılı biçimde yaşamak, psikolojik sıkıntılara, gerginliğin neden olduğu gibi baş ağrılarına ve mide bulantısı gibi sonuçlara sebep olmaktadır. Bunun yanında akut stresin belirtileri çoğu kişi tarafından tam olarak bilinmemektedir. Akut stresin en önemli belirtilerinin başında duygusal belirtiler gelmektedir. Duygusal belirtileri öfke ve sinirlilik, endişe ve depresyon şeklinde sıralamak mümkündür. Akut stres oluşumunda insanlarda bazı kassal problemler görüldüğü de bilinmektedir. Özellikle baş ağrıları, çene ağrısı, sırt ağrısı, kas, tendon ve bağ dokusu sorunları akut stres evresinde sıklıkla görülebilir. Mide ve bağırsak sorunları da akut streste sıklıkla görülmektedir. Mide ekşimesi, mide asidi, gaz, ishal, kabızlık ve tahriş olmuş bağırsak belirtileri bunların başında gelmektedir (Sarıçam, 2012). Literatürde yer alan bu bilgiler ışığında akut stresin kısa süreli olarak ortaya çıkan ve belirli bir süre içerisinde ortadan kaybolan stres türü olduğu söylenebilir. Bunun yanında etki mekanizmaları tam olarak bilinmemekle beraber akut stresin bazı sağlık sorunlarını ve hastalıkları da beraberinde getirdiği düşünülmektedir (Gürel ve diğerleri, 2010). Akut stres eğer yaşanan bir travma sonucunda meydana gelmişse travmatik olaydan yaklaşık bir ay önce başlayıp, bir ay içerisinde de yatışmaktadır (Özgen ve Aydın, 1999).

2.3.1.2. Episodik Stres

Episodik stres nöbetler halinde ortaya çıkan, belirli aralıklarla tekrarlayan stres türüdür. Episodik stres yaşayan bireylerde aşırı duyarlılık, öfkeli ve sinirli olma hali, endişeli ve gergin olma eğilimi gözlenir. Bu durum episodik stres yaşayan bireylerin sürekli telaşlı ve sinirli olmalarına, bazı durumlarda da saldırganlık sergilemelerine neden olabilir. Episodik stres

yaşayan bireyler ilerleyen dönemlerde çevrelerindeki kişilere düşmanca yaklaşabilirler. Bu noktada kişiler arası ilişkilerde bozulmalar gözlenebilir. Özellikle çalışma ortamında görülen episodik stres insanların iş yerlerinde sürekli huzursuz olmalarına ve iş yerinin çekilmez bir hale gelmesine neden olmaktadır (Sarıçam, 2012).

2.3.1.3. Kronik Stres

Kronik stres insanlara sürekli olarak eziyet çektiren ve her geçen gün olumsuz etkilerini arttıran bir stres türüdür. Kronik stres yaşayan insanların fiziksel ve ruhsal olarak tükendikleri bilinmektedir. Diğer bir ifade ile kronik stres nedeniyle ortaya çıkan uzun süreli yıpranmalar insana büyük zararlar vermektedir. Kronik stresin en sık görüldüğü durumların başında yoksulluk, sorunlu aile yapısı, mutsuz evlilikler ve istenmeyen işler gelmektedir. Kronik stres, belirli düzeyde stres yaşayan bireyin zamanla stresin etkilerinden kurtulamaması veya çıkış yolu bulamamasından da kaynaklanabilir. Bu insanlar zamanla stresi atlatamayacaklarını düşünürler ve stresle mücadele etmeyi bırakırlar (Sarıçam, 2012). Bunun temel nedeninin insanların strese karşı dirençlerinin farklı düzeylerde olmasından kaynaklandığı düşünülebilir (Balçioğlu, 2005). Kronik stresin organizmaya en büyük zararı biyolojik sistemlerin yıpranması ve organizmanın hastalıklara karşı savunmasız hale gelmesidir (Yavuz, 2005).

2.3.2. Stres Tepkisinin Aşamaları

Literatürde strese karşı oluşan tepki mekanizmasının üç bölüme ayrıldığı, bunların alarm aşaması, direnç aşaması ve tükenme aşaması olduğu belirtilmektedir.

2.3.2.1. Alarm Aşaması

Alarm aşaması stresin ilk aşamasıdır. Bu aşamada strese yol açan unsurların fark edilir ve organizma biyokimyasal tepkilerle kendini savunmaya çalışır. Bu bağlamda alarm safhasını, organizmanın dış uyarıcıyı stres olarak algıladığı durum şeklinde tanımak da mümkündür. Alarm aşamasında organizma strese hazırlanır ve stres hormonlarının salgılanması, göz bebeklerinin büyümesi, kan basıncının yükselmesi ve terleme gibi çeşitli tepkiler verir. Alarm aşamasında genellikle organizma stres ile mücadele etmeye veya stresten kaçmaya

odaklanır (Aytaç, 2009). Bu kapsamda alarm aşamasında organizmada meydana gelen değişiklikler aslında kişinin olumsuzluk karşısında ayakta durabilmek için gösterdikleri tepkilerdir (Tüter, 2011).

2.3.2.2. Direnç Aşaması

Stresin direnç aşaması strese karşı koyma safhası olarak da bilinmektedir. Direnç aşaması, strese ortaya çıkmış olmasına uyuma elverişli bir durum ortaya çıktığında meydana gelen dirençtir. Bu süreçte organizma karşılaşılmış olduğu strese karşı direncini yükseltir. Stresle karşı karşıya kalan birey direnç aşamasında iken, stres kaynağı olan sorunları etkili bir şekilde çözdüğü zaman, vücudun verdiği tepkiler ortadan kaybolur, vücut alarm aşamasında meydana gelen zararları onarır, vücut normale döner. Direnç aşaması başarısızlıkla sonuçlanırsa kişi kuvvetini kaybeder. Direnme aşamasında stres unsurlarının veya stresin tamamının ortadan kalkmaması stresin tükenme aşamasına geçilmesine neden olmaktadır (Aytaç, 2009). Ancak direnç aşamasında stres ile etkin bir biçimde baş edilmesi stresin ortadan kalkmasına veya stres etkilerinin en aza inmesine katkı sağlamaktadır (Tüter, 2011).

2.3.2.3. Tükenme Aşaması

Stresin direnç aşamasında başarılı olunmaması vücudun direncini kaybetmesine neden olmakla beraber kişinin psikolojik olarak zayıf düşmesine neden olmaktadır. Bunun sonucunda kronik stres belirtileri gözlenmeye başlanır. Sonuç olarak organizma her türlü hastalığa açık bir hale gelir. Eğer stres veren olay oldukça ciddi ve uzun süren bir faktör ise organizma tükenerek geri dönüşü olmayan bir çıkmaza girer. Stresin devam etmesi durumunda vücutta sistematik yıpranmalar, hasarlar, hatta ölümlerle sonuçlanan sorunlar görülebilir. Bu nedenle stresin tükenme safhası, savunmanın azalarak vücut kapasitesinin tükenmesi ve hastalıkların başladığı dönemdir (Aytaç, 2009). Organizmanın stres karşısında tükenme aşamasına geçmesi stresle baş edemeyerek strese yenik düşmesi nedeniyle gerçekleşmektedir (Tüter, 2011).

2.3.3. Strese Neden Olan Faktörler

Strese neden olan birçok unsur bulunmakla beraber, stresin temel nedenlerini çevresel faktörler, örgütsel faktörler ve bireysel faktörler olarak sıralamak mümkündür.

2.3.3.1. Çevresel Faktörler

Strese neden olan çevresel faktörler aslında kişilerin içinde buldukları sosyal koşullarla ilişkilidir. Özellikle günümüzde kısa süre içerisinde geleneksel toplum yapısından çağdaş bir topluma dönüşme sürecinde insanlar yoğun stres altına girmişlerdir. Ayrıca iklim, kalıtım, din, aşırı kalabalık, toplumsal sınıf ve yalıtılmışlık duygusu gibi unsurlar da strese neden olan çevresel unsurları oluşturmaktadır. Dolayısıyla strese neden olan çevresel faktörler kültürel ve coğrafi özelliklere göre değişiklik göstermektedir (İştar, 2012). Bunun yanında insanların çalıştıkları ortamdaki bazı çevresel faktörler de stres oluşumunu arttırabilmektedir. İş yerinde stres oluşumunu arttıran çevresel faktörler genellikle işin doğasından kaynaklanmaktadır (Şahin ve Erigüç, 2000).

2.3.3.2. Örgütsel Faktörler

Stres oluşumuna neden olan birçok örgütsel faktör bulunmaktadır. Bunların başında örgüt çalışanlarının karar verme sürecine katılımlarında sorun yaşamaları, müzakere ve iş birliği oranının düşük olması, çalışanların davranışlarını sınırlandırması ve örgüte ait olmadığı duygularına kapılması gibi unsurlar gelmektedir. Ayrıca örgüt içerisinde alınan kararlara katılma düzeyi, örgüt içindeki yetki ve sorumluluk dengesi, kişi rol çatışmasının olması, resmi ve resmi olmayan rol belirsizlikleri gibi unsurlar da sıklıkla çalışanlar için stres kaynağı olmaktadır (Okutan ve Tengilimoğlu, 2002). Çalışanlar örgütsel stresle baş edebilmek için öncelikle bireysel yollara başvururlar (Gümüştekin ve Öztemiz, 2004). Ancak örgütsel stres kaynakları ile başa çıkmada her zaman bireysel başa çıkma yöntemleri etkili olmamaktadır. Bu nedenle örgütsel stres faktörlerinin etkilerini en aza indirmek için yönetsel stresle başa çıkma yöntemleri uygulanmalıdır (Şahin ve Erigüç, 2000).

Örgütlerde bazen çalışma saatlerinde belirsizlik olduğu görülür. Özellikle çalışma sürelerinin uzun, buna karşılık mola sürelerinin kısa olması çalışanlarda stres oluşumunu arttırmaktadır. Ayrıca örgüt çalışanlarının günlük yaşamlarını, sosyal ve kültürel ihtiyaçlarını dikkate

almaksızın fazla mesai yaptırılması çalışanlarda yorgunluğa, zaman içerisinde de stres oluşumuna neden olmaktadır. Örgüt içinde çalışanların moralinin düşük olması ve olumsuz örgüt iklimi gibi nedenler de çalışanlarda stresi en fazla arttıran etkenlerdir. Çünkü örgüt içerisinde görev paylaşımlarındaki hatalar, çalışanlarla konumları arasında uyumsuzluk varsa çalışanlar aşırı stres yaşarlar ve söz konusu strese bağlı olarak örgütün başarı düzeyi düşebilir (Usta, 2012).

2.3.3.3. Bireysel Faktörler

Bireysel özelliklerin stres oluşumuna neden olan en önemli unsurların başında geldiği bilinmekle beraber, insanların sahip oldukları bireysel özelliklerinin stres oluşumuna etkisinin temelinde insanların aynı olaylara farklı tepkiler vermesi yatmaktadır. İnsanların buldukları ortam ve çevreyi nasıl algıladıkları ve karşılaştıkları olaylara nasıl tepkiler verdikleri kişilik yapıları ile yakından ilgilidir. Çalışanın otoriter bir tutuma sahip olması, duygusal olarak içe veya dışa dönük olması, cinsiyeti, ilişkiler açısından duygusal, destekleyen, yarışmacı veya kırılabilir tavır sergilemesi, olumsuzluklar karşısında sergilediği davranışlar genellikle bireysel özelliklere bağlı stres kaynaklarıdır (Okutan ve Tengilimoğlu, 2002). Bireysel stres kaynaklarının en önemli noktası insanlar için stres yaratan olayın kendisi değil, söz konusu olayın kişi tarafından nasıl algılandığıdır (Yavuz, 2005).

Stres oluşumunu etkileyen en önemli bireysel faktörlerden birisi de yaş faktörüdür. Gelişim dönemlerine göre ele alındığı zaman stresin özellikle ergenlik dönemlerinde görülen önemli bir sorun olduğu ortaya çıkmaktadır. Günlük yaşamda yer alan olaylar, ergenlerin stres yaşamalarına zemin hazırlayabilmektedir. Anne veya babanın ölmesi, günlük yaşam akışı içerisinde meydana gelen küçük değişiklikler, ekonomik sorunlar gibi yaşam olayları ergenler için önemli stres kaynaklarıdır (Eryılmaz, 2009).

Kişinin aile yapısı ve aile içerisinde yaşadığı bazı sorunlar da zamanla stres oluşumunu arttırmaktadır. Aileden kaynaklanan stres nedenlerinin başında eşin ölmesi, eşinden boşanma, çocuklarla olan ilişkilerin kötüleşmesi, eşlerin birbirleri üzerinde hâkimiyet kurmaya çalışmaları, aile bireylerinin hastalığı veya ailesinden uzak bir yere taşınma gibi unsurlar gelmektedir (Aytaç, 2009). Bunun yanında kişinin sahip olduğu kişilik yapısı da stres oluşumunu ve algılanan stres düzeyini etkilemektedir (Yavuz, 2005).

2.3.4. Stresin Sonuçları

Stres altında bulunan insanlar kendilerini savunmasız hissederler (Özmen ve Önen, 2005). Bunun yanında stresli insanların stresli olmayan insanlarla kıyaslandıkları zaman bazı davranış farklılıkları bulunduğu bilinmektedir. Hayatında sürekli stres olan insanlar genellikle uykusuzluk veya sürekli uyuma isteği, aşırı yemek isteği veya iştahsızlık hissi, alkol ve sigara kullanımı, konuşma güçlükleri gibi problemleri sık sık gösterirler (İştar, 2012). Bunun yanında stresin insanlarda ortaya çıkardığı bazı psikolojik ve duygusal sonuçları şu şekilde sıralamak mümkündür;

- Konsantrasyon problemleri yaşama,
- Kararsız bir kişiliğe sahip olma,
- Unutkanlıkların ortaya çıkması,
- Eleştiriye karşı tahammülsüz olma,
- Kendi kendini aşırı düzeyde eleştirmeye başlama,
- Kötü tavırlar sergileme,
- Sinirli ve gergin olma,
- Öfkeli ve düşmanlık hissine sahip olma
- Mutsuz olma,
- Suçluluk hissi duyma,
- Utangaç tavırlar sergileme,
- Mizaçta dengesizlikler gözlenmesi,
- Yalnızlık hissine sahip olma,
- Kıskanç bir kişilik yapısına bürünme (Uğur, 2005).

Bunların yanında stresin ortaya çıkardığı bazı fizyolojik ve davranışsal sonuçlar bulunmaktadır. Söz konusu fizyolojik ve davranışsal sorunları şu şekilde sıralamak mümkündür;

- Kalp atım sayısında artış,
- Kan basıncında yükselme,
- Solunum frekansında hızlanma veya düzensizlik,
- Kassal gerilimde artış,
- Terleme ve ağız kuruluğu,
- Kan şekeri artışı,
- Yüz hatlarının gerilmesi,
- Ses titrekliliği,

- Yerinde duramama,
- Yattığı yerde rahat uyuyamama,
- Uyku bozuklukları,
- Aşırı yemek yeme veya iştahsız olma,
- İşten kaçma,
- Okulu terk etme,
- Alkol veya ilaç kullanma,
- İntihar girişimi,
- Suç işleme (Uğur, 2005).

Stres genellikle olumsuz sonuçlar doğuran bir olgu olarak bilinmesine rağmen, stresin olumlu sonuçlar ortaya çıkardığı durumlarda bulunmaktadır. Örneğin, terfi etmek için stres yaşamak, evlenmek veya ünlü olmak için stres yaşamak beraberinde bazı olumlu sonuçlar getirmektedir. Bu nedenle stresin olumlu yönlerinin de bulunduğu, bu yönleri ile stresin insanları başarı için motive eden, teşvik eden ve güdüleyen yönlerinin de olduğu görülmektedir. Bunlara ek olarak olumlu stres ortamında kişilerde olumsuz stresin etkileri ortadan kalkar, korku, huzursuzluk ve kaygı oluşumu engellenmiş olur (İştar, 2012).

2.4. Konu İle İlgili Yapılmış Araştırmalar

Yılmaz (2013) tarafından yapılan araştırmada, spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin empatik eğilimleri ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya İstanbul ili Bayrampaşa ilçesindeki ortaöğretim okullarında öğrenim gören ve düzenli olarak spor yapan 159 öğrenci ile spor yapma alışkanlığı olmayan 241 öğrenci olmak üzere toplam 400 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda spor yapan öğrencilerin empatik eğilimleri, yıkıcı saldırganlık, edilgen saldırganlık, atılganlık ve toplam saldırganlık düzeylerinin spor yapmayan öğrencilerden daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Aynı çalışmada spor yapan ve yapmayan çocukların empatik eğilimleri ile saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunduğu tespit edilmiştir. Buna göre empatik eğilim arttıkça spor yapan ve spor yapmayan öğrencilerin yıkıcı saldırganlık, edilgen saldırganlık ve genel saldırganlık düzeyleri önemli ölçüde azaldığı, buna karşılık atılganlık düzeylerinin arttığı belirlenmiştir. Bunun yanında araştırmada kız öğrencilerin empatik eğilimlerinin, erkek öğrencilerin de saldırganlık düzeylerinin diğer cinslerinden daha yüksek olduğu bulunmuş, öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin anne-baba eğitim durumuna göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Bayram (2012) tarafından yapılan araştırmada, spor yapan ve yapmayan 14-18 yaş grubu öğrencilerin saldırganlık tutumlarının incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Kütahya'nın merkez ve ilçelerinden toplam 11 farklı okulda öğrenim gören 1452 öğrenci katılmıştır. Araştırmada cinsiyet, ailedeki birey sayısı, daha önce sigara kullanma, şu an sigara kullanma, alkol kullanma, alkol kullanma sıklığı, vücudunda dövme ve piercing yapma ya da yaptırmayı düşünme değişkenleri ile spor yapma ve anne mesleği ortak etkileşimi açısından spor yapan ve yapmayan öğrencilerin saldırganlık puanları arasında anlamlı farklılıklar bulunduğu tespit edilmiştir. Buna göre erkek öğrencilerin kız öğrencilere göre hem spor yapanlarda hem de yapmayanlarda daha fazla saldırgan tutum sergiledikleri sonucuna ulaşılmıştır.

Solak (2011) tarafından yapılan araştırmada, spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ile empatik eğilim düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çorum il Merkezi'nde bulunan Milli Eğitim Bakanlığı'na bağlı ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören 514 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin 247'si (%48.1) spor yapan, 267'si (%51.9) ise spor yapmayan öğrencilerden seçilmiştir. Araştırmanın sonunda ailesinde spor yapan birey bulunan öğrencilerin yıkıcı saldırganlık, atılganlık ve genel saldırganlık puanlarının, ailesinde spor yapan birey olmayan öğrencilerinin puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. spor yapan öğrencilerin

atılganlık düzeylerinin spor yapmayan öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bunların yanında yıkıcı saldırganlık ile empatik eğilim arasında düşük düzeyde, negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki, atılganlık ile empatik eğilim arasında orta düzeyde, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki, edilgen saldırganlık ile empatik eğilim arasında düşük düzeyde, negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki olduğu sonuçlarına ulaşılmıştır.

Yıldız (2009) tarafından yapılan araştırmada, spor yapan ve yapmayan ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Kastamonu il merkezinde bulunan orta öğretim okullarında öğrenim gören öğrencilerden oluşan 300'ü spor yapan ve 300'ü sedanter olmak üzere toplam 600 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda spor yapan öğrenciler ile sedanter öğrenciler arasında genel saldırganlık ve atılgan saldırganlık davranışları arasında anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirlenmiştir. Buna karşılık spor yapan öğrencilerin yıkıcı saldırganlık özelliklerinde anlamlı bir farklılık olduğu, sedanter öğrencilerde ise edilgen saldırganlığın anlamlı bir farklılığı olduğu bulunmuştur.

Alp ve diğerleri (2014) tarafından yapılan araştırmada, düzenli spor yapan ve yapmayan çocukların sosyo-demografik özelliklerine göre saldırganlık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 125 sporcu ve 140 sedanter olmak üzere toplam 265 ilköğretim öğrencisi katılmıştır. araştırmanın sonunda öğrencilerin düzenli spor yapma alışkanlıklarına göre saldırganlık düzeylerinin farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Atay (2013) tarafından yapılan araştırmada ise, spor ve sosyal etkinliklere katılımın ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkileri incelenmiştir. Yaş ortalaması 15 olan 911 öğrencinin katıldığı araştırmada, erkek öğrencilerin fiziksel saldırganlık düzeylerinin bayan öğrencilerden daha yüksek olduğu, benzer şekilde spor yapan öğrencilerin de fiziksel saldırganlık düzeylerinin sedanter öğrencilerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Erşan ve diğerleri (2009) tarafından yapılan araştırmada ise genç bireylerde saldırganlık düzeyinin sosyo-demografik özelliklere göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.

Dervent (2007) tarafından yapılan araştırmada, lise öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ve sportif aktivitelere katılımı ilişkisi incelenmiştir. Araştırmada spor yapan öğrencilerin spor yapmayanlardan daha fazla atılgan oldukları belirlenmiş, yıkıcı, edilgen ve genel saldırganlık özellikleri açısından spor yapmayan ve spor yapan öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirlenmiştir. Cinsiyete göre öğrencilerin saldırganlık davranışlarının anlamlı farklılıklar göstermediği tespit edilmiştir. Bunun yanında ebeveyn eğitim durumunun öğrencilerin bazı saldırganlık alt boyutlarını anlamlı düzeyde etkilediği belirlenmiştir.

Bostan ve Kılıçgil (2008) tarafından yapılan araştırmada, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencisi olan ve olmayan Ankara Üniversitesi öğrencilerinin saldırganlık boyutlarının

incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya beden eğitimi bölümünde öğrenim gören 100 öğrenci ile diğer bölümlerde öğrenim gören 200 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda diğer bölümlerdeki öğrencilerin spor bölümü öğrencilerine göre daha düşük yıkıcı ve edilgen saldırganlık puanlarına sahip oldukları tespit edilmiştir. Buna karşılık diğer bölümlerdeki öğrencilerin atılganlık puanlarının beden eğitimi bölümü öğrencilerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Pekince (2012) tarafından yapılan araştırmada, ergenlerin saldırganlık düzeyleri ile sosyal aktivitelere katılımları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Elazığ il merkezindeki farklı ortaöğretim kurumlarının son sınıflarında öğrenim görmekte olan toplam 1049 öğrenci katılmıştır. araştırmanın sonunda öğrencilerin cinsiyetlerine, algıladıkları aile gelir düzeyine, anne baba eğitim durumuna, kardeş sayısına ve herhangi bir serbest zaman etkinliğine katılma durumuna göre saldırganlık düzeylerinin anlamlı farklılıklar gösterdiği belirlenmiştir.

Dervent ve diğerleri (2010) tarafından yapılan araştırmada, lise öğrencilerinde spora katılım ve bazı demografik değişkenlerin saldırganlık düzeyi üzerindeki etkileri incelenmiştir. Araştırmaya 167 kız ve 187 erkek olmak üzere toplam 354 ortaöğretim öğrencisi katılmıştır. Araştırmada spor yapan hem kız hem de erkek öğrencilerin atılganlık düzeylerinin spor yapmayan öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Gene olarak tüm katılımcılar arasında saldırganlık düzeyinin cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiş, buna karşılık spor yapan kızların spor yapan erkeklere kıyasla daha fazla saldırgan davranış sergiledikleri bulunmuştur.

Kabak (2009) tarafından yapılan araştırmada, ergenlerde spora katılımın saldırgan davranışlar üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Adana ili Seyhan ve Yüreğir ilçelerindeki Milli Eğitim Müdürlüğüne bağlı liselerden tabakalama yöntemiyle belirlenen ve farklı sosyo-ekonomik düzeye sahip olan 10 ortaöğretim kurumunda öğrenim gören 600 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin lisanslı sporcu durumlarına, anne-baba meslek ve anne-baba eğitim düzeylerine göre saldırganlık puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Buna karşılık cinsiyete ve ailenin aylık gelir düzeyine göre öğrencilerin saldırganlık puanları arasında istatistiksel anlamda bir fark olduğu, buna göre erkek öğrencilerin kızlara göre, aile aylık geliri 600tl ve aşağısında olan öğrencilerin saldırganlık puanlarının diğer öğrencilere göre daha düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Özdevecioğlu ve Yalçın (2010) tarafından yapılan araştırmada, spor tatmininin sporcuların stres ve saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmaya çeşitli spor dallarında düzenli olarak spor yapan 420 sporcu katılmıştır. Araştırmanın sonunda stres ile saldırganlık düzeyi arasında pozitif yönde ve anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiş, bunun

yanında sporcularda spor tatmininin saldırganlık düzeyini açıklayan bir unsur olduğu bulunmuştur.

Şahan (2007b) tarafından yapılan araştırmada, lise öğrencilerinde saldırganlığı yordayan bazı değişkenlerin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Zonguldak İli Çaycuma İlçe merkezindeki farklı ortaöğretim kurumlarında öğrenim görmekte olan 538 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin algılanan anne tutumuna, algılanan sosyo-ekonomik durumuna, sosyal kültürel faaliyetlere katılım durumlarına göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir. Buna karşılık öğrencilerin saldırganlık puanlarının cinsiyetlerine, sınıf düzeylerine, algılanan başarı durumlarına, algılanan baba tutumuna, algılanan öğretmen tutumuna, devam edilen okul türüne göre anlamlı farklılık gösterdiği belirlenmiştir. Buna göre; erkek öğrencilerin kız öğrencilere, başarı durumunu orta olarak algılayan öğrencilerin, başarı durumunu yüksek ve düşük olarak algılayan öğrencilere, 11. Sınıf öğrencilerinin, 9. ve 10. sınıf öğrencilerine, baba tutumu ilgisiz olarak algılayan öğrencilerin, baba tutumunu otoriter ve demokratik olarak algılayan öğrencilere, öğretmen tutumu otoriter olarak algılayan öğrencilerin, öğretmen tutumunu ilgisiz ve demokratik olarak algılayan öğrencilere, Meslek Lisesine devam eden öğrencilerin, Genel Liseye ve Anadolu lisesine devam eden öğrencilere göre daha yüksek saldırganlık düzeyine sahip oldukları bulunmuştur.

Öztürk (2008) tarafından yapılan araştırmada, ortaöğretim 9. sınıf öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Malatya il merkezindeki farklı ortaöğretim kurumlarının 9. sınıflarında öğrenim görmekte olan 1230 öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin cinsiyet, okul türü, okul başarısı, anne-baba eğitim düzeyi, gelir düzeyi, anne-baba tutumu, yaş, arkadaşlık ilişkilerinden memnun olup-olmama, öğretmenleriyle ilişkilerinden memnun olup-olmama, aile yapısı ve devamsızlık yapma durumlarına göre anlamlı düzeyde farklılık gösterdiği, buna karşılık ebeveyn eğitim düzeyi, aile gelir düzeyi ve aile yapısının öğrencilerin saldırganlık düzeylerini anlamlı biçimde farklılaştırmadığı bulunmuştur.

Şenyüzlü (2013) tarafından yapılan araştırmada, üniversite öğrencilerinde spora katılımın saldırgan davranışlar üzerine etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Bilecik Üniversitesi'nde öğrenim gören ve 181 spor yapan öğrenci ile 236 spor yapmayan öğrenci katılmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin spora katılıp katılmama durumlarına ve cinsiyetlerine göre genel saldırganlıkları farklılık gösterdiği, buna karşılık yaş, anne-baba eğitim ve aile aylık gelir durumlarına göre öğrencilerin genel saldırganlıklarının farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Saföz (2008) tarafından yapılan araştırmada, boş zamanları değerlendirmeye yönelik hazırlanan grup rehberliği programının öğrencilerin saldırgan davranışları üzerindeki etkisi incelenmiştir. Araştırmaya 220 ortaokul öğrencisi katılmıştır. Araştırmada öğrenciler deney ve kontrol grubu olarak ikiye ayrılmış, deney grubunda bulunan öğrencilere 8 hafta boyunca haftada 1 gün ve günde 90'ar dakika grup etkinliği şeklinde serbest zaman değerlendirme aktiviteleri uygulanmıştır. Kontrol grubuna ize herhangi bir etkinlik uygulanmamıştır. Araştırmanın sonunda deney grubunun saldırganlık düzeyinde kontrol grubuna kıyasla olumlu gelişmeler meydana geldiği tespit edilmiş, bu doğrultuda boş zamanları değerlendirmeye yönelik hazırlanan grup rehberliği programının, öğrencilerin saldırganlık düzeylerini azaltmada etkili olacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Güner (2006) tarafından yapılan araştırmada takım sporları ve bireysel sporlar yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya 93 bayan, 147 erkek olmak üzere toplam 240 sporcu katılmıştır. Araştırmada takım ve ferdi spor dalları ile ilgilenen sporcuların yıkıcı, edilgen ve genel saldırganlık düzeylerinin spor dallarına göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. En yüksek yıkıcı ve edilgen saldırganlık düzeylerine sırasıyla güreş ve tekvando sporcularının sahip olduğu, en yüksek atılgnlık düzeyine güreş, basketbol ve yüzme sporcularının sahip olduğu, en yüksek genel saldırganlık düzeyine de güreş ve tekvando sporcularının sahip olduğu bulunmuştur. Sporcuların saldırganlık düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği tespit edilmiştir.

Kırımoğlu ve diğerleri (2008) tarafından yapılan araştırmada, lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin spora katılım düzeylerine göre incelemesi amaçlanmıştır. Araştırmaya Aydın ilindeki farklı ortaöğretim kurumlarında öğrenim görmekte olan 327 'si bayan ve 396'sı erkek olmak üzere toplam 723 lise öğrencisi katılmıştır. Araştırmanın sonunda öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin cinsiyete göre farklılık gösterdiği, bayan öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun yanında spor yapanlarla yapmayanlar, spor yapıp da müsabık olanlarla olmayanlar, spor yapan erkeklerle spor yapmayan erkekler ve spor yapan bayanlarla spor yapmayan bayanlar arasında saldırganlık düzeyleri bakımından istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Duman ve Kuru (2010) tarafından yapılan araştırmada, spor yapan ve spor yapmayan Türk öğrencilerin kişisel uyum düzeylerinin belirlenmesi ve karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmaya Almanya da yaşayan ve 13-16 yaş grubunda bulunan toplam 440 öğrenci katılmıştır. Araştırmada düzenli spor yapma alışkanlığı bulunan çocukların psikolojik açıdan kişisel uyum düzeylerinin sedanter çocuklardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Salar ve diğeri (2012) tarafından yapılan araştırmada, takım ve ferdi spor dalları ile ilgilenen bireylerin günlük hayatlarındaki psikolojik ve duygusal bazı özellikleri çeşitli değişkenler işığında incelenmiştir. Araştırmaya hem takım sporu yapan hem de ferdi spor dalları ile ilgilenen ve yaş ortalaması 15-18 yıl aralığında olan 300 sporcu katılmıştır. Araştırmada hem takım hem de ferdi spor dalları ile ilgilenen bireylerin psikolojik açıdan rahat, uyumlu ve sakin birer kişilik özelliklerine sahip oldukları belirlenmiştir. Tutkun ve diğeri (2010) tarafından yapılan benzer bir araştırmada, takım ve ferdi spor dalları ile ilgilenen bireylerin saldırganlık davranışları karşılaştırılmıştır. Araştırmaya takım sporu yapan 120 sporcu ve ferdi spor dalları ile ilgilenen 120 sporcu olmak üzere toplam 240 sporcu katılmıştır. Araştırmanın sonunda bireysel spor yapan oyuncuların yıkıcı saldırganlık, edilgen saldırganlık ve genel saldırganlık ortalama puanları ile takım sporu yapan oyuncuların saldırganlık ortalama puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık bulunduğu tespit edilmiştir.

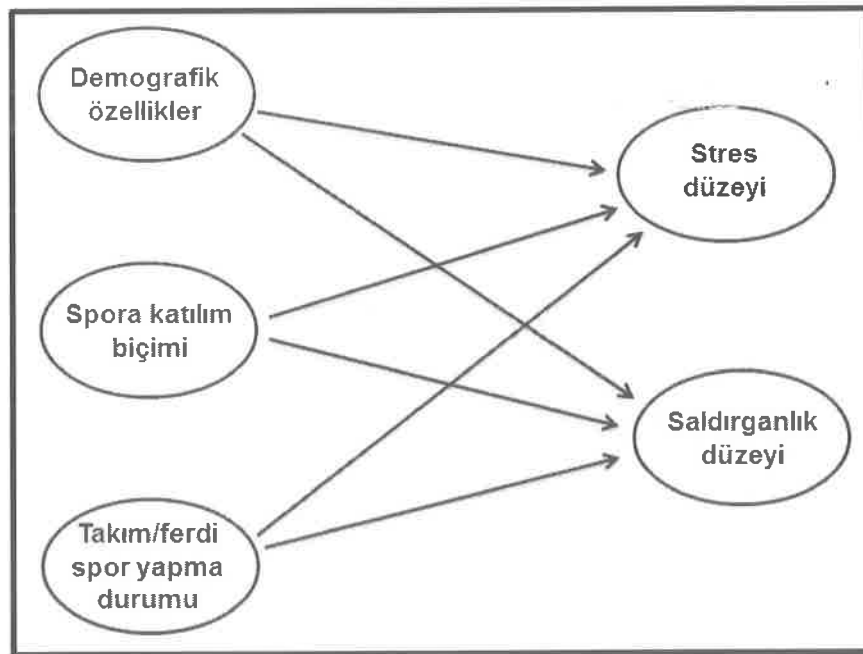
Karabulut (2013) tarafından yapılan araştırmada, 16 yaş altı çim hokeyi sporcularının saldırganlık düzeylerinin çeşitli değişkenler bakımından incelenmesi amaçlanmıştır. Toplam 128 im hokeyi oyuncusunun katıldığı araştırmada sporcuların saldırganlık düzeylerinin orta seviyede bulunduğu belirlenmiştir. araştırmada cinsiyete göre yapılan karşılaştırmalarda erkek sporcuların yıkıcı saldırganlık, bayan sporcuların ise atılganlık düzeylerinin diğer cinsten anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur. Bunun yanında sporcuların spor yaşlarındaki artışa paralel olarak atılganlık düzeylerinin de arttığı bulunmuştur.

BÖLÜM III

Yöntem

3.1. Araştırmanın Modeli

Araştırmada literatürde sık kullanılan ve saha araştırmalarında özellikle eğitim ve sosyal bilimlerde sıklıkla kullanılan anket yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada model olarak ise öncelikle demografik değişkenlerin stres ve saldırganlık üzerine etkileri ele alınmış, daha sonra spora katılımın stres ve saldırganlık üzerindeki olumlu etkileri göz önünde bulundurularak spora katılım biçimi ile takım veya ferdi spor yapma durumunun stres ile saldırganlık üzerine etkileri değerlendirilmiştir.



Şekil 1. Araştırmanın modeli

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Burdur il merkezindeki ortaöğretim kurumlarında öğrenim görmekte olan ortaöğretim öğrencileri oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Burdur il merkezinde bulunan Burdur Spor Lisesi, Burdur USO Anadolu Lisesi, Burdur Mesleki ve Teknik Anadolu Lisesi, Burdur Mehmet UZAL Sosyal Bilimler Lisesi'nin 9, 10, 11 ve 12.

sınıflarında öğrenim görmekte olan öğrencilerden tesadüfi örneklem yöntemiyle seçilmiş 365 öğrenci oluşturmuştur.

3.3. Verilerin Toplanması

Araştırmada veri toplama yöntemi olarak literatürde geçerlilik ve güvenilirliği daha önceki çalışmalarda test edilmiş olan anket ve ölçekler kullanılmıştır. Kişisel bilgi formu ve ölçekler izin alınan okullarda bizzat uygulanmıştır. Toplam 450 adet anket formu dağıtılmış, bunların içerisinde 85 tanesi eksik ya da hatalı bulunarak araştırma sonuçlarına dahil edilmemiştir. Kullanılan veri toplama aracı 3 bölümden oluşmaktadır. Bunlar;

- ❖ Kişisel Bilgi Formu
- ❖ Stres Ölçeği
- ❖ Saldırganlık Ölçeği

3.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmada kişisel bilgi formu olarak 14 sorudan oluşan anket kullanılmıştır. Kullanılan ankette öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin bilgilerin tespit edilmesini amaçlayan 14 soru bulunmaktadır (Ek-1).

3.3.2. Stres Ölçeği

Araştırmaya katılan ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeylerinin belirlenmesinde, Odabaşı (2006) tarafından geliştirilen “Çalışma yaşamında stres” adlı çalışmasında kullandığı stres düzeyini belirlemeye yönelik 10 ifadeden oluşan stres ölçeği ile toplanmıştır. Bu ifadeler 5’li likert ölçeğine göre hazırlanmış ve “hiçbir zaman=1, nadiren=2, ara sıra=3, sık=4, çok sık=5” şeklinde puanlanmaktadır (Özdevecioğlu ve Yalçın, 2010). Katılımcıların almış oldukları puanların artmasına paralel olarak stres düzeyleri de artmaktadır. Buna karşılık düşük ölçek puanı stres düzeyinin de düşük olduğunu göstermektedir.

3.3.3. Saldırganlık Ölçeği

Araştırmaya katılan ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin belirlenmesinde, Buss ve Perry’nin (1992) tarafından geliştirilen “Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği”

kullanılmıştır. Ölçeğin Türkçe geçerlilik ve güvenilirlik çalışması Madran (2013) tarafından yapılmıştır. Ölçekte toplam 4 alt faktör bulunup, bu alt faktörlere ilişkin başlıklar ve soru numaraları şu şekildedir;

Fiziksel saldırganlık: 13., 8., 2., 11., 25., 16., 29., 22. ve 5. maddeler

Düşmanlık: 20., 24., 3., 26., 10., 15., 7. ve 17. Maddeler

Öfke: 19., 28., 1., 18., 9., 23. ve 12. maddeler

Sözel saldırganlık: 27., 6., 21., 14. ve 4. Maddeler (Madran, 2013).

3.4. İstatistiksel Analiz

Elde edilen verilerin analizinde SPSS 22.0 for Windows paket programı kullanılmıştır. Araştırmada normal dağılıma uymayan parametreler için Non-parametrik testler kullanılmıştır. Buna göre cinsiyet, spor türü (takım / ferdi), okulda spor malzemesi olma durumuna göre stres ve saldırganlık düzeylerinin karşılaştırılmasında Mann-Whitney U testi kullanılmış, diğer parametreler arası karşılaştırmalarda ise Kruskal Wallis testi kullanılmıştır. Ayrıca ölçeklere ilişkin ortalamalar için tanımlayıcı istatistik, demografik değişkenlerin dağılımı için de frekans analizi kullanılmıştır.

BÖLÜM IV

Bulgular

5.1.Araştırmaya Katılan Ortaöğretim Öğrencilerine Ait Tanımlayıcı Bulgular

Tablo 1.

Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Cinsiyet	f	%
Kadın	153	41,9
Erkek	212	58,1
Toplam	365	100,0

Katılımcıların %41,9'u kadın, %58,1'i ise erkeklerden oluşmaktadır.

Tablo 2.

Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Yaş grupları	f	%
14 yaş	72	19,7
15 yaş	73	20,0
16 yaş	54	14,8
17 yaş	89	24,4
18 yaş	77	21,1
Toplam	365	100,0

Araştırmaya katılanların %19,7'si 14 yaş, %20'si 15 yaş, %14,8'i 16 yaş, %24,4'ü 17 yaş ve %21,1'i 18 yaş grubundadır.

Tablo 3.

Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Sınıf düzeyleri	f	%
9.sınıf	125	34,2
10.sınıf	59	16,2
11.sınıf	68	18,6
12.sınıf	113	31,0
Toplam	365	100,0

Katılımcıların %34,2'si 9.sınıf, %16,2'si 10.sınıf, %18,6'sı 11.sınıf ve %31'i 12.sınıfta eğitim görmektedir.

Tablo 4.

Katılımcıların Spor Yapma Durumlarına Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Spor yapma durumu	f	%
Yapmıyor	143	39,2
Okul takımında	38	10,4
Kulüpte	22	6,0
Okul takımı/ kulüp	48	13,2
Serbest zaman amaçlı	114	31,2
Toplam	365	100,0

Katılımcıların %39,2'si spor yapmamaktadır. Buna karşın %10,4'ü okul takımında, %6,0'si kulüpte, %13,2'si okul takımı/kulüpte ve %31,2'si serbest zaman amaçlı spor yapmaktadır.

Tablo 5.

Katılımcıların Spor Yapma Şekillerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Spor Yapma şekli	f	%
Takım	129	70,5
Ferdi	54	29,5
Toplam	183	100,0

Katılımcıların %70,5'i takım, %29,5'i ise ferdi olarak spor yapmaktadır.

Tablo 6.

Katılımcıların Eğitim Gördükleri Okul Türüne Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Okul türü	f	%
Spor Lisesi	66	18,1
Anadolu Lisesi	105	28,8
Meslek Lisesi	111	30,4
Sosyal Bilimler Lisesi	83	22,7
Toplam	365	100,0

Katılımcıların %18,1'i Spor lisesinde, %28,8'i Anadolu Lisesinde, %30,4'ü Meslek Lisesinde ve %22,7'si Sosyal Bilimler Lisesinde eğitim görmektedir.

Tablo 7.

Katılımcıların Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Eğitim düzeyi	f	%
İlkokul	67	18,4
Ortaokul	155	42,5
Lise	68	18,6
Üniversite	47	12,9
Lisansüstü	28	7,7
Toplam	365	100,0

Araştırmaya katılanların %18,4'ünün annesi ilkokul, %42,5'inin annesi ortaokul, %18,6'sının annesi lise, %12,9'unun annesinin üniversite ve %7,7'sinin annesi lisansüstü eğitim almıştır.

Tablo 8.

Katılımcıların Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Eğitim düzeyi	f	%
İlkokul	52	14,2
Ortaokul	128	35,1
Lise	66	18,1
Üniversite	67	18,4
Lisansüstü	52	14,2
Toplam	365	100,0

Katılımcıların %14,2'sinin babası ilkokul mezunu iken, %35,1'inin babası ortaokul, %18,1'inin babası lise, %14,4'ünün babası üniversite ve %14,2'sinin babası lisansüstü eğitim mezunudur.

Tablo 9.

Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Kardeş sayısı	f	%
1 kardeş	46	12,60
2 kardeş	197	53,97
3 kardeş	99	27,12
4 kardeş	18	4,93
5 kardeş	5	1,36
Toplam	365	100,0

Araştırmaya katılanların %12,60'ı 1 kardeş, %53,97'si 2 kardeş, %27,12'si 3 kardeş, %4,93'ü 4 kardeş ve %1,36'sı 5 kardeş ve üzeridir.

Tablo 10.

Katılımcıların Okullarında Yeterli Spor Malzemesi Bulunması Durumuna Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Malzeme durumu	f	%
Yeterli	303	83,0
Yeterli değil	62	17,0
Toplam	365	100,0

Katılımcıların %83'ü okullarında yeterli spor malzemesi bulunduğunu ifade ederken, %17'si yeterli spor malzemesi bulunmadığını ifade etmektedir.

Tablo 11.

Katılımcıların Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Frekans ve Yüzdeler Dağılımları

Aile gelir düzeyi	f	%
750 TL ve altı	67	18,4
751-1200 TL	126	34,5
1201-2250 TL	95	26,0
2251 TL ve üzeri	77	21,1
Toplam	365	100,0

Katılımcıların %18,4'ünün ailesinin ortalama aylık geliri 750 TL ve altında, %34,5'inin 751-1200 TL arası, %26'sının 1201-2250 TL arası ve %21,1'inin 2251 TL ve üzerindedir.

5.2.Araştırmaya Katılan Ortaöğretim Öğrencilerinin Stres Düzeylerine İlişkin Bulgular Ve Hipotez Sonuçları

Tablo 12.

Katılımcıların Saldırganlık Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlara İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Faktörler	N	En düşük	En yüksek	X	Ss
Fiziksel	365	1	5	2,49	,860
Sözel	365	1	5	2,65	,847
Düşmanlık	365	1	5	2,64	,830
Öfke	365	1	5	2,67	,830

Tablo incelendiğinde katılımcıların fiziksel saldırganlık puanlarının orta düzeyinde altında olduğu, sözel, düşmanlık ve öfke puanlarının ise orta düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 13.

Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Faktörler	Cinsiyet	N	X	Ss	Z	P
Fiziksel	Kadın	153	2,34	,892	-3,217	,001*
	Erkek	212	2,60	,820		
Sözel	Kadın	153	2,68	,749	-,558	,577
	Erkek	212	2,63	,913		
Düşmanlık	Kadın	153	2,68	,822	-,929	,353
	Erkek	212	2,60	,837		
Öfke	Kadın	153	2,77	,877	-1,564	,118
	Erkek	212	2,61	,789		

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı fark

Katılımcıların cinsiyetlerine göre fiziksel saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunuyorken ($p < 0,05$), sözel, düşmanlık ve öfke puanları arasında cinsiyetlerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır ($p > 0,05$). Erkek katılımcıların fiziksel saldırganlık düzeyi daha yüksektir. Elde edilen bu bulgulara göre H_1 hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Erkek öğrencilerin fiziksel saldırganlık düzeylerinin kız öğrencilerden daha yüksek olmasının temelinde öğrencilerin cinsiyetlerine göre yetiştirme tarzlarından kaynaklanan bazı farklılıkların olmasının yattığı düşünülebilir. Özellikle erkek çocukların kız çocuklarına kıyasla

daha serbest bir yaşam tarzı ile yetiştirilmesi, kız çocuklarının nispeten daha sıkı ve disiplinli bir anlayış ile yetiştirilmeleri nedeniyle kız ve erkek çocuklar arasındaki saldırgan davranışların farklılık göstermesi beklenen bir sonuçtur.

Ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan benzer bir araştırmada, erkek öğrencilerin fiziksel saldırganlık düzeylerinin kız öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Atay, 2013). Bayram (2012) tarafından yapılan araştırmada erkek öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin aynı yaş grubundaki kız öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuçların ortaya çıkmasının temelinde kültürel farklılıkların etkili olabileceği belirtilmiştir. Özellikle erkek çocukların daha atılgan ve saldırgan kız çocuklarının ise tam tersi bir biçimde yetiştirildikleri vurgulanmıştır. Bunun yanında erkeklerin daha fazla saldırgan olmalarının temelinde kızların saldırgan davranışları çok fazla onaylamamalı, erkeklerin güçlerini saldırgan davranışlarla ortaya koymaları, erkeklerin başkalarına karşı üstünlük kurabilmek için fiziksel güçlerine başvurmaları gibi unsurların da yattığı belirtilmiştir. Bu araştırma sonuçları bizim çalışma bulgularımızı desteklemektedir. Bunun yanında literatürde yer alan birçok araştırmada saldırganlığın cinsiyete göre farklılaşmadığı (Güner, 2006) tespit edilmiş, bazı araştırmalarda kız öğrencilerin lehine farklılaştığı (Kırımoğlu ve diğerleri, 2008), bazı araştırmada da erkek öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin kız öğrencilerden daha yüksek olduğu belirlenmiştir (Kabak, 2009; Pekince, 2012).

Ortaöğretim öğrencilerinde cinsiyet değişkenine göre saldırganlık düzeylerinin ele alındığı başka bir araştırmada, öğrencilerin yıkıcı, edilgen ve genel saldırganlık düzeylerinin cinsiyetlerine göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuş, buna karşılık atılganlık düzeyinin kız öğrencilerin lehine anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu sonucun ortaya çıkmasının temel nedenleri olarak, kız çocuklarının erkek çocuklara kıyasla daha sosyal olmaları, kendi haklarını korumaları, başkalarının haklarına da saygılı olmaları gösterilmiştir (Çolakoğlu ve Solak, 2014). Dervent (2007) tarafından yapılan araştırmada da ortaöğretim öğrencilerinde atılganlık düzeyinin kız öğrencilerin lehine farklılık gösterdiği bulunmuştur. Bu araştırmada da yetiştirilme tarzına bağlı olarak kızların haklarını arama konusunda erkeklerden daha fazla istekli olmalarının atılganlık düzeylerini arttırdığı belirtilmiştir. Karabulut (2013) tarafından çim hokeyi ile ilgilenen 16 yaş altı çocuklarda atılgan saldırganlık davranışı puanının kız çocuklarının lehine yüksek bulunduğu belirlenmiştir.

Tablo 14.

Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Faktörler	Yaş grupları	N	X	Ss	X ²	P
Fiziksel	14 yaş	72	2,15	,672	14,252	,007*
	15 yaş	73	2,60	,912		
	16 yaş	54	2,47	,830		
	17 yaş	89	2,64	,877		
	18 yaş	77	2,56	,898		
Sözel	14 yaş	72	2,34	,728	23,632	,000*
	15 yaş	73	2,56	,824		
	16 yaş	54	2,60	,983		
	17 yaş	89	2,81	,876		
	18 yaş	77	2,88	,746		
Düşmanlık	14 yaş	72	2,59	,939	6,603	,158
	15 yaş	73	2,56	,836		
	16 yaş	54	2,47	,769		
	17 yaş	89	2,72	,814		
	18 yaş	77	2,76	,763		
Öfke	14 yaş	72	2,44	,750	14,709	,005*
	15 yaş	73	2,60	,843		
	16 yaş	54	2,66	,948		
	17 yaş	89	2,73	,804		
	18 yaş	77	2,91	,782		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo incelendiğinde katılımcıların düşmanlık puanlarının yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$), fiziksel, sözel ve öfke saldırganlık puanlarının ise yaş gruplarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($p<0,05$). Fiziksel saldırganlık puanlarındaki farklılık, 18 yaş, 17 yaş ve 15 yaş katılımcıların puanlarının 14 yaş katılımcılardan daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Sözel saldırganlık puanlarındaki farklılık 17 yaş ve 18 yaş katılımcıların puanlarının hem 14 yaş hem de 15 yaş grubundaki katılımcılardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Öfke puanlarında farklılık ise 17 yaş ve 18 yaş grubundaki katılımcıların puanlarının 14 yaş grubundaki katılımcılardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H_2 hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Elde edilen bulgulara göre yaş ve sınıf düzeyi arttıkça öğrencilerin saldırganlık ve stres düzeylerinin artmasında öncelikle hormonal yapı değişikliklerinin etkili olduğu düşünülebilir. Nitekim ilerleyen yaşla birlikte ortaöğretim öğrencilerinin hormonal yapılarında meydana gelen değişikliklerin onları daha sinirli, saldırgan veya stresli yaptığını araştırmanın kavramsal çerçeve bölümünde değinilmiştir. Bunun yanında gelişim süreçlerinin ergenlik döneminde önemli birer stres etkeni olduğu bilinmektedir (Eryılmaz, 2009). Ayrıca özellikle

ortaöğretimde sınıf düzeyi arttıkça ve öğrencilerin yaşlarındaki artışa paralel olarak yaşadıkları sınav ve gelecek kaygısı da artmaktadır. Bu unsurların da çocukların yaş ve sınıf düzeyine göre saldırgan olmalarında etkili olduğu düşünülebilir.

Bayram (2012) tarafından yapılan araştırmada, 14-18 yaşlarındaki öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin yaşlarına göre bazı farklılıklar gösterdiği bulunmuştur. Öğrencilerin yaşlarına göre saldırganlık düzeylerinin farklılaşmasında öğrencilerin ergenlik dönemi nedeniyle kimlik arayışına girmeleri, yaşlarına paralel olarak ortaya çıkan fiziksel ve duygusal değişikliklere uyum sağlamada zorluk yaşamaları gösterilmiştir. Ergenlik döneminde bulunan farklı öğrenciler üzerinde yapılan araştırmalarda da öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin yaş gruplarına göre anlamlı farklılık gösterdiği tespit edilmiştir (Pekince, 2012).

Tablo 15.

Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Faktörler	Sınıf düzeyleri	N	X	Ss	X ²	P
Fiziksel	9.sınıf	125	2,33	,797	7,988	,046*
	10.sınıf	59	2,49	,985		
	11.sınıf	68	2,64	,824		
	12.sınıf	113	2,58	,862		
Sözel	9.sınıf	125	2,44	,763	24,413	,000*
	10.sınıf	59	2,51	,957		
	11.sınıf	68	2,91	,869		
	12.sınıf	113	2,81	,798		
Düşmanlık	9.sınıf	125	2,63	,875	7,260	,064
	10.sınıf	59	2,42	,891		
	11.sınıf	68	2,66	,799		
	12.sınıf	113	2,75	,750		
Öfke	9.sınıf	125	2,52	,795	9,813	,020*
	10.sınıf	59	2,63	,914		
	11.sınıf	68	2,84	,801		
	12.sınıf	113	2,77	,816		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Katılımcıların düşmanlık puanları sınıf düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermezken (p>0,05), fiziksel, düşmanlık ve öfke puanları sınıf düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılık göstermektedir (p<0,05). Fiziksel ve öfke puanlarında farklılık, 11 ve 12.sınıfta öğrenim gören katılımcıların puanlarının 9.sınıfta öğrenim gören katılımcılardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Sözel saldırganlık puanlarındaki farklılık ise 11 ve 12.sınıfta öğrenim gören katılımcıların puanlarının hem

9.sınıf hem de 10.sınıfta öğrenim gören katılımcılardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H_3 hipotezi kabul edilmiştir.

Araştırmaya katılan öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin sınıf düzeyinin artmasına paralel olarak artış göstermesi, son sınıflarda öğrencilerin sınav stresi ve kaygısı yaşamalarının, bunun yanında iş hayatına veya yükseköğretime geçiş konusunda bazı kaygılar yaşamalarının bir sonucu olabilir.

Tablo 16.

Katılımcıların Spor Yapma Durumlarına Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Faktörler	Spor yapma durumu	N	X	Ss	X ²	P
Fiziksel	Yapmıyor	143	2,34	,866	17,269	,002*
	Okul takımında	38	2,71	,819		
	Kulüpte	22	2,99	,657		
	Okul takımı/ kulüp	48	2,52	,798		
	Serbest zaman amaçlı	114	2,49	,884		
Sözel	Yapmıyor	143	2,65	,869	6,138	,189
	Okul takımında	38	2,67	,763		
	Kulüpte	22	2,93	,683		
	Okul takımı/ kulüp	48	2,73	,816		
	Serbest zaman amaçlı	114	2,56	,885		
Düşmanlık	Yapmıyor	143	2,55	,819	5,851	,211
	Okul takımında	38	2,63	,848		
	Kulüpte	22	2,95	,702		
	Okul takımı/ kulüp	48	2,61	,816		
	Serbest zaman amaçlı	114	2,69	,861		
Öfke	Yapmıyor	143	2,63	,838	6,806	,147
	Okul takımında	38	2,78	,869		
	Kulüpte	22	3,03	,701		
	Okul takımı/ kulüp	48	2,66	,875		
	Serbest zaman amaçlı	114	2,63	,803		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo incelendiğinde katılımcıların spor yapma şekillerine göre fiziksel saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu ($p<0,05$), sözel, düşmanlık ve öfke puanlarında ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Fiziksel saldırganlık puanlarındaki farklılık, kulüpte spor yapan katılımcıların fiziksel saldırganlık puanlarının diğer tüm katılımcılardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H_4 hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Spor kulübünde düzenli olarak spor yapan sporcuların spora diğer durumlarda katılan öğrencilerden daha fazla saldırgan olmalarında yaptıkları sporun doğasının yattığı söylenebilir. Çünkü kulüp sporcuları genellikle maçları kazanma, müsabakalara ferdi olarak katılıyorsa iyi derece elde etmek için çabalamaktadır. Kısacası performans sporu yapmaktadır. Bu durum sporcunun günlük hayatta da daha atılgan olmasına ve diğer öğrencilere kıyasla daha fazla saldırgan davranışlar sergilemelerine neden olabilir. Literatürde yer alan çeşitli araştırma sonuçları da bu düşünceyi desteklemektedir (Solak, 2011). Buna karşılık ortaöğretim öğrencilerinde spora katılım durumlarının saldırgan davranışlar üzerinde etkili olmadığını tespit eden araştırma bulguları da mevcuttur (Kırımoğlu ve diğerleri, 2008; Salar ve diğerleri, 2012).

Literatürde yer alan araştırmalar incelendiği zaman, bazı araştırmalarda çocuklarda ve gençlerde spora katılımın saldırganlık üzerine herhangi bir etkisinin bulunmadığı belirlenmiştir. Buna karşılık insanların başarılı olmak için spor yapmaları zamanla başarı için saldırgan davranışlar sergilemelerine neden olabilmektedir. Bu nedenle özellikle küçük yaşlardaki sporcularda önemli olan unsurun kazanmak olmadığı vurgulanmalı ve çocuklara uygulanan spor etkinlikleri bu prensip çerçevesinde gerçekleştirilmelidir (Alp ve diğerleri, 2014).

Araştırma bulgularımızı destekleyen benzer bir çalışmada düzenli olarak spor yapan ortaöğretim öğrencilerinin fiziksel saldırganlık düzeylerinin düzenli spor yapma alışkanlığı bulunmayan akranlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Atay, 2013). Ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan diğer bir çalışmada da spor yapan öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin spor yapmayan öğrencilerden daha yüksek olduğu bulunmuştur (Yılmaz, 2013). Üniversite öğrencileri üzerinde yapılan araştırmalarda da spor bölümlerindeki öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin diğer bölümlerdeki öğrencilerden daha yüksek olduğu belirtilmiştir (Bostan ve Kılıçgil, 2008). Araştırma bulgularımız ile paralellik gösteren diğer bir araştırmada, ferdi spor dalları ile ilgilenen sporcuların yıkıcı saldırganlık, edilgen saldırganlık ve genel saldırganlık düzeylerinin takım sporu yapan bireylerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (Güner, 2006).

Tablo 17.

Katılımcıların Spor Yapma Şekillerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Faktörler	Spor yapma şekli	N	X	Ss	Z	P
Fiziksel	Takım	129	2,55	,865	-,545	,586
	Ferdi	54	2,58	,760		
Sözel	Takım	129	2,60	,856	-1,549	,121
	Ferdi	54	2,76	,654		
Düşmanlık	Takım	129	2,60	,826	-1,437	,151
	Ferdi	54	2,76	,795		
Öfke	Takım	129	2,59	,812	-2,049	,040*
	Ferdi	54	2,81	,735		

* $p < 0,05$ düzeyinde anlamlı fark

Katılımcıların fiziksel, sözel ve düşmanlık puanları spor yapma şekillerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermezken ($p > ,05$), öfke puanlarında yapılan spor şekline göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır ($p < 0,05$). Ferdi sporlarla uğraşan katılımcıların öfke puanları daha yüksektir. Elde edilen bu bulgulara göre H_5 hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Ferdi sporcuların gerek saldırganlık gerekse de stres düzeylerinin takım sporu yapan öğrencilerden daha yüksek olmasında ferdi sporcularda antrenman ve müsabakaların takım sporlarındaki öğrencilerden daha fazla yıpratıcı olmasının yattığı düşünülebilir. Çünkü takım sporlarında sporcuların yaptıkları basit hatalar diğer oyuncular tarafından telafi edilebilirken, ferdi spor yapan sporcularda sporcu müsabakada başarılı olabilmek için sadece kendisi ile mücadele etmektedir. Bu nedenle ferdi spor dalları ile ilgilenen sporcuların stres ve saldırganlık düzeylerinin takım sporları ile ilgilenen sporculardan daha yüksek çıkmasının beklenen bir sonuç olduğu söylenebilir. Literatürde yer alan bazı araştırma bulguları da bu düşünceyi desteklemektedir (Tutkun ve diğerleri, 2010).

Dervent (2007) tarafından ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan diğer bir çalışmada da öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin takım ve ferdi spor dalları ile ilgilenme durumlarına göre anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur.

Her türlü spor etkinliğinde düşük veya yüksek miktarda güç kullanımı vardır. Fiziksel güç kullanımı belirli sınırlar içerisinde tutulmasına rağmen bazen güç kullanımı normal sınırların üzerine çıkabilmektedir. Bunun yanında takım sporlarında genellikle rakibe temas bulunurken ferdi sporlarda genellikle rakibe fiziksel temas fazla yoktur. Bu nedenle takım sporlarında rakibe saldırgan davranışlarla temas etmek mümkün değildir. Özellikle son yıllarda rakibe yapılan ağır faullere yönelik cezaların da artırılması takım sporlarında yer alan sporcuların saldırganlık davranışlarını dizginlemektedir (Güner, 2006). Bu durumun da takım

sporlarındaki sporcuların saldırganlık düzeylerinin ferdi sporculardan daha düşük olmasına katkı sağladığı düşünülebilir.

Salar ve diğerleri'ne (2012) göre, spora katılımın psikolojik özellikler ve sporcuların kişilik gelişimi üzerine etkileri, bireyin ilgilendiği spor dalı ile de bağlantılı olabilir. Takım veya ferdi olarak yapılan spor dallarının içerikleri değerlendirildiği zaman, spor dallarının içerisinde barındırdığı bir takım psikolojik özellikleri (motivasyon, bireysel mücadele, takım ruhu, konsantrasyon ve motivasyon vb.) nedeniyle bireyin de psikolojik ve duygusal durumunu farklı yönlerde etkileyebilir. Bu nedenle takım sporlarındaki sporcular ile ferdi spor dalları ile ilgilenen sporcuların psikolojik ve duygusal özellikleri yaptıkları spor dalının içeriğine göre birbirlerinden farklı olabilir.

Tablo 18.

Katılımcıların Eğitim Gördükleri Okul Türlerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Faktörler	Okul türü	N	X	Ss	X ²	P
Fiziksel	Spor Lisesi	66	2,48	,673	11,414	,010*
	Anadolu Lisesi	105	2,38	,975		
	Meslek Lisesi	111	2,70	,868		
	Sosyal Bilimler Lisesi	83	2,36	,785		
Sözel	Spor Lisesi	66	2,54	,665	3,634	,304
	Anadolu Lisesi	105	2,64	,852		
	Meslek Lisesi	111	2,64	1,012		
	Sosyal Bilimler Lisesi	83	2,78	,720		
Düşmanlık	Spor Lisesi	66	2,48	,780	4,846	,183
	Anadolu Lisesi	105	2,75	,847		
	Meslek Lisesi	111	2,57	,853		
	Sosyal Bilimler Lisesi	83	2,70	,802		
Öfke	Spor Lisesi	66	2,59	,768	3,039	,386
	Anadolu Lisesi	105	2,67	,895		
	Meslek Lisesi	111	2,63	,816		
	Sosyal Bilimler Lisesi	83	2,80	,809		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark,

Katılımcıların öğrenim gördükleri okul türüne göre fiziksel saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunurken (p<0,05), sözel, düşmanlık ve öfke puanlarında okul türüne göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamaktadır (p>0,05). Fiziksel saldırganlık puanlarındaki farklılık ise Meslek Lisesinde öğrenim gören katılımcıların puanlarının Anadolu Lisesi ile Sosyal Bilimler Liselerinde öğrenim gören katılımcılardan

yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H_6 hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Araştırma bulgularımızı destekleyen benzer çalışmalarda da meslek liselerine giden öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin diğer liselerdeki öğrencilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur (Öztürk, 2008). Bu sonuçların ortaya çıkmasının temelinde öğrencilerin okudukları okullara göre bilgi ve akademik başarılarının farklı olmasının yattığı düşünülebilir. Meslek liselerindeki öğrencilerin genellikle iyi bir liseye yerleşemeyen ve akademik başarıları düşük öğrenciler olması diğer okullardaki öğrencilerden daha yüksek saldırgan davranışlar sergilemelerinin temel nedeni olabilir. Öğrencilerin stres düzeylerinin öğrenim gördükleri okullara göre farklılık göstermesi de öğrencilerin ders yoğunlukları, derslere verdikleri önem ve öğrenim gördükleri bölümlerden mezun olduktan sonra iyi bir üniversite kazanabilmek için stres yaşamalarından kaynaklanıyor olabilir. Buna karşılık literatürde farklı ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin okul türlerine göre anlamlı farklılık göstermediğinin tespit edildiği araştırma bulguları da bulunmaktadır (Çolakoğlu ve Solak, 2014; Solak, 2011).

Tablo 19.

Katılımcıların Okullarında Yeterli Spor Malzemesi Bulunması Durumuna Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Faktörler	Malzeme durumu	N	X	Ss	Z	P
Fiziksel	Yeterli	303	2,49	,866	-,167	,868
	Yeterli değil	62	2,50	,836		
Sözel	Yeterli	303	2,63	,864	-1,469	,142
	Yeterli değil	62	2,75	,758		
Düşmanlık	Yeterli	303	2,63	,816	-,101	,919
	Yeterli değil	62	2,68	,903		
Öfke	Yeterli	303	2,65	,827	-1,110	,267
	Yeterli değil	62	2,76	,843		

Tablo incelendiğinde okullarında yeterli spor malzemesi bulunan ve bulunmayan katılımcıların fiziksel, sözel, düşmanlık ve öfke saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Elde edilen bu bulgulara göre H_7 hipotezi reddedilmiştir.

Bu sonucun ortaya çıkmasının temel nedeninin araştırmaya katılan tüm ortaöğretim öğrencilerinin okullarında benzer düzeyde spor malzemesi bulunması olabilir. Çolakoğlu ve

Solak'a (2014) göre, okullarda ortaöğretim öğrencilerinin spor aktiviteleri yapabilecekleri uygun ortamlar sağlanmalıdır. Tesis ve malzemenin yanında öğrencilerin ders içeriklerinin de sportif faaliyetlerle desteklenmesi psikolojik gelişimleri açısından oldukça önemlidir. Buna karşılık ülkemizdeki ortaöğretim kurumlarının spor tesis ve malzemesi bakımından yetersiz olduğu bilinmektedir (Derwent, 2007).

Tablo 20.

Katılımcıların Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Faktörler	Anne eğitim durumu	N	X	Ss	X ²	P
Fiziksel	İlkokul	67	2,62	,837	7,345	,119
	Ortaokul	155	2,37	,890		
	Lise	68	2,58	,758		
	Üniversite	47	2,63	,985		
	Lisans üstü	28	2,38	,691		
Sözel	İlkokul	67	2,61	,812	10,899	,028*
	Ortaokul	155	2,52	,830		
	Lise	68	2,72	,882		
	Üniversite	47	2,94	,825		
	Lisans üstü	28	2,86	,864		
Düşmanlık	İlkokul	67	2,55	,779	6,407	,171
	Ortaokul	155	2,56	,828		
	Lise	68	2,63	,850		
	Üniversite	47	2,89	,911		
	Lisans üstü	28	2,83	,701		
Öfke	İlkokul	67	2,64	,742	5,796	,215
	Ortaokul	155	2,58	,806		
	Lise	68	2,78	,863		
	Üniversite	47	2,74	,934		
	Lisans üstü	28	2,90	,870		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo incelendiğinde katılımcıların annelerinin eğitim düzeylerine göre fiziksel, düşmanlık ve öfke puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı (p>0,05), sözel saldırganlık puanlarında ise annelerinin eğitim düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır (p<0,05). Sözel saldırganlık puanlarındaki farklılık, annesi üniversite ve lisansüstü düzeyde eğitim almış olan katılımcıların puanlarının annesi ortaokul düzeyinde eğitim almış olan katılımcılardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H₈ hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Tablo 21.

Katılımcıların Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Faktörler	Baba eğitim durumu	N	X	Ss	X ²	P
Fiziksel	İlkokul	52	2,55	,851	2,196	,700
	Ortaokul	128	2,45	,808		
	Lise	66	2,42	,904		
	Üniversite	67	2,62	,956		
	Lisans üstü	52	2,47	,815		
Sözel	İlkokul	52	2,47	,895	9,148	,058
	Ortaokul	128	2,59	,843		
	Lise	66	2,61	,823		
	Üniversite	67	2,83	,876		
	Lisans üstü	52	2,83	,759		
Düşmanlık	İlkokul	52	2,55	,767	6,974	,137
	Ortaokul	128	2,51	,800		
	Lise	66	2,72	,909		
	Üniversite	67	2,73	,835		
	Lisans üstü	52	2,80	,829		
Öfke	İlkokul	52	2,57	,776	10,440	,034*
	Ortaokul	128	2,56	,774		
	Lise	66	2,60	,797		
	Üniversite	67	2,93	,923		
	Lisans üstü	52	2,82	,862		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo incelendiğinde fiziksel, sözel ve düşmanlık puanlarının katılımcıların babalarının eğitim düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği ($p>0,05$), öfke puanlarının ise babalarının eğitim düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($p<0,05$). Öfke puanlarındaki bu farklılık, babası üniversite düzeyinde eğitim almış olan katılımcıların puanlarının babası ilkökul, ortaokul ve lise düzeyinde eğitim almış olan katılımcılardan daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H_0 hipotezi kısmen kabul edilmiştir.

Eğitim düzeyi yüksek olan ebeveynlerin çocuklarının eğitim düzeyi düşük ebeveyn çocuklarına kıyasla daha yüksek saldırganlık ve stres düzeyine sahip olmalarında ailelerin çocuk yetiştirme tarzlarının etkili olduğu düşünülebilir. Özellikle iyi eğitim almış ebeveynler çocuklarını iyi bir disiplinle yetiştirmeye çalışırken çocuk yetiştirme konusunda daha fazla mükemmeliyetçi davranabilmektedirler. Ancak eğitim düzeyi düşük olan aileler çocuklarını nispeten daha fazla serbest bırakarak yetiştirmektedirler. Bu kapsamda eğitim düzeyi yüksek ve düşük olan ailelerin çocuklarının arasında stres ve saldırganlık farklılıklarının görülmesinin beklenen bir bulgu olduğu söylenebilir. Buna karşılık anne baba eğitim düzeyinin ötesinde

öğrencilerin stres ve saldırganlık düzeylerinin yetiştirilme tarzları ile ilişkili olduğu unutulmamalıdır. Nitekim yapılan çeşitli araştırmalarda, anne baba eğitim durumunun çocuklarda saldırganlık düzeyini etkilemeyen bir unsur olduğu bulunmuştur (Alp ve diğerleri, 2014). Yaş ortalamaları 14-18 arasında olan bireyler üzerinde yapılan diğer bir araştırma sonucu da bu düşüncüyü desteklemektedir. Söz konusu araştırmada ebeveyn eğitim durumunun çocukların saldırgan davranışlar sergileme düzeylerini tek başına açıklamakta yetersiz olduğu belirtilmiştir. Çocukların ilerde saldırgan davranışlar sergilemelerinin ebeveyn eğitim durumundan ziyade, ailenin çocuk yetiştirme biçimi, eşlerin birbirleri ile olan ilişkileri ve bazı kültürel farklılıklarından kaynaklandığı belirtilmiştir (Bayram, 2012). Ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan çeşitli araştırmalarda da ebeveyn eğitim durumunun öğrencilerin saldırganlık davranışları üzerinde belirleyici olmadığı bulunmuştur (Pekince, 2012). Ancak ailelerin çocuk yetiştirme konusunda otoriter, demokratik, koruyucu veya reddedici tavır sergilemelerinin çocukların ileride saldırgan olmalarını etkilediği belirtilmiştir (Öztürk, 2008; Sezer ve diğerleri, 2013).

Dervent (2007) tarafından yapılan araştırmada ortaöğretim öğrencilerinin saldırgan davranışlarının ebeveyn eğitim durumuna göre anlamlı farklılık gösterdiği bulunmuş, babaları ortaokul mezunu olan çocukların diğer çocuklara kıyasla daha fazla yıkıcı saldırganlık düzeyine sahip oldukları bulunmuştur.

Tablo 22.

Katılımcıların Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Faktörler	Aile gelir düzeyi	N	X	Ss	X ²	P
Fiziksel	750 TL ve altı	67	2,24	,855	9,806	,020*
	751-1200 TL	126	2,47	,852		
	1201-2250 TL	95	2,60	,830		
	2251 TL ve üzeri	77	2,60	,882		
Sözel	750 TL ve altı	67	2,33	,795	17,023	,001*
	751-1200 TL	126	2,64	,875		
	1201-2250 TL	95	2,73	,792		
	2251 TL ve üzeri	77	2,87	,839		
Düşmanlık	750 TL ve altı	67	2,38	,939	10,557	,014*
	751-1200 TL	126	2,63	,781		
	1201-2250 TL	95	2,70	,817		
	2251 TL ve üzeri	77	2,78	,789		
Öfke	750 TL ve altı	67	2,38	,785	16,788	,001*
	751-1200 TL	126	2,62	,783		
	1201-2250 TL	95	2,86	,870		
	2251 TL ve üzeri	77	2,79	,825		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo incelendiğinde katılımcıların tüm saldırganlık alt boyutlarındaki puanlarının ailelerinin gelir düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($p < 0,05$). Fiziksel saldırganlık puanlarındaki farklılık ailesinin gelir düzeyi 1201-2250 TL ve 2251 TL üzerinde olan katılımcıların saldırganlık puanlarının ailesinin gelir düzeyi 750 TL ve altında olan katılımcılardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Sözel saldırganlık ve düşmanlık puanlarındaki farklılık ise aile gelir düzeyi 751-1200 TL, 1201-2250 TL ve 2251 TL üzerinde olan katılımcıların puanlarının aile gelir düzeyi 750 TL ve altında olan katılımcılardan daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Öfke puanlarındaki farklılık aile gelir düzeyi 751-1200 TL, 1201-2250 TL ve 2251 TL üzerinde olan katılımcıların puanlarının aile gelir düzeyi 750 TL ve altında olan katılımcılardan daha yüksek olmasından ve aile gelir düzeyi 1201-2250 TL olan katılımcıların puanlarının aile gelir düzeyi 751-1200 TL olan katılımcılardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H_{10} hipotezi kabul edilmiştir.

Bu sonuçların ortaya çıkmasında ekonomik durumu iyi olan ailelerin çocukların genellikle tüm gereksinimlerini maddiyat ile sağlamaya çalışmalarının ve çocuklarına farklı biçimlerde sosyal destek sağlayamamalarının etkili olduğu düşünülebilir. Erşan ve diğerleri (2009) tarafından yapılan araştırmada, ekonomik gelir durumu yüksek olan öğrencilerin istediklerini maddi imkânları ile elde etmelerinin onları atılganlık açısından daha fazla saldırgan yaptıkları belirtilmiştir. Kabak (2009) tarafından yapılan araştırmada da ergenlik döneminde bulunan bireylerde ailenin ekonomik gelir düzeyi arttıkça saldırganlık düzeylerinin de arttığı tespit edilmiştir. Bu araştırma sonuçları bizim çalışma bulgularımızı desteklemektedir.

Araştırmada her ne kadar ailenin ekonomik durumuna göre öğrencilerin saldırganlık düzeylerinin farklılık gösterdiği belirlenmiş olsa da, literatürde aile ekonomik durumunun çocuklarda ve gençlerde saldırganlık düzeyini etkilemeyen bir unsur olduğunu tespit eden araştırma bulguları da mevcuttur (Alp ve diğerleri, 2014). Lise öğrencileri üzerinde yapılan benzer bir araştırmada da ailenin ekonomik gelir düzeyinin ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık düzeylerini etkilemediği, bu nedenle ortaöğretim öğrencilerinde saldırganlığın sadece ailenin ekonomik gelir durumuna göre incelenemeyeceği vurgulanmıştır (Bayram, 2012). Öztürk (2008) tarafından ortaöğretim öğrencileri üzerinde yapılan benzer bir çalışmada da öğrencilerin saldırganlık davranışları üzerinde ailenin ekonomik gelir düzeyinin anlamlı bir etkisinin bulunmadığı belirlenmiştir.

Tablo 23.

Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Saldırganlık Ölçeğinin Alt Boyutlarından Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Faktörler	Kardeş sayısı	N	X	Ss	X ²	P
Fiziksel	1 kardeş	46	2,57	,841	4,407	,354
	2 kardeş	197	2,42	,846		
	3 kardeş	99	2,57	,864		
	4 kardeş	18	2,80	1,010		
	5 kardeş	5	2,31	1,058		
Sözel	1 kardeş	46	2,61	1,000	3,075	,545
	2 kardeş	197	2,62	,864		
	3 kardeş	99	2,76	,805		
	4 kardeş	18	2,69	,655		
	5 kardeş	5	2,52	,642		
Düşmanlık	1 kardeş	46	2,75	,863	4,974	,290
	2 kardeş	197	2,57	,796		
	3 kardeş	99	2,66	,813		
	4 kardeş	18	2,71	,906		
	5 kardeş	5	3,48	1,557		
Öfke	1 kardeş	46	2,77	,877	2,315	,678
	2 kardeş	197	2,63	,839		
	3 kardeş	99	2,68	,785		
	4 kardeş	18	2,88	,778		
	5 kardeş	5	2,37	,773		

Katılımcıların fiziksel, sözel, düşmanlık ve öfke puanları katılımcıların kardeş sayılarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$). Elde edilen bu bulgulara göre H_{11} hipotezi reddedilmiştir.

Literatürde yer alan çeşitli araştırmalarda da ailede çocukların sahip oldukları kardeş sayısının saldırganlık düzeyi üzerinde anlamlı bir etkisi olmadığı tespit edilmiştir (Erşan ve diğerleri, 2009; Pekince, 2012). Bu kapsamda ortaöğretim öğrencilerinde kardeş sayısının algılanan stres düzeyine yönelik bir belirleyici olmadığı söylenebilir.

5.3.Araştırmaya Katılan Öğrencilerin Stres Düzeylerine İlişkin Bulgular Ve Hipotez Sonuçları

Tablo 24.

Katılımcıların Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanlara İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

N	En düşük	En yüksek	X	Ss
365	1	4	2,80	,632

Tablo incelendiğinde katılımcıların orta düzeyde stres seviyesine sahip oldukları görülmektedir.

Tablo 25.

Katılımcıların Cinsiyetlerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Cinsiyet	N	X	Ss	Z	P
Kadın	153	3,01	,548	-5,132	,000*
Erkek	212	2,66	,647		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo incelendiğinde kadın katılımcıların erkeklerden anlamlı düzeyde daha yüksek stres düzeyine sahip olduğu görülmektedir (p<0,05). Elde edilen bu bulgulara göre H₁₂ hipotezi kabul edilmiştir.

Bu sonucun ortaya çıkmasında kız öğrencilerin yaşları gereği bazı fizyolojik değişikliklerden olumsuz etkilenmeleri, bunun yanında hormonal değişime bağlı olarak kendilerini gergin hissetmelerinin etkili olduğu düşünülebilir. Bunun yanında kızların küçük yaşlardan beri stres faktörlerine karşı erkeklerden daha duyarlı olmalarının da (Karabekiroğlu, 2008) ortaöğretim çağındaki kızların stres düzeylerinin erkek öğrencilerden daha yüksek çıkmasında etkili olduğu söylenebilir.

Olf ve diğerleri (2007) tarafından yapılan araştırmada kadın ve erkeklerin yaşadıkları stres bozukluklarının karşılaştırılması amaçlanmıştır. Araştırmada stres bozukluklarının erkek bireylerle kıyaslandığı zaman kadınlarda daha fazla görüldüğü belirtilmiştir. Matud (2004) tarafından yapılan diğer bir araştırmada, bireylerin sahip oldukları stres düzeyleri ve stresle başa çıkma biçimleri bazı demografik değişkenlere göre incelenmiştir. Araştırmanın sonunda erkeklerle kıyaslandığı zaman kadınların hem günlük stres hem de kronik stres düzeylerinin daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 26.

Katılımcıların Yaş Gruplarına Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Yaş grupları	N	X	Ss	X ²	P
14 yaş	72	2,74	,670	15,526	,004*
15 yaş	73	2,69	,656		
16 yaş	54	2,67	,692		
17 yaş	89	2,81	,549		
18 yaş	77	3,05	,556		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo incelendiğinde katılımcıların yaş gruplarına göre stres düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir (p<0,05). Bu farklılık, 18 yaşındaki katılımcıların stres düzeylerinin diğer katılımcılardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H₁₃ hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 27.

Katılımcıların Sınıf Düzeylerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Sınıf düzeyleri	N	X	Ss	X ²	P
9.sınıf	125	2,75	,610	14,914	,002*
10.sınıf	59	2,57	,794		
11.sınıf	68	2,78	,587		
12.sınıf	113	3,00	,531		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo incelendiğinde katılımcıların sınıf düzeylerine göre stres düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir (p<0,05). Bu farklılık, 12.sınıftaki katılımcıların stres düzeylerinin diğer katılımcılardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H₁₄ hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 26 ve 27 incelendiği zaman ortaöğretim öğrencileri içerisinde en yüksek stres algısına 18 yaş grubunda bulunan son sınıf öğrencilerinin sahip oldukları görülmektedir. 18 yaşındaki katılımcıların yükseköğretime geçiş sürecinde oldukları, üniversite hayatına başlamak için önlerinde önemli bir sınav bulunduğu ve lise hayatı sonrasında iş yaşamına atılma olasılıklarının bulunduğu bilinmektedir. Tüm bu unsurların öğrencilerin stres düzeylerini belirli oranlarda etkilemesi muhtemeldir.

Dolayısıyla ortaöğretim öğrencileri içerisinde en yüksek stres düzeyine 18 yaşındaki öğrencilerin sahip olmasının beklenen bir sonuç olduğu düşünülebilir. Ekici'ye (2005) göre lise son sınıf dönemi öğrencilerin stres ve tedirginlik düzeylerinin arttığı ve sınav kaygılarının yüksek olduğu bir dönemdir. Ayrıca bu süreçte öğrencilerin ergenliğin getirdiği bazı psikolojik sorunlarla da mücadele etmesi yaşamını olumsuz yönde etkilemektedir.

Tablo 28.

Katılımcıların Spor Yapma Durumlarına Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Spor yapma durumu	N	X	Ss	X ²	P
Yapmıyor	143	2,86	,658		
Okul takımında	38	2,69	,632		
Kulüpte	22	2,97	,500	4,476	,345
Okul takımı/ kulüp	48	2,78	,570		
Serbest zaman amaçlı	114	2,76	,642		

Tablo incelendiğinde katılımcıların spor yapma durumlarına göre stres düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmadığı görülmektedir ($p>0,05$). Elde edilen bu bulgulara göre H_{15} hipotezi reddedilmiştir.

Bu sonucun ortaya çıkmasında spora katılım durumu nasıl olursa olsun spor katılımın psikolojik rahatlamaya katkı sağlamasının yattığı düşünülebilir. Literatürde yer alan çeşitli araştırmalarda da spora katılımın genel olarak psikolojik sağlığı olumlu yönde etkilediği ve stres oluşumunu en aza indirdiği tespit edilmiştir (Salar ve diğerleri, 2012; Peluso ve Andrade, 2005).

Tablo 29.

Katılımcıların Spor Yapma Şekillerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Spor şekli	N	X	Ss	Z	P
Takım	129	2,69	,599	-3,099	,002*
Ferdi	54	2,98	,582		

* $p<0,05$ düzeyinde anlamlı fark

Katılımcıların takım ve ya ferdi spor yapma şekline göre stres düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmaktadır ($p<0,05$). Ferdi spor yapan katılımcıların stres düzeyleri takım sporu yapan katılımcılardan daha yüksektir. Elde edilen bu bulgulara göre H_{16} hipotezi kabul edilmiştir. Öğrencilerin stres düzeylerinin takım veya ferdi spor yapma şekillerine göre farklılık göstermemesinin de temel nedeninin, spora katılımın türü ne olursa olsun sporun psikolojik yapı üzerinde olumlu etkilerinin bulunması olabilir. Salar ve diğerleri (2012) tarafından yapılan araştırmada da 15-18 yaş grubunda bulunan genç bireylerin psikolojik ve duygusal özelliklerinin takım veya ferdi spor yapma şekillerine göre anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bu araştırmanın sonucu yapılan bu araştırma bulgularını desteklemektedir.

Tablo 30.

Katılımcıların Eğitim Gördükleri Okul Türlerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Okul türü	N	X	Ss	X ²	P
Spor Lisesi	66	2,67	,581	38,750	,000*
Anadolu Lisesi	105	2,91	,610		
Meslek Lisesi	111	2,57	,660		
Sosyal Bilimler Lisesi	83	3,09	,510		

* $p<0,05$ düzeyinde anlamlı fark

Tablo incelendiğinde katılımcıların eğitim gördükleri okul türlerine göre stres düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunduğu görülmektedir ($p<0,05$). Bu farklılık Anadolu Lisesinde öğrenim gören katılımcıların stres düzeylerinin Spor Lisesinde eğitim gören katılımcılardan yüksek olmasından, Sosyal Bilimler Lisesinde öğrenim gören katılımcıların stres düzeylerinin de Spor Lisesi, Anadolu Lisesi ile Meslek Lisesinde eğitim gören katılımcıların stres düzeyinden yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H_{17} hipotezi kabul edilmiştir. Öğrencilerin öğrenim gördükleri liseler farklı olsa da, genellikle okulların ders saatlerinin ve okulların içerisinde buldukları sosyo-demografik özelliklerin benzerlik göstermesinin bu sonucun ortaya çıkmasında etkili olduğu düşünülebilir. Literatürde yer alan çeşitli araştırmalarda da eğitim görülen lise türünün öğrencilerin stres düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığı belirtilmiştir (Durna, 2006).

Tablo 31.

Katılımcıların Okullarında Yeterli Spor Malzemesi Bulunması Durumuna Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Malzeme durumu	N	X	Ss	Z	P
Yeterli	303	2,78	,645	-1,657	,098
Yeterli değil	62	2,93	,548		

Katılımcıların stres düzeyleri okullarında yeterli spor malzemesi olması ya da olmaması durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermemektedir ($p>0,05$). Elde edilen bu bulgulara göre H_{18} hipotezi reddedilmiştir. Spora katılımın psikolojik yararları bilinmekle beraber (Salar ve diğerleri, 2012) liselerde spor malzemesi ve spor tesislerinin yeterli düzeyde olmasının öğrencilerin spor yapma imkânlarının artmasına, buna bağlı olarak da öğrencilerin psikolojik yapılarının güçlenmesine katkı sağlayacağı düşünülebilir. Bu kapsamda araştırmaya katılan öğrencilerin stres düzeylerinin okullarında yeterli spor malzemesi bulunma durumlarına göre anlamlı farklılık göstermemesinin temelinde, Araştırmaya katılan öğrencilerin öğrenim gördükleri okullarda benzer düzeyde spor malzemesi olmasının yattığı düşünülebilir. Bunun yanında öğrencilerin okullarındaki spor malzemelerinden benzer düzeylerde yararlanıyor olmalarının da bu sonucun ortaya çıkmasında etkili olduğu düşünülebilir.

Tablo 32.

Katılımcıların Annelerinin Eğitim Düzeylerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Anne eğitim durumu	N	X	Ss	X^2	P
İlkokul	67	2,69	,527	15,077	,005*
Ortaokul	155	2,76	,654		
Lise	68	2,78	,679		
Üniversite	47	3,00	,614		
Lisans üstü	28	3,08	,530		

* $p<0,05$ düzeyinde anlamlı fark

Tablo incelendiğinde katılımcıların stres düzeylerinin annelerinin eğitim düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği görülmektedir ($p<0,05$). Bu farklılık annesi üniversite mezunu olan katılımcıların stres düzeylerinin annesi ilkokul mezunu olan ve ortaokul mezunu olan katılımcılardan yüksek olmasından ve annesi lisansüstü eğitim almış olan katılımcıların stres düzeyinin annesi ilkokul mezunu olan katılımcılardan daha yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H_{19} hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 33.

Katılımcıların Babalarının Eğitim Düzeylerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Baba eğitim durumu	N	X	Ss	X ²	P
İlkokul	52	2,68	,645	23,927	,000*
Ortaokul	128	2,76	,604		
Lise	66	2,62	,679		
Üniversite	67	2,99	,640		
Lisansüstü	52	3,04	,492		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Tablo incelendiğinde katılımcıların babalarının eğitim düzeylerine göre stres düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir (p<0,05). Bu farklılık babası lisansüstü eğitimi almış olan katılımcıların stres düzeyinin babası ilkokul, ortaokul ve lise eğitimi almış olan katılımcılardan yüksek olmasından ve babası üniversite eğitimi almış olan katılımcıların stres düzeyinin babası ilkokul, ortaokul ve lise eğitimi almış olan katılımcılardan yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Buna sebep olarak ise üniversite ya da lisans üstü eğitimi almış babaların çocuklarından iyi bir meslek ve kariyer beklentileri sebebiyle çocukların üzerinde aşırı baskı oluşturdukları düşünülmektedir. Elde edilen bu bulgulara göre H₂₀ hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 34.

Katılımcıların Ailelerinin Gelir Düzeylerine Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Aile gelir düzeyi	N	X	Ss	X ²	P
750 TL ve altı	67	2,55	,631	17,176	,001*
751-1200 TL	126	2,81	,638		
1201-2250 TL	95	2,87	,581		
2251 TL ve üzeri	77	2,93	,631		

*p<0,05 düzeyinde anlamlı fark

Katılımcıların stres düzeyleri ailelerinin gelir düzeylerine göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermektedir (p<0,05). Bu farklılık aile gelir düzeyi 751-1200 TL, 1201-2250 TL ve 2251 TL üzerinde olan katılımcıların stres düzeylerinin aile gelir düzeyi 750 TL ve altında olan katılımcıların stres düzeylerinden yüksek olmasından kaynaklanmaktadır. Elde edilen bu bulgulara göre H₂₁ hipotezi kabul edilmiştir.

Literatürde ortaöğretim öğrencilerinin stres düzeylerinin ailelerinin ekonomik gelir düzeylerine göre incelendiği araştırmalar yeterli sayıda olmamakla beraber, araştırmada ekonomik gelir düzeyi yüksek olan ailelerin çocukların stres düzeylerinin temelinde ekonomik gelir durumu iyi olan aile çocuklarının bazı beklentilerinin de yüksek olmasının ve söz konusu beklentilerinin karşılanma düzeylerinin düşük olmasının yattığı düşünülebilir.

Tablo 35.

Katılımcıların Kardeş Sayılarına Göre Stres Ölçeğinden Elde Ettikleri Puanların Karşılaştırılması

Kardeş sayısı	N	X	Ss	X ²	P
1 kardeş	46	2,94	,519		
2 kardeş	197	2,72	,622		
3 kardeş	99	2,91	,692	7,958	,093
4 kardeş	18	2,78	,590		
5 kardeş	5	2,90	,758		

Tablo incelendiğinde katılımcıların stres düzeylerinin kardeş sayılarına göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık göstermediği görülmektedir ($p>0,05$). Elde edilen bu bulgulara göre H_{22} hipotezi reddedilmiştir.

BÖLÜM V

Sonuç ve Öneriler

Sonuç olarak, ortaöğretim öğrencilerinde spora katılım biçimi, öğrenim görülen okul türü, ebeveyn eğitim durumu, cinsiyet, yaş, takım veya ferdi spor yapma durumu ile ailenin gelir düzeyinin öğrencilerin saldırganlık ve stres düzeylerini etkileyen bir unsur olduğu bulunmuştur. Buna karşılık kardeş sayısı ve öğrenim görülen okullarda spor malzemesi bulunma durumunun öğrencilerin saldırganlık ve stres düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin bulunmadığı tespit edilmiştir. Elde edilen araştırma bulguları literatürde yer alan çeşitli araştırma sonuçları ile desteklenmiştir. Ancak araştırmada elde edilen bulguların ortaöğretim öğrencilerinin stres ve saldırganlık düzeylerini açıklama konusunda yeterli olmadığı görülmüştür. Çünkü öğrencilerin çocukluk dönemlerinden beri yaşadıkları sosyo-kültürel çevre, ailelerin çocuk yetiştirme konusundaki tutumları, bunun yanında öğrencilerin sahip oldukları ve stres ile saldırganlık üzerinde etkili olabilecek diğer bilişsel özellikler dikkate alınmamıştır. Bu nedenle ortaöğretim öğrencilerinde her ne kadar bazı demografik değişkenlerin stres ve saldırganlığı açıklama konusunda faydalı olabileceği belirlenmiş olsa da, ortaöğretim öğrencilerinin saldırganlık ve stres düzeylerini etkileyen nedenlerin daha iyi anlaşılabilmesi için geniş kapsamlı araştırmalara gereksinim vardır. Araştırmada elde edilen ve literatürde konu ile ilgili yapılmış olan mevcut çalışma sonuçları göz önünde tutularak şu önerilerde bulunulabilir;

1.Ortaöğretim öğrencilerinin stres ve saldırganlık düzeylerinin diğer psikolojik unsurlarda göz önünde bulundurularak (benlik saygısı, beden algısı, kişilik özellikleri, sosyal beceri düzeyi, empatik beceriler vb.) yeni araştırmalar yapılabilir. Böylece ortaöğretim öğrencilerinde stres ve saldırganlığa neden olan psikolojik unsurların daha iyi anlaşılması mümkün olacaktır.

2.Ortaöğretim öğrencilerinde spora katılımın psikolojik özellikler üzerindeki olumlu etkileri göz önünde bulundurularak gençlerin spora katılımlarını arttırabilmek için çeşitli projeler geliştirilmelidir.

3.Ortaöğretim öğrencilerinde yaşanan çevrenin stres ve saldırganlık üzerine bazı etkileri bulunabilir. Bu nedenle farklı sosyo-kültürel çevrelerde yaşayan ortaöğretim öğrencilerinin stres ve saldırganlık düzeylerinin incelendiği yeni araştırmalar yapılabilir. Böylece yaşanan çevrenin öğrencilerin stres ve saldırganlık düzeyleri üzerindeki etkilerine dair önemli sonuçlara ulaşılabilir.

4.Ortaöğretim öğrencilerine, okul idarecilerine, öğrenci velilerine ve kamuoyuna sporun sadece fiziksel faydalarının olmadığı, birey ve toplum için psiko-sosyal faydalarının da çok önem taşıdığı daha kuvvetli anlatılmalıdır.

5.Okullarda ortaöğretim öğrencilerinin spor yapabilmesi için fiziki mekanların sayısı ve niteliği artırılabilir, daha fazla öğrenci sporun içine çekilerek okullardaki beden eğitimi dersine ve spora ayrılan süreler uzatılmalıdır.

6.Okul takımlarında yer alan tüm sporcu oyunculara okul rehberlik servisi tarafından psikolojik destek sağlanmalıdır.

7.Spor kulüpleri, bünyesindeki lisanslı sporculara psikolog sağlayarak onları psikolojik olarak desteklemeli ve eğitmelidir.

8.Öğrencilerde spor kültürünün yerleşmesi ve doğru spor bilincinin oluşabilmesi için okullardaki ders programlarına olimpizm ruhunu gençlere aktaracak dersler eklenmelidir.

KAYNAKÇA

- Abay, E., Tuğlu, C. (2000). Şiddet Ve Agresyonun Nörobiyolojisi. *Klinik Psikiyatri*, 3, 21-26.
- Açak, M. (2006). Beden Eğitimi Öğretmeninin El Kitabı. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.
- Akçakaya, R. Ö., Erden, S. Ç. (2014). .Stres Ve Stresle Baş Etmede Psikiyatrik Yaklaşım. *Turkish Family Physician*, 5(2), 18-25.
- Aksoy, R., Bakış, M., Ünveren, M. (2012). Spor Sosyolojisi. Ankara: Milli Eğitim Bakanlığı Yayınları.
- Alp, M., Eraslan, M., Atay, E., Özmutlu, İ. (2014). Düzenli Spor Yapan Ve Yapmayan Çocukların Sosyo-Demografik Özelliklerine Göre Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi. *Kafkas Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 32-36.
- Atay, E. (2013). Impact Of Sports And Social Activities Participation On Aggression Level. *International Journal Of Academic Research*, 5(5B), 169-173.
- Aytaç, S.(2009). İş Stresi Yönetimi El Kitabı İş Stresi: Oluşumu, Nedenleri, Başa Çıkma Yolları, Yönetimi. [Http://www.Turkis.Org.Tr/Source.Cms.Docs/Turkis.Org .Tr.Ce/Docs/File/Ec109.Pdf](http://www.turkis.org.tr/source/cms/docs/turkis.org.tr/ce/docs/file/ec109.pdf) Adresinden 28.11.2014 Tarihinde Erişilmiştir.
- Aytan, G. C. (2010). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Sosyalleşmelerinde Sporun Etkileri*. Doktora Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.
- Balcıoğlu, İ. (2005). Stres Kavramı Ve Tarihsel Gelişimi. *İ. Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi*, 47, 09-12.
- Bayram, Y. (2012). *Spor Yapan Ve Yapmayan 14-18 Yaş Grubu Öğrencilerin Saldırganlık Tutumlarının İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı.
- Bostan, G., Kılıçgil, E. (2008). Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencisi Olan Ve Olmayan Ankara Üniversitesi Öğrencilerinin Saldırganlık Boyutları. *SPORMETRE Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3) 133-140.
- Bulgu, N. (2013). Spora Katılımda Toplumsal Fayda: Kazakistan Ahmet Yesevi Üniversitesi Öğrencileri Örneği. *Hacettepe Üniversitesi Türkiyat Araştırmaları Dergisi*, 18, 25-45.
- Canpolat, Ö. (2006). *Çalışanların Stres Düzeylerini Etkileyen Faktörler Ve İş Sağlığı Hemşiresinin Stres İle Baş Etmede Etkinliği*. Yüksek Lisans Tezi, Kocaeli:

Kocaeli Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Halk Sağlığı Hemşireliği Programı.

- Cengiz, R., Pulur, A., Cengiz, Ş. (2008). Futbol Hakemlerinin Saldırganlık Tiplerinin Klasman Düzeylerine Göre İncelenmesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 78-88.
- Ceylan, R. (2008). *İlköğretimde Beden Eğitimi Dersinin, Takiben Yapılan Diğer Derslerde Öğrencilerin Başarıları Üzerindeki Etkisinin Araştırılması (Kütahya İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı.
- Çolakoğlu, F. F., Solak, N. (2014). Ortaöğretim Öğrencilerinin Cinsiyet Ve Okul Türüne Göre Saldırganlık Düzeyleri İle Empatik Eğilim Düzeylerinin İncelenmesi (Çorum İli Örneği). *International Journal Of Social Science*, 26, 57-66.
- Dervent, F. (2007). *Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri Ve Sportif Aktivitelere Katılımla İlişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.
- Dervent, F., Arslanoğlu, E., Şenel, Ö. (2010). Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri Ve Sportif Aktivitelere Katılımla İlişkisi (İstanbul İli Örneği). *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 521-533.
- Duman, S., Kuru, E. (2010). Spor Yapan Ve Spor Yapmayan Türk Öğrencilerin Kişisel Uyum Düzeylerinin Belirlenmesi Ve Karşılaştırılması. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 18-26.
- Durna, U. (2006). Üniversite Öğrencilerinin Stres Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(1), 319-343.
- Ekici, G. (2005). Lise Öğrencilerinin Öğrenci Seçme Sınavına (ÖSS) Yönelik Tutumlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28, 82-90.
- Erşan, E. E., Doğan, O., Doğan, S. (2009). Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Sosyodemografik Açından Değerlendirilmesi. *Cumhuriyet Tıp Dergisi*, 31, 231-238.
- Eryılmaz, A. (2009). Ergenlik Döneminde Stres Ve Başa Çıkma. *Yüzüncü Yıl Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 6(2), 20-37.
- Eşsizoglu, A.(2013). Çatışma Ve Stres Yönetimi II: Stresin Tanımı Ve Doğası. Editör: Çınar Yenilmez. Eskişehir: Açık Öğretim Fakültesi Yayınları.
- Gutin, B., Barbeau, P., Owens, S., Lemmon, C. R., Bauman, M., Allison, J., Kang, H. S., Litaker, M. S. (2002). Effects Of Exercise Intensity On Cardiovascular

- Fitness, Total Body Composition, And Visceral Adiposity Of Obese Adolescents. *The American Journal Of Clinical Nutrition*, 75(5), 818-826.
- Güçlü, N. (2001). Stres Yönetimi. *G.Ü. Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 21(1), 91-109.
- Gümüştekin, G. E., Öztemiz, A. B. (2004). Örgütsel Stres Yönetimi Ve Uçucu Personel Üzerinde Bir Uygulama. *Erciyes Üniversitesi İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 23, 61-85.
- Güner, B. Ç. (2006). *Takım Sporları Ve Bireysel Sporlar Yapan Sporcuların Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı.
- Gürel, E.İ., Pehlivanoğlu, B., Bayrak, S. (2010). Akut Stres İle Kan Akışkanlığı Arasındaki İlişki: Cinsiyet Ve Menstrüel Döngü Evrelerinin Etkisi. *Türkiye Klinikleri Cardiovascular Sciences*, 22(3), 311-317.
- Hassmén, P., Koivula, N., Uutela, A. (2000). Physical Exercise And Psychological Well-Being: A Population Study In Finland. *Preventive Medicine*, 30(1), 17-25.
- Hasta, D., Güler, M. E. (2013). Saldırganlık: Kişilerarası İlişki Tarzları Ve Empati Açısından Bir İnceleme. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 64-104.
- İnan, M., Karagözoğlu, C., Şimşek, Ö. (2014). The Effects Of Active Games On Aggressive Behaviors Of 7-Year-Old Children. *Pegem Journal Of Education & Instruction*, 4(1), 47-58.
- İştar, E. (2012). Stres Ve Verimlilik İlişkisi. *Akademik Bakış Dergisi*, 33, 1-21.
- Kabak, F. (2009). *Ergenlerde Spora Katılımın Saldırgan Davranışlar Üzerine Etkilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı.
- Karabekiroğlu, K., Arman, A. R., Berkem, M. (2008). Erken Çocukluk Dönemi Psikiyatrik Sorunları İle Ebeveyn Depresyonu Arasındaki İlişki: Cinsiyetin Rolü. *Çocuk Ve Gençlik Ruh Sağlığı Dergisi*, 15(2), 75-86.
- Karabulut, E. O. (2013). 16 Yaş Altı Çim Hokeyi Sporcularının Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Bakımından İncelenmesi. *Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 11(2), 139-147.
- Karataş, H., Öztürk, C. (2009). Sosyal Bilişsel Teori İle Zorbalığa Yaklaşım. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 2(2), 61-74
- Karayılmaz, A. (2006). *Amatör Küme Futbolcularını Saldırganlığa İten Psiko-Sosyal Nedenler (Zonguldak Süper Amatör Ligi Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi,

Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.

- Kaya, E. Ö. (2010). *18-25 Yaş Arası İşitme Engelli Sporcuların Stres Ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Kayseri: Erciyes Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı.
- Kesen, N. F., Deniz, M. E., Durmuşoğlu, N. (2007). Ergenlerde Saldırganlık Ve Öfke Düzeyleri Arasındaki İlişki: Yetiştirme Yurtları Üzerinde Bir Araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 17, 353-364.
- Kırımoğlu, H., Parlak, N., Dereceli, Ç., Kepoğlu, A. (2008). Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Spora Katılım Düzeylerine Göre İncelemesi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 147-154.
- Kurtiç, N. (2006). *Futbol Seyircisini Saldırganlığa İten Psiko-Sosyal Nedenler (Sakarya İl Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.
- Küçük, S. (2012). *Ortaöğretim Öğrencilerinin Kişilik Özellikleri İle Spora Katılımları Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon: Karadeniz Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı.
- Küçük, V., Koç, H. (2004). Psiko-Sosyal Gelişim Süreci İçerisinde İnsan Ve Spor İlişkisi. *Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 10, 131-141.
- Madran, A. D. (2013). Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği'nin Türkçe Formunun Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 24(2), 1-6.
- Matud, M. P. (2004). Gender Differences in Stress and Coping Styles. *Personality and Individual Differences*, 37(7), 1401-1415.
- Odabaşı, Z. (2006). *Çalışma Yaşamında Stres*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Çalışma Ekonomisi Ve Endüstri İlişkileri Anabilim Dalı.
- Okutan, M., Tengilimoğlu, D. (2002). İş Ortamında Stres Ve Stresle Başa Çıkma Yöntemleri. *G.Ü. İktisadi Ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 4(3), 15-42.
- Olf, M., Langeland, W., Draijer, N., Gersons, B. P. (2007). Gender Differences in Posttraumatic Stress Disorder. *Psychological Bulletin*, 133(2), 183.
- Ölmez, E. (2010). *Görme Engelli Bireylerin Sosyalleşme Sürecine Sporumun Etkisi*. Yüksek Lisans Tez, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.

- Özdevecioğlu, M., Yalçın, Y. (2010). Spor Tatmininin Sporcuların Stres Ve Saldırganlık Düzeyleri Üzerindeki Etkisi. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 63-76.
- Özen, Ü., Eygü, H., Kabakuş, A. K. (2013). Üniversite Öğrencilerinin Sporda Şiddet Ve Saldırganlık Algıları. *Gümüşhane Üniversitesi Sosyal Bilimler Elektronik Dergisi*, 7, 323-342.
- Özgen, F., Aydın, H. (1999). Travma Sonrası Stres Bozukluğu. *Klinik Psikiyatri*, 1, 34-41.
- Özkaya, M.O., Yakın, V., Ekinci, T. (2008). Stres Düzeylerinin Çalışanların İş Doyumu Üzerine Etkisi: Celal Bayar Üniversitesi Çalışanları Üzerine Ampirik Bir Araştırma. *Celal Bayar Üniversitesi İİBF Yönetim Ve Ekonomi Dergisi*, 15(1), 163-179.
- Özmen, M., Önen, B. (2005). Stresle Başa Çıkma Yolları. *İ. Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi*, 47, 171-180.
- Öztürk, N. (2008). *Ortaöğretim 9. Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Malatya: İnönü Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Pekince, H. (2012). *Ergenlerin Saldırganlık Düzeyleri İle Sosyal Aktivitelere Katılımları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Malatya: İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı.
- Peluso, M. A. M., & Andrade, L. H. S. G. D. (2005). Physical Activity And Mental Health: The Association Between Exercise And Mood. *Clinics*, 60(1), 61-70.
- Ramazanoğlu, F., Karahüseyinoğlu, M. F., Demirel, E. T., Ramazanoğlu, M. O., Altungül, O. (2005). Sporun Toplumsal Boyutlarının Değerlendirilmesi. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 153-157.
- Saföz, P. S. (2008). *Boş Zamanları Değerlendirmeye Yönelik Hazırlanan Grup Rehberliği Programının Öğrencilerin Saldırgan Davranışları Üzerindeki Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Salar, B., Hekim, M., Tokgöz, M. (2012). 15-18 Yaş Grubu Takım Ve Ferdi Spor Yapan Bireylerin Duygusal Durumlarının Karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(6), 123-135.
- Sarıçam, H. (2012). *İş Sağlığı Ve Güvenliği Kapsamında Hemşirelerin Karşılaştığı Risk Ve Tehlikelerin İş Stresi Düzeyleri Üzerine Etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sağlıkta Kalite Geliştirme Ve Akreditasyon Anabilim Dalı.

- Sayar, K., Bağlan, F. (2010). *Koruyucu Psikoloji: Çocuk Eğitiminde Duygusal Rehberlik*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Sezer, A., Kolaç, N., Erol, S. (2013). Bir İlköğretim Okulu 4, 5, Ve 6. Sınıf Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Anne Baba Tutumları Ve Bazı Değişkenler İle İlişkisi. *Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 3(4), 184-190.
- Slentz, C. A., Duscha, B. D., Johnson, J. L., Ketchum, K., Aiken, L. B., Samsa, G. P., Houmard, J., Bales, C. W., Kraus, W. E. (2004). Effects Of The Amount Of Exercise On Body Weight, Body Composition, And Measures Of Central Obesity: Stride—A Randomized Controlled Study. *Archives Of Internal Medicine*, 164(1), 31-39.
- Solak, N. (2011). *Spor Yapan Ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri İle Empatik Eğilim Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi - Çorum İli Örneği*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Anabilim Dalı.
- Soysal, A. (2009). İş Yaşamında Stres. *Çimento İşveren Dergisi*, Mayıs Sayısı, 17-39.
- Şahan, H. (2007a). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü*. Doktora Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Halkla İlişkiler Ve Tanıtım Anabilim Dalı.
- Şahan, H. (2008). *Üniversite Öğrencilerinin Sosyalleşme Sürecinde Spor Aktivitelerinin Rolü*. *KMU İİBF Dergisi*, 10(15), 260-278.
- Şahan, M. (2007b). *Lise Öğrencilerinde Saldırganlığı Yordayan Bazı Değişkenlerin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı.
- Şenyüzlü, E. (2013). *Üniversite Öğrencilerinde Spora Katılımın Saldırgan Davranışlar Üzerine Etkilerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Kütahya: Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı.
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor Psikolojisi: Kavramlar, Kuramlar Ve Uygulama*. Ankara: Eylül Kitap Ve Yayınevi.
- Totan, T., Yöndem, Z.D. (2007). Ergenlerde Zorbaliğın Anne, Baba Ve Akran İlişkileri Açısından İncelenmesi. *Ege Eğitim Dergisi*, 8(2), 53-68.
- Tutkun, E., Güner, B. Ç., Ağaoğlu, S. A., Soslu, R. (2010). Takım Sporları Ve Bireysel Sporlar Yapan Sporcuların Saldırganlık Düzeylerinin Değerlendirilmesi. *Spor Ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 23-29.

- Tuzgöl, M. (2000). Ana Baba Tutumları Farklı Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi*, 2(14), 39-48.
- Tüter, G.Ö. (2011). Stres: Savaş Ya Da Kaç. [Http://www.dokudanismanlik.com/makaleler-stres-savas-ya-da-kac.php](http://www.dokudanismanlik.com/makaleler-stres-savas-ya-da-kac.php). Erişim Tarihi: 26.12.2014
- Uğur, M. (2005). Stres Kavramı Ve Psikiyatrik Hastalıklar. *İ. Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi*, 47, 13-33.
- Usta, N. (2012). *İş Stresinin İlköğretim Okullarında Görev Yapan Yöneticilerin Davranışlarına Etkisi (Edirne İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi , Edirne: Trakya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Yalçın, Ö., Erdoğan, A. (2013). Şiddet Ve Agresyonun Nörobiyolojik, Psikososyal Ve Çevresel Nedenleri. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 5(4), 388-419.
- Yavuz, R. (2005). Stres Ve Kişilik. *İ. Ü. Cerrahpaşa Tıp Fakültesi Sürekli Tıp Eğitimi Etkinlikleri Sempozyum Dizisi*, 47, 39-43.
- Yazarer, İ., Taşmektepligil, M. Y., Ağaoğlu, Y. S., Ağaoğlu, S. A., Albay, F., Eker, H. (2004). Yaz Spor Okullarında Basketbol Çalışmalarına Katılan Grupların İki Aylık Gelişmelerinin Fiziksel Yönden Değerlendirilmesi. *SPORMETRE Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(4) 163-170.
- Yıldız, S. (2009). *Spor Yapan Ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi Ve Spor Öğretimi Anabilim Dalı.
- Yılmaz, S. (2013). *Spor Yapan Ve Yapmayan Ortaöğretim Öğrencilerinin Empatik Eğilimleri İle Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi (İstanbul İli Bayrampaşa İlçesi Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: Yeditepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eğitim Yönetimi Ve Denetimi Anabilim Dalı.

ÖZGEÇMİŞ

Kişisel Bilgiler

Adı Soyadı Vedat ULUIŞIK
Doğum Yeri ve Tarihi Burdur – 12.01.1982

Eğitim Durumu

Lisans Öğrenimi Sakarya Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği
Bölümü

Yüksek Lisans Öğrenimi

Bildiği yabancı Diller İngilizce

Yayınlar

Deneyimler

Stajlar

Aldığı Belgeler

Çalıştığı Kurumlar Milli Eğitim Bakanlığı
İletişim vedat151515@gmail.com