

**Benlik Saygısının Sürekli Öfke Tarzları Üzerindeki Yordayıcılığının
İncelenmesi: Mücadele Sporcuları Örneği**

Hasan GÜLER 

DOI: <https://doi.org/10.38021asbid.1208670>

ORJİNAL ARAŞTIRMA

Aydın Adnan Menderes
Üniversitesi,
Spor Bilimleri Fakültesi,
Aydın/Türkiye

Öz

Bu araştırmada benlik saygısı ile sürekli öfke tarzları arasındaki ilişkinin incelenmesi ve benlik saygısının sürekli öfke tarzları üzerindeki yordayıcılığının belirlenmesi amaçlanmıştır. İlişkisel tarama yönteminde yürütülen bu araştırmanın çalışma grubunu 2022 yılında mücadele sporu yapan 331 sporcu oluşturmuştur. Araştırmada "Kişisel Bilgi Formu" ile Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlaması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılan "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" ve Spielberger (1983) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlaması Özer (1994) tarafından yapılan "Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği" kullanılmıştır. Veriler; SPSS 25.00 ve AMOS 21.0 paket programları kullanılarak %95 güven aralığında ve 0,05 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. İstatistiksel açıdan, Yapısal eşitlik modeli (path), pearson korelasyon analizi, Anova analizi, t testi, frekans, yüzde ve güvenilirlik katsayısı hesaplamaları yapılmıştır. Katılımcıların benlik saygıları ve sürekli öfke tarzları ile eğitim durumu ve gelir durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık tespit edilmiştir. Sonuç olarak benlik saygısının sürekli öfke üzerinde istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde bir etkisi olduğu görülmektedir.

Sorumlu Yazar: Hasan
GÜLER
hasanguler1988@gmail.com

Anahtar kelimeler: Benlik, Öfke, Sürekli Öfke, Mücadele Sporları.

**Investigation of The Prediction of Self-Respect on
Continuous Angry Styles: The Example of Fighting
Athletes**

Abstract

In this study, it was aimed to examine the relationship between self-esteem and trait anger styles and to determine the predictor of self-esteem on trait anger styles. The study group of this research, which was carried out in relational screening method, consisted of 331 athletes engaged in combat sports in 2022. In the research, the "Personal Information Form" was developed by Rosenberg (1965), the Turkish adaptation of the "Rosenberg Self-Esteem Scale" by Çuhadaroğlu (1986), and the Turkish version of the "Trait Anger and Anger Expression Scale" developed by Spielberger (1983) and made by Özer (1994)" used. Data; It was evaluated at 95% confidence interval and 0.05 significance level using SPSS 25.00 and AMOS 21.0 package programs. Statistically, Structural equation model (path), pearson correlation analysis, Anova analysis, t test, frequency, percentage and reliability coefficient calculations were made. While a statistically significant difference was found between the self-esteem and trait anger styles of the participants, and their education and income status, it was determined that there was a low level of negative correlation between self-esteem and age. As a result, it is seen that self-esteem has a statistically significant and positive effect on trait anger.

Keywords: Self, Anger, Trait Anger, Combat Sports.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi:
22.11.2022

Kabul Tarihi:
15.12.2022

Online Yayın Tarihi:
19.12.2022

Giriş

Modern yaşamın ayrılmaz bir parçası olan spor (Altınışik vd., 2020) bireylerin gelişim boyutlarına da katkı sağlayan önemli bir araçtır (Altınışik vd., 2021; Altınışik ve Çelik, 2021). Spor dinamik bir olgudur dolayısıyla sürekli bir gelişme gösterir. Yaşanan coğrafyaya göre, insanların yaşam tarzlarına göre ya da etkileşimde buldukları uygarlıklara göre beden kültürü anlayışlarının ve spor algılarının geçmişten günümüze önemli ölçüde farklılıklar gösterdiğini söylemek mümkündür (Kale ve Dumangöz, 2021).

James (1890)'e göre benlik saygısı, kişinin algıladığı bireysel başarı derecesi ve bu başarıya yüklediği anlamın kişisel değerlendirmesidir. Rogers (1951) fenomenolojik kuramında benlik saygısını, bireyin çevre etkisi sonucunda elde ettiği değerlilik duygusu olarak tanımlar. Tözün (2010)'e göre Rogers tarafından belirtilen bu kuramda, “ideal benlik ve gerçek benlik arasındaki fark” benlik saygısını ortaya çıkartmaktadır. Bu kurama göre, koşulsuz sevgi ortamında büyüyen bireylerde olumlu benlik sayısı gelişmektedir. Kısaca benlik saygısı; bireyin kendisi hakkındaki olumlu ve olumsuz yönde olan tutumlarını içermektedir.

Bilindiği üzere sporun benlik ve benlik saygısının gelişiminde de olumlu yönde katkıları bulunmaktadır. Çünkü spor bireye sadece fiziki yönde gelişim sağlamakla kalmayıp, kişinin hem sosyal hem de psikolojik açıdan gelişimine de katkı sağlamaktadır. Araç (2022)'a göre, küçük yaşta spora başlayan birey, akranlarına göre, kendini daha iyi tanımakta, akranlarının gözünde kendi değerini öğrenmekte ve böylelikle benlik saygısını oluşturmaktadır. Bunun yanında, benlik saygısı yüksek olan bireyin sportif açıdan motivasyonu da yüksek olacaktır. Sportif açıdan motivasyon, bireyin davranışlarının eyleme geçmesine olanak tanıyan bir güç olarak tanımlanabilir (Uluç, 2022). Böylelikle sportif açıdan motivasyonu yüksek olan bireyin benlik saygısı düzeyinin de yüksek olacağı düşünülmektedir. Araç (2022)'a göre benlik saygısı düşük olan bireyler, spor sayesinde kendilerini olumsuz yönde tekrar değerlendirmektedir. Mevcut araştırmada, benlik saygısı düşük olarak bireylerin sürekli öfke düzeylerinin yüksek olacağı düşüncesinden hareket edilmiştir.

Öfke en kısa şekliyle “birine veya bir şeye karşı, kendisine kasten yanlış yapıldığını düşünerek düşmanlık hissetmeyle karakterize bir duygudur” (Türkay, 2022). Öfkenin birden çok tanımı bulunmakla birlikte Novaco ve Chemtob (1998) öfkeyi olumsuzluğun sebebi olarak algılanan nesnelere ve bireyler tarafından tetiklenmiş bir karşılıklı gelim ya da düşmanlığı barındıran bir duygu olarak tanımlamıştır.

Alan yazın incelendiği zaman öfkenin genellikle olumsuz bir duygu-durum olarak sınıflandırıldığı gözlenmektedir. Buna karşın psikolojik, duygusal, bilişsel, sözel ve motor öğeler arasında bulunan etkileşimi farklı düzeylerde içermekte olan ve içsel bir durum olarak nitelendirilen

öfke; mutluluk, korku, üzüntü ve nefretten oluşan beş temel duygudan bir tanesidir (Sharkin, 1988). Buradan hareketle öfkenin son derece doğal bir duygu durum olduğu çıkarımında bulunulabilir.

Kan (2022)'a göre, bireyin öfke durumunu zaman içerisinde birçok kez yaşaması durumu sürekli öfke olarak tanımlanmaktadır. Spielberger ve arkadaşları (1955)'na göre, başına gelen her olumsuz olayda öfkelenen kişiler sürekli öfke eğilimi içerisindedirler. Deffenbacher ve arkadaşları (1996)'na göre, sürekli olarak öfkelenen bireyler, saldırganlık içeren davranışlarını bastırmaktadır. Böylelikle davranışlarına baskı uygulayan bireyler psikolojik açıdan olumsuz yönde etkilenmektedir. Bunun yanında bireyin davranışlarının engellenmesi durumu da kişinin kolaylıkla öfkelenmesine neden olmaktadır. Bilindiği üzere, insanlarda öfke duygu çok basit ve hızlı şekilde ortaya çıkmakta ve böylelikle bireyler, öfke durumları yükseldiğinde içerisinde buldukları mevcut durumu kontrol altına almakta zorlanmaktadır. Soykan (2003)'a göre, sürekli olarak öfke durumunu yaşayan bireylerin kendi yaşamlarında da birtakım problemler meydana gelmektedir. Kişinin öfke düzeyinin süreklilik arz etmesi ve yüksek olması durumuna sürekli öfke denmektedir. Öfkenin sürekli ve yüksek olması durumunda birey herhangi bir engellenme durumuyla karşı karşıya kalırsa öfkesini daha çabuk dışa vurabilmektedir (Tathioğlu ve Karaca, 2013). Bu bağlamda mücadele sporcularının benlik saygısı ve sürekli öfke tarzlarının incelenmesinin amaçlandığı bu araştırmanın hipotezlerini;

H₁ Mücadele sporuyla uğraşan bireylerin benlik saygıları ve sürekli öfke tarzları cinsiyet değişkeni açısından farklılaşmaktadır.

H₂ Mücadele sporuyla uğraşan bireylerin benlik saygıları ve sürekli öfke tarzları spor branşı değişkeni açısından farklılaşmaktadır.

H₃ Mücadele sporuyla uğraşan bireylerin benlik saygıları ve sürekli öfke tarzları eğitim durumu değişkeni açısından farklılaşmaktadır.

H₄ Mücadele sporuyla uğraşan bireylerin benlik saygıları ve sürekli öfke tarzları gelir durumu değişkeni açısından farklılaşması oluşturmaktadır.

Gereç ve Yöntem

Araştırmanın bu kısmında araştırmanın modeli, evren ve örneklem büyüklüğü, verilerin toplanma süreci ve verilerin analizi ile ilgili açıklamalara yer verilmiştir.

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada korelasyon analizi ve regresyon analizini içinde bulunduran yapısal eşitlik modeli kullanılmıştır. Bu model "açık (gözlenebilir, ölçülebilir) ve gizli (gözlenemeyen, ölçülemeyen) değişkenler arasındaki nedensel ve korelasyon ilişkilerin birlikte bulunduğu modellerin test edilebilmesi için kullanılan bir modeldir (Hoyle, 1995).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2022 yılında lisanslı olarak Mücadele sporları yapan bireyler oluşturmuştur. Toplamda 350 kişiye ulaşılmış olup eksik ya da aykırı değer gösteren 19 anket formu değerlendirmeden çıkartılarak 331 anket formu değerlendirmeye alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Katılımcılara yaş, cinsiyet, spor branşı, eğitim durumu, gelir durumu, bilgileri belirlemeye yönelik araştırmacı tarafından oluşturulan 6 soruluk kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği

Katılımcıların Benlik Saygısı düzeylerinin belirlenmesi için amacıyla Rosenberg (1965) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlaması Çuhadaroğlu (1986) tarafından yapılan 10 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin 1, 2, 4, 6 ve 7. ifadeleri ters kodlanmış ifadelerdir "Rosenberg Benlik Saygısı Ölçeği" geçerlilik-güvenirliliğini tespit etmek amacıyla yapılan test sonucunda, Cronbach"s Alpha katsayısı 0.874 bulunmuştur. Çalışmamıza ait Cronbach"s Alpha katsayısı 0.864 olarak tespit edilmiştir.

Sürekli Öfke Tarzları Ölçeği

Spielberger (1983) tarafından geliştirilen Türkçe uyarlaması Özer (1994) tarafından yapılan Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği Toplam 34 madde ve üç alt ölçeğe sahiptir. 10 madde sürekli öfke alt ölçeğini oluştururken Öfke İfade Tarz Alt Ölçeği ise, sekizer madde ve üç alt boyut ve 24 maddeden oluşmaktadır. Bu boyutlar içe yönelik öfke, dışa yönelik öfke ve öfke denetimidir. Türkçe uyarlanmasında Cronbach Alfa katsayısı "Sürekli Öfke" boyutu için 0.79; "öfke kontrolü" boyutu için .84 "dışa yönelik öfke" boyutu için 0.78 ve "içe yönelik öfke" boyutu için ise 0.62 olarak bulunmuştur. Çalışmamızda ise Cronbach Alfa katsayısı 0.85 olarak tespit edilmiştir. Ölçek 4'lü likert tipi derecelendirmeye sahiptir. Sürekli Öfke Alt Ölçeğinden minimum 10 maksimum 40 puan arasında değerlendirilir. Araştırmamızda "Sürekli Öfke" alt ölçeği veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Çalışmamızda ölçeğe uygulanan doğrulayıcı faktör analizi sonucu faktör yükü düşük çıkan beşinci madde analizden çıkartılmıştır.

Verilerin Analizi

Bu çalışmada verilerin analizinde SPSS 25.00 paket ve AMOS 21.0 paket programları kullanılarak %95 güven aralığında ve 0,05 anlamlılık düzeyinde değerlendirilmiştir. Yaş, cinsiyet, spor branşı, eğitim durumu, gelir durumu gibi kişisel bilgilere ilişkin tanımlayıcı istatistikler hesaplanmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği çarpıklık ve basıklık değerlerinin ± 2

arasında olmasına bağlı olarak karar verilmiştir (Shao, 2002). İstatistiksel açıdan, Yapısal eşitlik modeli (path), pearson korelasyon analizi, Anova analizi, t testi, frekans, yüzde ve güvenirlilik katsayısı hesaplamaları yapılmıştır.

Bulgular

Tablo 1

Demografik Değişkenler

Değişken		f	%
Cinsiyet	Kadın	133	40,2
	Erkek	198	59,8
Branş	Boks-Kickboks	127	38,4
	Güreş	34	10,3
	Judo	82	24,8
	Karate	39	11,8
	Muaythai	49	14,8
Gelir Durumu	Kötü	59	17,8
	Orta	217	65,6
	İyi	55	16,6
Eğitim Durumu	Lise ve altı	180	54,4
	Lisans ve üstü	151	45,6
Toplam		331	100

Tablo 1’de katılımcılara yönelik demografik bilgiler tablosu yer almaktadır. Kategorize edilmiş değişkenlerde en yüksek oranlar sırasıyla cinsiyet değişkeninde erkek katılımcılar (n= 198; %59,8); branş değişkeninde Boks-Kickboks sporu yapan katılımcılar (n= 127; %38,4); gelir durumu değişkeninde orta düzey gelire sahip olanlar (n= 217; %65,6) ve eğitim durumunda lise ve altı olan katılımcılardan oluşmaktadır (n= 180; %54,4).

Tablo 2

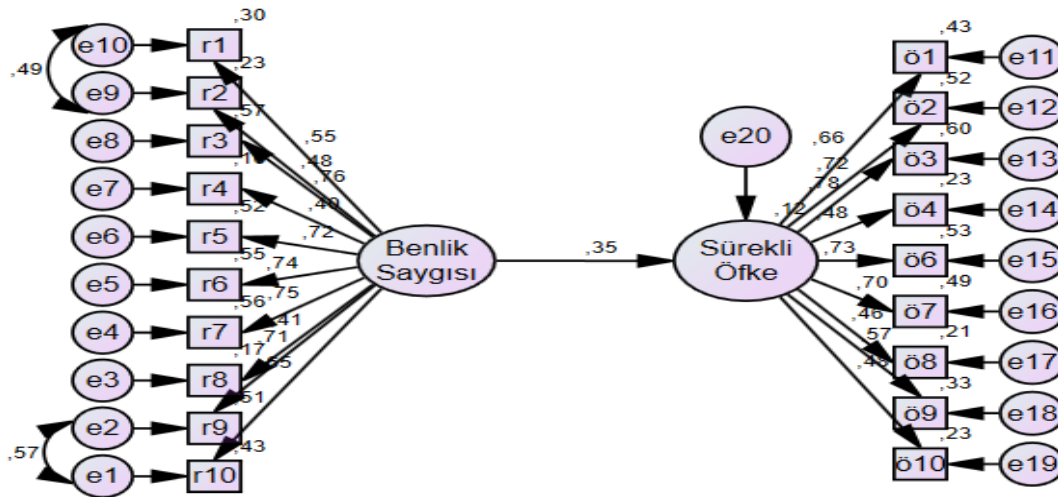
Ölçeklere İlişkin Tanımlayıcı İstatistikler

Ölçekler	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Benlik Saygısı	15,00	36,00	26,72	2,72
Sürekli Öfke	9,00	32,00	18,02	5,18

Ölçeklere ilişkin tanımlayıcı değerler incelendiğinde Benlik saygılarında ortalamanın 26,72 olduğu; Sürekli öfke tarzlarında ise ortalamanın 18,02 olduğu görülmektedir.

Şekil 1

Katılımcıların Benlik Saygılarının Sürekli Tarzlarına Etkisinin Belirlenmesine Yönelik Path Diyagramı



Tablo 3

Araştırma Modeline İlişkin Sonuçlar

Etki	Tahmin (β)	Standart Hata	t	p	Sonuç
Benlik Saygısı \rightarrow Sürekli Öfke	,349	,064	5,112	,000	Kabul

Tablo 3’de Katılımcıların Benlik Saygılarının Sürekli Tarzlarına Etkisinin Belirlenmesine Yönelik model oluşturulmuştur. Analiz sonucunda benlik saygısının sürekli öfke üzerinde istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif yönde bir etkisi olduğu görülmektedir (β : ,349; $p < 0.05$). Benlik saygısındaki 1 birimlik artış sürekli öfke üzerinde ,349’luk artışa neden olmaktadır. Bağımlı değişken olan sürekli öfkenin %1.12’sini açıklamaktadır (R^2 ,122).

Tablo 4

Katılımcıların Benlik Saygılarının Sürekli Tarzlarına Etkisinin İncelenmesi Amacıyla Oluşturulan Birinci Düzey Çok Faktörlü Doğrulayıcı Faktör Analizine İlişkin Modelin Uyum İyiliği Sonuçları

	YEM Değerleri	Tavsiye Edilen Değerler	Mükemmel Uyum	Kaynaklar
χ^2/df	2,921	≤ 5	$0 \leq \chi^2 \leq 3$	Meydan ve Şeşen, 2015:37.
RMSEA	0,076	≤ 0.08	$0 \leq RMSEA \leq ,05$	Simon vd. 2010: 234-243.
CFI	,887	≥ 0.80	$0.90 \leq CFI \leq 1,00$	Dehon vd. 2005: 799-810; Hu ve Bentler, 1999
AGFI	0,836	$\geq 0,80$	$\geq 0,90$	Shevlin vd. 2000: 181-185;

GFI	0,871	≥ 0.80	$0.90 \leq CFI \leq 1,00$	Dehon vd. 2005: 799-810.
SRMR	,0686	≤ 0.10	$0 \leq SRMR \leq 0,05$	Schermelleh-Engel vd.,2003:23-74; Kline, 2005

Uyum indisi hesaplamalarında uyum indisleri için kabul edilen değerlerin sağlandığı tabloda gösterilmiştir. Uyum indisi hesaplamalarında χ^2 , mükemmel uyum gösterirken; RMSEA, CFI, AGFI, GFI V VE SRMR değerlerinin kabul edilebilir uyum gösterdiği tespit edilmiştir.

Tablo 5

Mücadele Sporuyla Uğraşan Bireylerin Benlik Saygıları Ve Sürekli Öfke Tarzları İle Cinsiyet Değişkenine Göre T Testi Analizi Sonuçları

Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	t	p
Benlik Saygısı	Kadın	133	19,4737	5,52073	,800	,424
	Erkek	198	19,0101	4,91965		
Sürekli Öfke	Kadın	133	18,5489	5,26634	,1520	,129
	Erkek	198	17,6667	5,11492		

$p < 0,05^*$

Tablo 5'e baktığımızda katılımcıların Benlik saygıları ve sürekli öfke tarzları ile cinsiyet değişkeni arasında yapılan t testi analizi sonucu istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ($p > 0.05$).

Tablo 6

Mücadele Sporuyla Uğraşan Bireylerin Benlik Saygıları Ve Sürekli Öfke Tarzları İle Spor Branşı Değişkenine Göre Anova Analizi Sonuçları

Boyutlar	Spor Branşı	N	\bar{X}	SS	F	p	Bonferonni
Benlik Saygısı	⁽¹⁾ Boks-Kickboks	127	19,0630	5,29262	,865	,485	-
	⁽²⁾ Güreş	34	19,5882	4,54684			
	⁽³⁾ Judo	82	19,8902	5,36105			
	⁽⁴⁾ Karete	39	19,0256	5,53214			
	⁽⁵⁾ Muaythai	49	18,2449	4,59407			
Sürekli Öfke	⁽¹⁾ Boks-Kickboks	127	18,5276	5,41431	1,902	,110	
	⁽²⁾ Güreş	34	19,1765	4,55585			
	⁽³⁾ Judo	82	17,8902	5,38174			
	⁽⁴⁾ Karete	39	17,5641	5,77561			
	⁽⁵⁾ Muaythai	49	16,4898	3,77007			

Tablo 6'ya baktığımızda katılımcıların Benlik saygıları ve sürekli öfke tarzları ile spor branşı değişkeni arasında yapılan t testi analizi sonucu istatistiksel olarak anlamlı farklılık olmadığı görülmektedir ($p>0.05$).

Tablo 7

Mücadele Sporuyla Uğraşan Bireylerin Benlik Saygıları Ve Sürekli Öfke Tarzları İle Eğitim Durumu Değişkenine Göre T Testi Analizi Sonuçları

Boyutlar	Eğitim Durumu	N	\bar{X}	SS	t	p
Benlik Saygısı	Lise ve altı	180	20,2778	4,84284	4,265	,000*
	Lisans ve üstü	151	17,9073	5,25909		
Sürekli Öfke	Lise ve altı	180	17,9278	5,28731	-,357	,421
	Lisans ve üstü	151	18,1325	5,07894		

$p<0,05^*$

Tablo 7'ye baktığımızda katılımcıların Benlik saygıları ve sürekli öfke tarzları ile eğitim durumu değişkeni arasında yapılan t testi analizi sonucu; sadece benlik saygısı ile eğitim durumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Gruplar arası fark incelendiğinde lise ve altı katılımcıların puanlarının lisans ve üstü katılımcılardan yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 8

Mücadele Sporuyla Uğraşan Bireylerin Benlik Saygıları Ve Sürekli Öfke Tarzları İle Gelir Durumu Değişkenine Göre Anova Analizi Sonuçları

Boyutlar	Gelir Durumu	N	\bar{X}	SS	F	p	Bonferonni
Benlik Saygısı	⁽¹⁾ Kötü	59	20,2034	5,46708	6,837	,001*	1,2>3
	⁽²⁾ Orta	217	19,4885	4,93205			
	⁽³⁾ İyi	55	16,9636	5,21381			
Sürekli Öfke	⁽¹⁾ Kötü	59	18,1864	5,78784	,038	,963	-
	⁽²⁾ Orta	217	17,9770	5,02166			
	⁽³⁾ İyi	55	18,0182	5,24401			

$p<0,05^*$

Tablo 8'e baktığımızda katılımcıların Benlik saygıları ve sürekli öfke tarzları ile eğitim durumu değişkeni arasında yapılan Anova analizi sonucu; sadece benlik saygısı ile gelir durumu değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu görülmektedir ($p<0.05$). Farkın kaynağını tespit etmek amacıyla yapılan Bonferonni analizinde gelir durumu kötü ve orta düzey olan katılımcıların benlik saygılarının gelir durumu iyi olan katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tartışma ve Sonuç

Araştırmada mücadele sporcularının benlik saygısı ve sürekli öfke durumlarının cinsiyet, branş, eğitim durumu ve gelir durumu değişkenleri incelenmiştir.

Mücadele sporcularının benlik saygılarının cinsiyet değişkenine göre farklılık olmadığı istatistiksel olarak belirlenmiştir. Atan vd., (2018) üniversitede öğrenim gören öğrencilere yönelik çalışmada, Certel ve Bahadır (2012) takım sporcularına yönelik çalışmada, Çevik ve Atıcı (2009) - Workman ve Beer (1989) lise öğrencilerine yönelik incelemesinde ve Eriş (2013) ergenlere yönelik benlik saygısı araştırmalarında farklılık olmadığı sonucuna ulaşmışlardır. Hawi ve Samaha (2017) benlik saygısı incelemesinde, Ceviz (2009) orta yaş bireylere göre yapmış olduğu araştırmada ve Esen (2012) spor yapan ve yapmayan öğrencilere yönelik araştırmasında bizim çalışmamızın aksine erkek sporcuların kadın sporculara göre benlik saygısı puanlarının daha fazla olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Johnson ark. (2004) üniversite sporcularının benlik saygısı üzerine araştırmasında kadınların erkeklere göre benlik saygı puanlarının daha yüksek çıktığını tespit etmişlerdir.

Mücadele sporcularının sürekli öfke durumunun cinsiyet değişkenine göre farklılık olmadığı istatistiksel olarak belirlenmiştir. Güvendi ve Keskin (2020) antrenörlerin öfke davranışlarına yönelik araştırmasında, Buntanie ve Costenbader (1997) bireylerin öfke düzeyleri araştırmasında ve Kafalı ark., (2017) sporcuların öfke ve saldırganlık düzeylerine göre yapılan araştırmada öfke durumu incelemesinde erkek sporcuların kadın sporculara göre istatistiksel olarak daha yüksek puan aldıkları görülmektedir. Certel ve Bahadır (2012) takım sporcularına yönelik çalışmada cinsiyet değişkenine göre öfke kontrollerinde farklılık bulunmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Mücadele sporcularının benlik saygılarının branş değişkenine göre farklılık olmadığı istatistiksel olarak belirlenmiştir. Atan vd., (2018) araştırmasında bireysel spor ile uğraşan bireylerin takım sporu ile uğraşan bireylere göre benlik saygılarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Ersöz ve İlhan (2019) tenis ve yüzme sporcularına yönelik araştırmasında tenis sporcularının yüzme sporcularına göre benlik saygılarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Sinici ve Bayar (2021) dans sporu yapan kişilere yönelik incelemesinde dans sporu yapan bireylerin dans sporu yapmayan bireylere göre benlik saygı puanlarının daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Mücadele sporcularının sürekli öfke durumunun branş değişkenine göre farklılık olmadığı istatistiksel olarak belirlenmiştir. Dilek ve İmamoğlu (2020) spor eğitilmiş öğrencilere yönelik karşılaştırmasında direkt temaslı spor yapan sporcuların, direkt temas spor yapamayan sporcular arasında ve Göktaş ve ark. (2019) spor bilimlerinde öğrenim gören öğrencilerin öfke durumlarının branş değişkenine göre araştırılmasına yönelik yaptığı bilimsel çalışmalarda farklılık olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Mücadele sporcularının benlik saygılarının eğitim durumu değişkenine göre lise ve altı mezun olan sporcuların, lisans ve üzeri mezun olan öğrencilere göre puanlarının daha yüksek çıktığı istatistiksel olarak belirlenmiştir. Tiryaki (2000) amatör sporculara yönelik araştırmasında eğitim durumu değişkenine yönelik farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Mücadele sporcularının sürekli öfke durumunun eğitim durumu değişkenine göre farklılık olmadığı istatistiksel olarak belirlenmiştir. Kısaç (2005) gençlere yönelik incelemesinde, Yavuz (2015) çeşitli branşlara yönelik sürekli öfke düzeylerine yönelik çalışmasında ve Yıldız (2008) futbolculara yönelik araştırmasında eğitim durumu düşük olan bireylerin yüksek olan bireylere göre sürekli öfke durumu puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. İmamoğlu-Kaya ve ark. (2020)'nin kadın futbolcular örneğinde yaptıkları çalışmada eğitim durumu değişkenine göre sürekli öfke durumuna göre istatistiksel olarak farklılık olmadığı sonucuna ulaşmıştır.

Mücadele sporcularının benlik saygılarının gelir durumu değişkenine göre kötü ve orta gelir durumuna sahip olan sporcuların, iyi gelir durumuna sahip olan sporculara göre puanlarının daha yüksek çıktığı istatistiksel olarak belirlenmiştir. Tiryaki (2020) amatör futbolculara yönelik araştırmasında aylık geliri 501-1250 tl olan sporcuların, 1251-2000 TL olan sporculara göre benlik saygılarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Torucu (1999) 13-14 yaş arasındaki gençlere yönelik araştırmasında gelir düzeyi yüksek olan bireylerin düşük olan bireylere göre benlik saygılarının daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Aygün (2008) elit buz hokeyi sporcularına yönelik incelemesinde, Yılmaz (2000) üniversite öğrencilerine yönelik araştırmasında ve Yüzgeç (2004) benlik saygısı üzerine incelemesinde gelir durumuna göre farklılık olmadığı sonucuna ulaşmışlardır.

Mücadele sporcularının sürekli öfke durumunun gelir durumu değişkenine göre farklılık olmadığı istatistiksel olarak belirlenmiştir. Kalkavan vd., (2022) futbolculara yönelik incelemesinde 4001-6000 tl gelire sahip olanların, 6001-8000 TL arasındaki gelire sahip futbolculara göre sürekli öfke düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşmıştır. Aynı şekilde İnallı vd. (2020), Kaya vd. (2012), Doğan (2016) ve Yurttaş (2016) incelemelerinde farklılık olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Elkin ve Karadağlı (2016) üniversite öğrencilerine yönelik araştırmasında gelir durumuna göre değişkenlik göstermediği sonucuna ulaşmıştır.

Mücadele sporcularına yönelik yapılan çalışmamızda benlik saygısı (kişilere özgü olan) ve sürekli öfke durumunu etkileyen birçok etmen olduğu söylenebilir. Mücadele sporu yapan bireylerin müsabakalar esnasında daha agresif spor yapmış olmalarından dolayı olumlu ya da olumsuz davranışlar sergileyebildikleri düşünülebilir. Sonuç olarak mücadele sporu yapan kişilerin sürekli öfke tarzları ile benlik saygıları arasında istatistiksel olarak düşük düzeyde anlamlı ve pozitif ilişki olduğu istatistiksel olarak tespit edilmiştir.

Sporculara yönelik benlik saygılarını artırıcı ve öfke kontrollerini belirli seviyede tutmaları amacıyla hizmet içi eğitimler verilebilir. Örneklem grup daha genişletilerek nitel araştırma yöntemlerinden faydalanılabilir. Ayrıca antrenörlerinde içinde bulunduğu benlik saygısı ve öfke durumu kontrolüne yönelik farklı çalışmalar yapılabilir.

Kaynakça

- Altınışik, Ü., Turhal, S. N., Çelik, A., ve Yetim, A. A. (2020). Employability perceptions of sports manager candidates. *Ambient Science*, 07(Sp1), 275-279.
- Altınışik, Ü., İlhan, E. L., ve Kurtipek, S. (2021). Zihinsel engelli bireylerde sporun etkilerine yönelik farkındalık: Spor yöneticisi adayları üzerine bir araştırma. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(2), 79-90. DOI: 10.33459/cbubesbd.973598.
- Altınışik, Ü., ve Çelik, A. (2021). Investigation of service quality perceived by fitness center consumers. *Pakistan Journal of Medical ve Health Sciences*, 10(15), 3225-3229.
- Araç, G. (2022). *Spor fakültesi mezunları ve öğrencilerinin benlik saygısı ile mesleki benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kültahya Dumlupınar Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Kültahya.
- Atan, T., Ünver, Ş., ve Allahverdi, E. (2018). Üniversitede öğrenim gören sporcuların ve sedanterlerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 125-135.
- Aygün F. D. (2008). *Elit buz hokeyi sporcularının benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ağrı.
- Buntaine R. L., ve Costenbader V. K. (1997). Self-reported differences in the experience and expression of anger between girls and boys. *Sex Roles*, 36, 625-37.
- Certel, Z., ve Bahadır, Z. (2012). Takım sporu yapan sporcularda benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarz ilişkisinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2), 157-164.
- Ceviz, F. H. (2009). *Orta yaş ve yaşlılıkta dindarlık, mistik tecrübe ve benlik saygısı*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Çevik, G. B., ve Atıcı, M. (2009). Lise 3. sınıf öğrencilerinin benlik saygılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 399-352.
- Çuhadaroğlu, Ö. (1986). *Adolesanlarda benlik saygısı*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Ankara.
- Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., Thwaites, G. A., Lynch, R. S., Baker, D. A., Stark, R. S., ve Eiswerth-Cox, L. (1996). State-trait anger theory and the utility of the trait anger scale. *Journal of Counseling Psychology*, 43(2), 131.
- Dilek, A. N., ve İmamoğlu, O. (2020). Spor eğitimli öğrencilerde sürekli öfke-öfke ifade tarz durumlarının araştırılması. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(2), 566-575.
- Doğan, V. (2016). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin saldırganlık düzeyleri ile problem çözme becerilerinin tespiti*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Elkin, N. ve Karadağlı, F. (2016). Üniversite öğrencilerinin öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörler. *Anadolu Kliniği*, 21(1), 64-21.
- Eriş, Y. ve İkiz, F. E. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri. *Turkish Studies*, 8(6), 179-193.
- Ersöz, E., ve İlhan, A. (2019-Nisan). Tenis ve yüzme sporcularının benlik saygılarının karşılaştırılması. 2. Uluslararası Herkes İçin Spor Ve Wellness Kongresi, Sözel Bildiri (25-28 Nisan 2019 tarihinde Antalya' da sunulmuştur).
- Esen, C. A. (2012). *Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi (Muğla Üniversitesi Örneği)*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Muğla.

- Göktaş Z., Medeni M.B. ve Diker S. (2019). Balıkesir üniversitesi beden eğitimi ve spor yüksek okulu öğrencilerinin öfke düzeyi ve öfke tarzlarının incelenmesi, 17th International Sport Sciences Congress, 78-83.
- Güvendi, B., ve Keskin, B. (2020). Sporcuların antrenörlerinden algıladıkları etik dışı davranış algısına göre saldırganlık ve öfke davranışlarının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(2), 134-145.
- Hawi, N.S. ve Samaha, M. (2017), The relations among social media addiction, self-esteem, and life satisfaction in university students, *Social Science Computer Review*, 35(5), 576-586.
- Hoyle, R. H. (1995). The structural equation modeling approach: Basic concepts and fundamental issues. *Structural Equation Modeling: Concepts Issues and Applications*, Thousand Oaks, 1-15.
- İmamoğlu Kaya, M., Çiçek, G., ve İmamoğlu, M. (2020). Kadın Futbolcularda Algılanan Stres, Sporda Güdülenme, Sürekli Öfke Ve Öfke Tarzı Düzeyleri. *Journal Of International Social Research*, 13 (74).
- İnalı, Ç., Zekiöğlü, A., ve Tatar, A. (2020). Su sporlarıyla uğraşan sporcuların beş faktör kişilik yapıları ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişki. *Humanistic Perspective*, 2(2), 81-107.
- James, W. (1890). *The Principles of Psychology*. Encyclopedia Britannica.
- Johnson, C., Crosby, R., Engel, S., Mitchell, J., Powers, P., Wittrock, D., ve Wonderlich, S. (2004). Gender, ethnicity, self-esteem and disordered eating among college athletes. *Eating Behaviors*, 5(2), 147-156.
- Kafalı, S., Hünkar, İ., Keçeci, O., ve Demiray, E. (2017). Bireysel spor ve takım sporu yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin araştırılması. *Journal of International Social Research*, 10(50), 386-390.
- Kale, N. ve Dumangöz, P.D. (2021). Spor ve Felsefe. Ankara: Nobel Yayınevi
- Kalkavan, A., Karaca, B., ve Işık, U. (2022). Amatör ve profesyonel futbolcuların öfke düzeylerinin incelenmesi. *Sportive*, 5(2), 55-68.
- Kan, E. (2022). *Sporcu ve sedanterlerin sürekli öfke, psikolojik uyumsuzluk, psikolojik sağlamlık ve yalnızlık düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi, Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Kaya, N., Kaya, H., Atar, N., Turan, N., Eskimez, Z., Palloş, A., ve Aktaş, A. (2012). Hemşirelik ve ebelik öğrencilerinin öfke ve yalnızlık özellikleri. *Hemşirelikte Eğitim ve Araştırma Dergisi*, 9(2), 18-26.
- Kısaç, İ. (2005). Gençlerin öfkelerini ifade ettikleri hedef kişiler. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(2),71-81.
- Novaco, R. W., ve Chemtob, C. M. (1998). *Anger and trauma: Conceptualization, assessment, and treatment*. The Guilford Press.
- Özer, A. K. (1994). Sürekli öfke (SL-ÖFKE) ve öfke ifade tarzı (ÖFKE-TARZ) ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9(31), 26-35.
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy*. Houghton Mifflin Company.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent: Self-image*. Princeton University Press.
- Sharkin, B. S. (1988). The measurement and treatment of client anger in counseling. *Journal of Counseling ve Development*, 66(8), 361-365.
- Sinici, E., ve Bayar, P. (2021). Dans sporu yapanların psikolojik durumlarının benlik saygılarına etkisi: gözlemsel-tanımlayıcı araştırma. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 13(3).
- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz dergisi*, 11(2).
- Spielberger, C. D., Jacobs, G., Russell, S., ve Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The state-trait anger scale. *Advances in personality assessment*, 2, 161-189.
- Spielberger, C. D., Reheiser, E. C., ve Sydeman, S. J. (1995). Measuring the experience, expression, and control of anger. *Issues in comprehensive pediatric nursing*, 18(3), 207- 232.
- Tathioğlu, K. ve Karaca, M. (2013). A Social, psychological assessment on the phenomenon of anger. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 6, 1102- 1123.

- Tiryaki, K. (2020). Amatör futbolcuların benlik saygısı düzeylerinin incelenmesi: düzce ili örneği. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 7(51), 482-488
- Torucu, B. (1999). *13-14 Yasındaki gençlerin sosyo-ekonomik düzey ve anne-baba tutumlarındaki farklılıkların belirlenip özsaygıya etkisinin araştırılıp karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Uluç, E. A. (2022). Badmintoncuların müsabaka öncesi motivasyon kaynakları ve kaygı durumlarının incelenmesi. *Uluslararası Türk Spor ve Egzersiz Psikolojisi Dergisi*, 2(1), 39-54.
- Workman, M, ve Beer, J. (1989), Self-esteem, depression, and alcohol dependency among high school students, *Psychological Reports*, 65(2), 451-455.
- Yavuz, S. (2015). *Farklı spor dallarındaki sporcu, seyirci ve yöneticilerin küresel vatandaşlık ve saldırganlık ilişkisi (Adana-mersin ili örneği)*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.
- Yıldız, M. (2008). *Farklı liglerde yer alan futbolcuların kişilik tipleri ile sürekli öfke-öfke ifade tarzlarının incelenmesi*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Yılmaz, S. (2000). *Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyi arasındaki ilişki*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Yurttaş, H. (2016). *Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Erzurum.
- Yüzgeç, S. (2014). *Benlik saygısı ile mistik tecrübe arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. Yayımlanmamış Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.



Bu eser [Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.

ⁱ Bu çalışma 6. Uluslararası Akademik Spor Araştırmaları Kongresi'nde özet bildiri olarak sunulmuştur.