



**Atıfta Bulunmak İçin / Cite This Paper:** Öntürk, Y., İmamoğlu, O. ve Karacabey, K. (2019). "Elit Tekvandocuları Durumluk ve Sürekli Kaygının Araştırılması", *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8 (4): 3764-3774.

**Geliş Tarihi / Received Date:** 19 Mart 2019

**Kabul Tarihi / Accepted Date:** 16 Nisan 2019

#### Araştırma Makalesi

## ELİT TEKVANDOCULARDA DURUMLUK VE SÜREKLİ KAYGININ ARAşTIRILMASI

**Öğr. Gör. Yavuz ÖNTÜRK**

Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

*yavuzonturk@hotmail.com*

ORCID: 0000-0001-5472-8652

**Prof. Dr. Osman İMAMOĞLU**

On Dokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi

*osmani55@hotmail.com*

ORCID:0000-0001-6671-6042

**Prof. Dr. Kürşat KARACABEY**

Adnan Menderes Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

*kkaracabey@hotmail.com*

ORCID: 0000-0002-7647-5024

### Öz

Bu araştırmada, Tekvandocuların müsabaka öncesi durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini 748 tekvandocu oluşturmaktadır. Araştırmada kişisel bilgi formu ile Spielberg'in Sürekli-Durumluk Kaygı Envanteri kullanılmıştır. İstatistiksel işlemlerde t-testi, tek yönlü varyans analizi ve LSD testleri kullanılmıştır. Araştırmada Tekvandocuların durumluk kaygı düzey erkeklerde 62,83 ve kadınlarda 63,61 iken süreklilik kaygı düzeyi ise erkeklerde 35,50 ve kadınlarda 35,38 puan ortalamasında oldukları tespit edilmiştir. Cinsiyete göre durumluk kaygı puanları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ( $p<0,05$ ). Eğitim durumuna göre süreklilik puanlarında bir farklılık bulunmazken durumluk puanlarında fark olması anlamlıdır ( $p<0,05$ ). Spor yaşına göre süreklilik kaygı puanlarında anlamlı farklılık varken ( $p<0,05$ ), durumluk kaygı puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Tekvandocuları müsabakalar öncesi durumluk kaygı düzeylerinin yüksek ve süreklilik kaygı düzeylerinin ise düşük düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Tekvandocuları durumluk kaygıyı azaltıcı çalışmalar yapılmalıdır.

**Anahtar Kelimeler:** Tekvando, Durumluk kaygı, Sürekli kaygı

### INVESTIGATION OF STATE AND TRAIT ANXIETY OF ELITE TAEKWONDO ATHLETES

#### Abstract

The aim of this study was to determine of state and trait anxiety levels of the Taekwondo athletes. The sample of the study was 748 Taekwondo athletes. In this study, Spielberg State-Trait Anxiety Inventory STAI subject. The t-test, one-way analysis of variance and LSD tests were used for statistical procedures. In the study, it was found that the state anxiety level was 62,83 in males and 63,61 point in females while the trait anxiety level was 35,50 in males and 35,38 point in females. The difference between the state anxiety scores and gender was statistically significant ( $p <0.05$ ). There is no difference in trait anxiety scores according to education level but it is significant that there is a difference in state scores ( $p <0.05$ ). There was a significant difference in trait anxiety scores according to sports age ( $p <0.05$ ), but no significant difference was found in state anxiety scores ( $p >$

0.05). It was found that state anxiety levels were higher and trait anxiety levels were lower before the games. Studies should be done to reduce the state anxiety.

**Key Words:** Taekwondo, State anxiety, Trait anxiety

## 1. GİRİŞ

Kaygı; insanın yapısında var olan, çevresel ve psikolojik olaylara gösterilen duygusal bir tepki şeklinde tanımlanabilir (Babaroğlu, 2004). Kaygı, durumluk ve sürekli kaygı olmak üzere iki kısma ayrılmaktadır. Durumluk kaygı, “çevre şartlarına bağlı bir stresten dolayı ortaya çıkan, çoğunlukla mantıki sebeplere bağlı, başkalarının da nedeni anlaşılabilen ve genellikle her bireyin yaşadığı geçici duruma bağlı bir kaygı biçimi” olarak tanımlanır (Öner ve Le Compte, 1998; Selya, 1998). Durumluk kaygı devam eden yarışmalarda, yarışmalar sonrasında ve öncesinde sporcu açısından önemli bir kaygı türüdür. Sürekli kaygı ise; “ stres yaratan durumun tehlikeli ya da tehdit edici olarak algılanması ve bu tehditlere karşı, durumluk duygusal reaksiyonların frekansının ve yoğunluğunun artması ve süreklilik kazanması” olarak tanımlanır (Özgüven, 1994). Spielberger; durumluk kaygıyı kişinin özel durumları tehdit edici olarak yorumlaması sonucunda oluşan, şiddeti ve süresi, algılanan tehdidin miktarı ve kişinin tehlikeli durum yorumunun kalıcılığıyla ilişkili, sürekli karşılaşılmayan olaylarda bireyin gösterdiği geçici duygusal tepkiler olarak ifade eder (Özusta, 1995). Stresin yoğun olduğu zamanlar durumluk kaygı seviyesinde yükselme, stres ortadan kalkınca düşme olur. Sürekli kaygı bireyin kaygı yaşantısına olan yatkınlığıdır. Kişinin içinde bulunduğu durumu stresli olarak algılaması normal olan bir durumu tehlikeli ve öz değerlerinin tehdit edildiğinin zannedilmesi sonucu oluşan kaygıdır (Öner ve Compte, 1983). Kaygı performansı etkileyen psikolojik faktörlerden biri olarak karşımıza çıkmaktadır (Bingöl vd., 2012).

Kaygı düzeyi ve bazı psiko-sosyal veriler müsabaka sonucunu ve performansı olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Başer, 1998; Çavuşoğlu vd., 2017; Doğan vd., 2018). Kaygı düzeyi yükseldikçe sporcular doğru karar almadan ve yeteneklerini sergileyebilmekten uzaklaşır. Aşırı baskı altında bulunan sporcular bazı yanlış hareketler yapabilmektedir (Gümüş, 2002). Müsabakadan önce veya müsabaka sırasında sporcuların son derece yoğun olarak yaşadıkları kaygı ve stres düşünüldüğünde, kontrol altına alınamayan kaygı durumları, sporcuların performanslarını olumsuz yönde etkileyebilmekte ve başarısızlığa neden olmaktadır. Bu nedenle, sporcuların kaygı düzeylerinin ve kaygı nedenlerinin bilinmesi bununla başa çıkacak olan sporcu ve antrenörler açısından oldukça önemli olduğu aşikârdır (Başaran vd., 2009).

## 2. YÖNTEM

### 2.1. Evren-Örneklem

Türkiye’de Tekvando Federasyonu'nun düzenlediği değişik tarihlerdeki Türkiye şampiyonalarında gönüllülük esasına göre uygulandı ve anketi tam dolduran 748 tekvandocuyu kapsamaktadır.

### 2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak, “Kişisel Bilgi Formu” ile Spielberger’in “Sürekli-Durumluk Kaygı Envanteri” kullanılmıştır. Durumluk kaygı ölçeği müsabakalara çıkmadan hemen önce kontrol masasında ve sürekli kaygı ölçeği müsabakadan bir gün önce (Tartıda) yaptırılmıştır.

*Spielberger’in Sürekli-Durumluk Kaygı Envanteri:* Ölçek iki kısımdan oluşmaktadır. Biri o anda hissedilenleri belirlemek amacıyla oluşturulan 20 maddelik “durumluk kaygı formu” ve diğeri son yedi gün hissedilenleri belirlemek amacıyla oluşturulan 20 maddelik “sürekli kaygı formu” dur. Durumluk Kaygı Ölçeği maddelerinde ifade edilen duygu ya da davranışlar bu tür yaşantıların şiddet derecesine göre hiç (1), biraz (2), çok (3) ve tamamen (4) gibi şıklardan birini işaretlemek suretiyle cevaplandırılır. Sürekli Kaygı Ölçeğinde ise, ifade edilen duygu ya da davranışlar sıklık derecesine göre hemen hiçbir zaman (1), bazen (2), çok zaman (3) ve hemen her zaman(4) şeklindedir (Bedir, 2008). Durumluk Kaygı Ölçeğinde, on tane tersine dönmüş ifade (1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 ve 20. maddeler) yer alır. Sürekli Kaygı Envanterinde ise tersine dönmüş ifadelerin (1, 6, 7, 10, 13, 16, 19. maddeler) sayısı yedi adettir. Doğrudan ve tersine dönmüş ifadelerin toplam puanı hesaplanır. Doğrudan ifadeler için elde edilen toplam puandan, tersine dönmüş ifadelerin toplam puanı çıkarılır. Bu sayıya önceden saptanmış değişmeyen bir değer eklenir. Durumluk Kaygı Ölçeği için bu değer 50, en son elde edilen değer bireyin kaygı puanıdır (Bedir, 2008). Ölçekten elde edilen toplam puan değeri 20 ile 80 arasında değişebilir. Puanın büyük olması kaygı seviyesinin yüksek olduğunu, küçük puan kaygı seviyesinin düşük olduğunu işaret eder (Aydemir ve Köroğlu, 2000; Şahin vd., 2002).

### 2.3. Verilerin Analizi

Verilerin normal dağılıma uygunluğu Kolmogorov Smirnov testi ile değerlendirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde Student t-testi, tek yönlü ANAOVA ve LSD testleri kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  olarak alınmıştır.

## 3. BULGULAR

Araştırmada cinsiyete göre tekvandocuların durumluk ve sürekli kaygı puanları Tablo 1’de, Eğitim düzeyine göre ise Tablo 2’de verilmiştir. Tablo 3’te spor yapılan yıllara göre ve Tablo 4’te gelir düzeyine göre tekvandocuların durumluk ve sürekli kaygı puanları verilmiştir.

Tablo 5’te Sıklete göre ve Tablo 6’da spor yaşı, gelir ve eğitim düzeyi ile kaygı puanları arasındaki ilişki verilmiştir.

**Tablo 1.** Cinsiyete göre Tekvandocuların durumluk ve sürekli kaygı puanları

Ölçek	Cinsiyet	N	Ortalama	St sapma	t-testi
Sürekli puan	Erkek	517	35,50	4,58	0,38
	Kadın	231	35,38	4,63	
Durumluk puan	Erkek	517	62,83	3,54	-2,72*
	Kadın	231	63,61	3,680	

\*p<0,05

Tablo 1’e göre sürekli kaygı puanları 35,50-35,58 iken durumluk kaygı puanları 62,83-63,51 bulunmuştur.

**Tablo 2.** Eğitim Düzeyine Göre Tekvandocuların Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanları

Ölçek	Eğitim durumu	n	Ort.	St sapma	Min.	Maks.	F /LSD
Sürekli puan	İlköğretim (1)	26	35,50	4,34	26	42	0,48
	Lise (2)	416	35,61	4,50	23	48	
	Üniversite (3)	306	35,27	4,75	23	48	
	Toplam	748	35,47	4,60	23	48	
Durumluk puan	İlköğretim (1)	26	64,46	3,69	57	72	6,10*
	Lise (2)	416	63,35	3,52	54	75	
	Üniversite (3)	306	62,58	3,65	51	72	
	Toplam	748	63,08	3,61	51	75	

\*p<0,05

Tablo 2’de tekvando sporcularının durumluk ve süreklilik kaygı puan ortalamaları arasındaki farka bakıldığında üniversite öğrencilerinin durumluk kaygı puanları daha düşük bulunmuştur.

**Tablo 3.** Spor Yapılan Yıllara Göre Tekvandocuların Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanları

		n	Ort.	St. sapma	Min.	Maks.	F/LSD
Sürekli puan	1-4 yıl (1)	39	33,84	5,10	23	47	4,85*
	5- 8 yıl (2)	260	35,07	4,53	23	46	
	9 yıl ve daha fazla (3)	449	35,83	4,54	24	48	
Durumluk puan	1-4 yıl (1)	39	63,02	3,49	57	75	0,13
	5- 8 yıl (2)	260	63,16	3,63	54	72	
	9 yıl ve daha fazla (3)	449	63,02	45	51	73	

\*p<0,05

Tablo 3’e göre 9 yıl ve daha fazla sürede tekvando yapanların sürekli puanı daha yüksektir.

**Tablo 4.** Gelir Düzeyine Göre Tekvandocuların Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanları

Ölçek	Gelir durumu	n	ort	St sap.	Min.	Maks.	F/LSD
Sürekli puan	Az (1)	165	35,04	4,44	23	47	1,00
	İyi (2)	560	35,61	4,64	23	48	
	Yüksek (3)	23	35,17	4,64	27	44	
Durumluk puan	Az (1)	165	62,18	3,77	54	72	6,84**
	İyi (2)	560	63,31	3,54	51	75	
	Yüksek (3)	23	63,83	3,08	57	69	

\*p<0,05

Tablo 4’e göre gelir düzeyine göre durumluk puanlarda farklılık vardır. Geliri az olanların durumluk kaygısı geliri iyi ve yüksek olanlardan daha düşüktür.

**Tablo 5.** Sıklete Göre Kadın Tekvandocuların Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanları

Ölçek	Kadın Tekvandocular				Erkek Tekvandocular			
	Sıklet	n	ort	F/LSD	Sıklet	n	ort	F/LSD
Süreklilik puan	46	28	35,25	0,64	54	72	35,36	1,51
	49	25	34,84		58	54	35,56	
	53	58	35,36		63	74	34,91	
	57	43	34,86		68	89	35,10	
	62	28	36,07		74	50	36,66	
	67	23	34,87		80	105	35,13	
	73	26	36,69		87	73	36,45	
Durumluk puan	46	28	64,14	2,03*	54	72	62,82	3,02*
	49	25	63,24	73<46,537	58	54	62,80	
	53	58	63,64	3>57,62	63	74	63,66	63>68,80
	57	43	64,79		68	89	62,29	87>80
	62	28	63,61		74	50	62,82	
	67	23	63,43		80	105	62,04	
	73	26	61,54		87	73	63,88	

Tablo 5'e göre sıkletler arasında sürekli kaygı puanları yönünden bir farklılık yoktur. Durumluk puan yönünden ise hem kadınlar hem de erkeklerde bazı sıkletler arasında farklılık anlamlıdır.

**Tablo 6.** Tekvandocuların Spor Yaşı, Gelir ve Eğitim Düzeyi ile Kaygı Puanları Arasındaki İlişki

	Gelir düzeyi	Spor yaşı	Süreklilik puanı	Durumluk puanı
Eğitim düzeyi	-,020	,294**	-,032	-,126**
Gelir düzeyi	1	,055	,040	,132**
Spor yaşı		1	,049	-,013
Süreklilik puan			1	-,022

\*p<0,05      \*\* p<0,001

Tablo 6'ya göre tekvandocuların durumluk kaygı puanı eğitim düzeyi, gelir düzeyi ve spor yaşı ile pozitif ilişki göstermiştir.

#### 4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Paunescu vd. (2016) müsabaka öncesi durum kaygısını tekvandocular üzerindeki araştırmalarında sürekli kaygıyı 47,73 ve durumluk kaygıyı 46,67 olarak bulmuşlardır. Başaran vd. (2009) çalışmalarında tekvandocuların durumluk kaygı puanı 38,33 ve sürekli kaygı puanını 42,33 olarak tespit etmişlerdir. Başaran vd. (2009) bayan ve erkek sporcuların sürekli kaygı puanları arasında anlamlı farklılık tespit etmezken ( $p>0,05$ ), durumluk kaygı puanları arasında anlamlı farklılık tespit etmişlerdir ( $p<0,05$ ). Bingöl vd. (2012) Milli Tekvandocuların cinsiyetlerine göre maç öncesi durumluk kaygı düzeylerini erkeklerde 47,90 ve kadınlarda 47,42 bulmuşlardır. Erkeklerin ve kadınların durumluk kaygı düzeyleri arasında görülen bu fark istatistiki açıdan anlamlı bulunmamıştır ( $p<0,05$ ). Güner vd. (2014) judo, tekvando ve halter Türk Milli sporcularda sürekli kaygıyı müsabaka öncesi 42,78 ve müsabaka sonrası 41,61 olarak tespit etmişlerdir ve aradaki fark istatistiksel olarak ta anlamsız bulunmuştur. Durumluk

kaygıyı ise müsabaka öncesi 42,14 ve müsabaka sonrası 37,50 olarak tespit etmişler ve aradaki farkta istatistiksel olarak anlamlı bulmuşlardır. Gümüş vd. (2016) milli takım kamplarında bulunan ve uluslararası şampiyonalara katılacak olan sporcularının sürekli ve durumluk kaygılarını araştırmasında tekvandoculara; durumluk kaygıyı 43,01 ve sürekli kaygıyı 40,9 olarak bulmuşlar ve branşlara göre anlamlı farklılık görülmemiştir ( $p>0,05$ ). Bu çalışmada Tekvandocuların durumluk kaygı düzeyi erkeklerde 62,83 ve kadınlarda 63,61 iken süreklilik kaygı düzeyi ise erkeklerde 35,50 ve kadınlarda 35,38 puan ortalamasında oldukları tespit edilmiştir (Tablo 1). Erkek deneklerin durumluk kaygı puanları bayan deneklerin durumluk kaygı puanlarından daha yüksektir. Diğer araştırmalarda da olduğu gibi durumluk kaygı düzeyleri sürekli kaygı düzeyine göre yüksektir.

Gürer vd. (2014) çalışmalarında düzenli egzersiz yapmanın kaygı üzerinde olumlu etkisini bulurken kaygı düzeyinde cinsiyetin etkisi olmadığını belirtmişlerdir. Bu çalışmada cinsiyete göre durumluk kaygı puanları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlıdır ( $p<0,05$ ). Durumluk kaygı puanı kadınlarda daha yüksektir. Bu durum kadın tekvandocuların erkek tekvandoculara göre müsabaka heyecanını daha yoğun yaşamalarını düşündürmektedir. Durumluk kaygı düzeylerinin yüksek, süreklilik kaygı düzeylerinin ise düşük düzeyde olduğu söylenebilir. Araştırmamızda durumluk kaygı puanları Başaran vd. (2009) durumluk kaygı puanlarından yüksek ve süreklilik puanlarından ise düşük bulunmuştur. Başaran vd. (2009) aksine kadınların durumluk kaygı puanları erkeklerden yüksektir. Her iki araştırmada da durumluk kaygı puanlarında cinsiyete göre anlamlı farklılık vardır. Cinsiyete göre kaygılar arasında fark bulunmayan çalışmalarda vardır. Yücel (2003) tekvandocular üzerinde yaptığı araştırmada, durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir. Nacar vd. (2011) kadın sporcuların kaygı düzeyini erkek sporculardan daha yüksek bulmuştur. Civan ve arkadaşlarının (2010) çalışmasında cinsiyet faktörünün kaygı düzeyi üzerinde bir farklılık oluşturmadığı belirlenmiştir. Giysilerin renklerinin bile bireyler üzerinde algısal farklılıklar yarattığı belirtilmiştir (Yamaner ve İmamoğlu, 2018). Sporcuların değişik uğraşlarla ilgilenmeleri kaygı düzeyini düşürebilir. Örneğin Güzel sanatlar eğitimi beden imajının olumlu yansımalarına katkıda bulunabilir (İmamoğlu ve Demirtaş, 2017). Kaygı düzeyini artıran çeşitli faktörler dikkate alınmalıdır.

Dowthwaite ve Armstrong yaptıkları araştırmada, yapılacak karşılaşmanın öneminin yüksekliği oranında, karşılaşma öncesi durumluk kaygının yüksek olduğunu bulmuşlardır (Cox, 1990). Yücel (2003) tekvandocuların durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ve müsabakalardaki başarılarına etkisini araştırdığı çalışmasında; müsabakada başarılı olan sporcuların durumluk ve sürekli kaygıları ile başarılı olmaları arasında anlamlı bir ilişki

bulunmuştur. Bu araştırmada durumluk kaygı düzeylerinin yüksek olması müsabaka stresinden, rakiplerin durumundan, performans beklentisinden, şampiyonanın öneminden, başarısızlık korkusundan ve tekvandocuların kişilik özelliklerinden de kaynaklanabilir. Sporla uğraşan öğrencilerin daha olumlu kişilik özellikleri kazanabileceği belirtilmiştir (Koca vd. 2018). Yine sporla yapan öğrencilerin liderlik özellikleri iyi derecede kabul edilmiştir (Çetinkaya ve İmamoğlu, 2018). Eğitim durumuna göre süreklilik puanlarında bir farklılık bulunmazken durumluk puanlarında üniversite eğitimi alanların puanları ilköğretim ve lise eğitimi alanlara göre daha düşük olması anlamlıdır ( $p<0,05$ ). Bu durum eğitim almanın önemi yanında ilköğretim ve lise eğitimi alanların yaşça küçük olmaları ve spor deneyimlerinin az olmalarından da kaynaklanabilir.

Başaran vd. (2009) çalışmasına göre spor yaşı küçük olanların durumluk ve sürekli kaygı puanları spor yaşı büyük olanların durumluk ve sürekli kaygı puanlarından anlamlı derecede yüksektir ( $p<0,05$ ). Koç (2004) araştırmasının sonucunda; “profesyonel futbolcuların yaşlarının arttıkça durumluk kaygı düzeylerini etkileyen faktörlerden daha düşük düzeyde etkilendikleri ve duygularına daha fazla hâkim oldukları” sonucuna ulaşmıştır.

Yücel (2003) tekvandocular üzerinde yaptığı araştırmada, sporcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin düşüklüğünün veya yüksekliğinin deneklerin yaşlarına bağlı olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Bingöl vd.’nin (2012) üniversitede öğrenim gören milli tekvando sporcuları üzerinde yaptıkları çalışmaya göre durumluk kaygı ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark yoktur. Akandere ve Bedir (2001), kategoriler açısından karşılaştırma yaptıkları çalışmalarında yıldız ve genç milli tekvando sporcularının durumluk kaygı açısından anlamlı bir farklılık tespit etmemişlerdir. Gündoğdu vd. (2015) çalışmalarında kaygının fiziksel belirtilerini bayan sporcuların daha çok yaşadığı, genç kategorisindeki sporcuların yarışmada iyi bir performans gösteremeyecekleri konusunda diğer yaş gruplarına göre daha çok endişe duyduklarını belirlemişlerdir. Başka bir çalışmada ise deneyimli sporcuların deneyimsiz sporculara göre kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğunu bunun da performanslarını düşürdüğü bulgular arasında yer almıştır (Dorak ve Altıparmak 1998).

Nacar vd.’nin (2011) çalışmasında spor yapma yılına göre kaygı puanları değişiklik göstermemiştir. Araştırmamızda ise spor yapılan yaşa göre süreklilik kaygı puanlarında anlamlı farklılık varken ( $p<0,05$ ), durumluk kaygı puanlarında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Sürekli kaygı puanlarında spor yaşı küçük olanların daha kaygılı olmaları beklenirken tersi durum görülmüştür. Bu denek sayısı dengesizliğinden, test yapılan zamandan veya kişisel özelliklerinden kaynaklanabilir.

Çalışmalarda durumluk kaygı puanı açısından sosyo-ekonomik düzeyler karşılaştırıldığında, puanlar arasında anlamlı bir farklılık olmamakla birlikte, alt sosyo-ekonomik düzeydeki çocukların durumluk kaygı puanlarının daha yüksek olduğu saptanmıştır. Sürekli kaygı puanı açısından karşılaştırıldığında ise en yüksek puana üst sosyo-ekonomik düzeydeki çocukların sahip oldukları belirlenmiştir. Bu durum, ailenin çocuğa her türlü maddi, manevi imkânları sunması ve bunun sonucunda da çocuğa yönelik özellikle okul başarısı ile ilgili beklentilerinin yüksek olması, çocuğun geleceğe yönelik sürekli kaygı düzeyinin yükselmesine neden olabileceği şeklinde açıklanabilir (Başarır, 1990). Türkçapar çalışmasında (2012) güreşçilerde sürekli kaygı düzeylerinin aylık gelir düzeyi durumlarına göre değişmediğini tespit etmiştir. Literatür incelendiğinde sürekli kaygı düzeyinin gelir durumuna göre değiştiği ve değişmediğini gösteren çalışmalar vardır (Türkçapar, 2012). Araştırmamızda gelir durumunu az olarak işaretleyenlerin durumluk puanı iyi ve yüksek olarak işaretleyenlerden daha düşük olması anlamlı bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Süreklilik puanında ise anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ( $p>0,05$ ). Gelir durumu az olanların durumluk kaygı puanlarının daha düşük olmasında müsabakalardan beklentilerinin daha düşük olabileceğini düşündürmektedir.

Bedir (2008) Tekvando milli takım sporcularında müsabakada birinci olanların, müsabakada ikinci olanların ve müsabakada üçüncü olanların müsabaka öncesi durumluk kaygı puanları müsabaka sonrası durumluk kaygı puanlarından anlamlı derecede yüksek bulunmuştur ( $p<0,05$ ). Araştırmamızda kadınlarda sıkletlere göre süreklilik puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Durumluk puanlarında ise 73 kg olanların puanları kendisine en yakın sıklet 67 kg hariç diğer sıkletlerden düşük olması anlamlıdır ( $p<0,05$ ). Erkek tekvandocularda sıkletlere göre süreklilik puanları arasında anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ( $p>0,05$ ). Durumluk puanlarında ise 87 kg olanların puanları 80 kg olanlardan daha yüksek iken 63 kg olanların puanı 68 ve 80 kg olanlardan daha yüksek olması anlamlıdır ( $p<0,05$ ). Kaygı yüksek olan sıkletlerde sporcuların kişilik özellikleri yanında yarışacak sporcuların önceki bilinen performansları ve rekabet durumları da etkili olabilir. Başaran ve ark (2009) çalışmalarında sürekli kaygı puanı ile durumluk kaygı puanı arasında anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmişlerdir. Bu çalışmada Eğitim ve gelir düzeyi ile durumluk kaygı puanı arasında anlamlı bir ilişkide bulunduğu tespit edilmiştir (Tablo 6).

Sonuç olarak Tekvandocularda müsabaka öncesi durumluk kaygı düzeylerinin yüksek ve süreklilik kaygı düzeylerinin ise düşük düzeyde olduğu söylenebilir. Antrenörlerin sporcularında kaygıya neden olan faktörleri belirlemeleri ve bunların ortadan kaldırılmasına yönelik çalışmalar yapmaları, kaygıyla baş etme yöntemleri konusunda onlara yol



göstermeleri önerilebilir. Müsabaka öncesi kaygı düzeylerinin düşürülmesine yönelik motivasyon artırıcı eğitim seminerlerine, kaygıyla baş etme çalışmalarına ve sosyal aktivitelere yer verilmesinin faydalı olacağı düşünülmektedir.

## KAYNAKLAR

- Akandere, M. & Bedir, R. (2001). Tekvando milli takım sporcularının durumluk kaygı düzeylerinin başarıya etkisi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 119-124.
- Aydemir, Ö. & Köroğlu, E. (2000). *Psikiyatride kullanılan klinik ölçekler*. Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Babaroğlu, A. (2004). *Lösemi hastası olan çocukların ve annelerinin umutsuzluk düzeyleri ile annelerin kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi* (Doktora Tezi). Ankara Üniversitesi, Fen Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Başaran, M. H., Taşgım, Ö., Sanioğlu, A., & Taşkın, A. K. (2009). Sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21, 533-542.
- Başarır, D. (1990). *Ortaokul son sınıf öğrencilerinde sınav kaygısı, durumluk kaygı, akademik başarı ve sınav başarısı arasındaki ilişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Başer, E. (1998). *Uygulamalı spor psikolojisi*. Ankara: Bağırğan Yayınevi.
- Bedir, R. (2008). *Taekwondo milli takım sporcularının durumluk kaygı düzeylerinin başarıya etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Bingöl, H., Çoban, B., Bingöl, Ş., & Gündoğdu, C. (2012). Üniversitelerde öğrenim gören tekvando milli takım sporcularının maç öncesi kaygı düzeylerinin belirlenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(1), 121-125.
- Çavuşoğlu, G., Yılmaz, A. K., Kabadayı, M., Abacı, H. S., & Taşmektepligil, M. Y. (2017). Comparison of narcissism levels of students in the faculty of sports sciences in terms of some demographic variables. *Turkish Journal Of Sport And Exercise*, 19(2), 150-156.
- Civan, A., Arı, R., Görücü, A., & Özdemir, M. (2010). Bireysel ve takım sporcularının müsabaka öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7, 1, 193-206.
- Cox, R. H. (1990). *Sport psychology: Concepts and applications*. Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown Company Publishers.
- Çetinkaya, G. & İmamoğlu G. (2018). Research on leadership tendency of students taking sports education according difference variations. *The Journal of International Social Research*, 11(59), 719-725.
- Doğan, E., Yılmaz, A. K., Kabadayı, M., & Mayda, M. H. (2018). Spor bilimleri öğrencileri ile farklı fakültelerde okuyan öğrencilerin sosyalleşme ve mutluluk düzeylerinin incelenmesi. *Kafkas Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 22, 403-411.
- Gümüş, M. (2002). *Profesyonel futbol takımlarında puan sıralamasına göre durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- Gümüş, M., Akalın T. C., Tutkun, E., & Acar, H. (2016). Assessment of state and trait anxiety levels of national team athletes during camping period, *International Journal Of Academic Research*, 8(4), 36-39.
- Gündoğdu, C., Çelebi, E. & Halisdemir, N. (2015). Elit Sporcuların kaygı durumlarını etkileyen faktörlerin belirlenmesi. *4th International Conference on Science Culture and Sport*. 22-26 Mayıs 2015, Ohrid / Macedonia.
- Gürer, B., Adiloğulları İ., & Şahin, H. M. (2014). Examination of state-trait anxiety levels of elite athletes according to some variables. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 16(1), 4-7.
- İmamoğlu, G. & Demirtaş Ö. (2017). Investigation of students' views who receive art and religious training about body image. *International Journal of Cultural and Social Studies*, 3, 476-483.
- Koç, H. (2004). *Profesyonel Futbolcularda Durumluk Kaygı Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi*. Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi. Kütahya.
- Koca, F., İmamoğlu G., & İmamoğlu O. (2018). Sports status of high school students and investigation of personality characteristics by gender. *The Journal of Academic Social Science*, 6(80),31-34.
- Nacar, E., İmamoğlu O., Karahüseyinoğlu M. F., & Açak, M. (2011). Research on levels of trait anxiety in handball players in terms of certain variables. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 6(1), 1-12.
- Öner, N. & Le Compte, A. (1998). *Süreksiz durumluk sürekli kaygı envanteri el kitabı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınevi.
- Özgüven, İ. E. (2000). *Psikolojik testler*. Ankara: PDREM Yayınları.

- Paunescu, M., Paunescu, C., & Grigore, V. (2016). State and trait anxiety in taekwondo athletes. *3rd International Multidisciplinary Scientific Conference on Social Sciences and Arts SGEM Conference Proceedings*, 1, 345-350.
- Selya, H. & Woods, B. (Eds.) (1998). *Stress without distress. Applying psychology to sport*. Canada: Hodder & Stoughton. pp. 98-109.
- Spielberger, C. & Charles, D. (1989). *Stress and Anxiety In Sports, Anxiety In Sports: An international perspective*. N.Y. USA: Hemisphere Publishing,
- Şahin, N. H., Batıgün, A. D., & Uğurtaş, S. (2002). Kısa semptom envanteri (KSE): Ergenler için kullanımının geçerlik, güvenilirlik ve faktör yapısı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 13(2), 125-135.
- Türkçapar, Ü. (2012). Güreşçilerin farklı değişkenler açısından sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 32(1), 129-140
- Yamaner, F. & İmamoğlu, G. (2018). Sport performance colors power and effect, *Turkish Studies*, 13(15), 509-520.
- Yücel, E. O. (2003). *Taekwondocuların durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ve müsabakalardaki başarılarına etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

### EXTENDED ABSTRACT

Anxiety; it can be defined as an emotional response to environmental and psychological events in the structure of man (Babaroğlu, 2004). Anxiety is divided into two parts: state and trait anxiety. State anxiety is defined as ere a form of anxiety that arises from a stress due to environmental conditions, often due to logical reasons, the cause of which can be understood by others and usually depends on the temporary situation in which each individual lives (Öner & Le Compte, 1998; Selya, 1998). When the stress is intense, the state anxiety level increases and when the stress disappears, there is a decrease. Continuous anxiety is the tendency of the individual to experience anxiety. A situation that is normal for the person to perceive his / her situation as stressful is the danger resulting from threatening that the values are dangerous and their own values are threatened (Öner & Compte, 1983). Anxiety level may adversely affect the outcome and performance of the competition (Başer, 1998). Anxiety is one of the psychological factors affecting performance (Bingöl et al., 2012). Objective: The aim of this study was to determine of state and trait anxiety levels of the Taekwondo athletes. Method: The sample of the study was 748 Taekwondo athletes. In this study, Spielberger State-Trait Anxiety Inventory STAI subject. The t-test, one-way analysis of variance and LSD tests were used for statistical procedures. Turkey, on a voluntary basis in various championships in Turkey Taekwondo Federation organized by the date and underwent a full survey covers 748 taekwondo to fill. Data Collection Tools: "Personal Information Form" and Spielberger's State-Trait Anxiety Inventory were used as data collection tools. The state anxiety scale was built on the control table just before the races and the day before the race. Spielberger's State-Trait Anxiety Inventory: The scale consists of two parts. The 20-item state anxiety form created to determine what is felt at the time and the 20-item trait anxiety form that was created to determine what was felt in the last seven days. The feelings or behaviors expressed in the

State Anxiety Scale items are answered according to the severity of such experiences by marking (1), slightly (2), many (3) and (4). On the Continuous Anxiety Scale, the emotions or behaviors expressed are almost always (1), sometimes (2), very time (3) and almost always (4) according to the frequency of frequency (Bedir, 2008). On the State Anxiety Scale, there are ten inverted expressions (1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 and 20). In the Trait Anxiety Inventory, the number of inverted statements (items 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19) is seven. The total score of direct and reversed expressions is calculated. The total score of the inverted expressions is subtracted from the total score obtained for the direct expressions. A predetermined value is added to this number. For State Anxiety Scale, this value is 50, and the most recent value is the individual's anxiety score (Bedir, 2008). The total point value obtained from the scale may vary between 20 and 80 points. The higher the score, the higher the level of anxiety, the small points indicate that the level of anxiety is low (Aydemir & Köroğlu, 2000; Şahin et al., 2002).

**Data Analysis:** Data were analyzed by Kolmogorov Smirnov test. Student t test for the evaluation of data, one-way ANOVA and LSD trial method. The level of statistical significance was set at  $p < 0.05$ .

**Results and Discussion:** In the study, it was found that the state anxiety level was 62,83 in males and 63,61 point in females while the trait anxiety level was 35,50 in males and 35,38 point in females. The difference between the state anxiety scores and gender was statistically significant ( $p < 0.05$ ). There is no difference in trait anxiety scores according to education level but it is significant that there is a difference in state scores ( $p < 0.05$ ). There was a significant difference in trait anxiety scores according to sports age ( $p < 0.05$ ), but no significant difference was found in state anxiety scores ( $p > 0.05$ ).

**Conclusion:** It can be said that the state anxiety levels before the competition are high and the continuity anxiety levels are low. It can be suggested that the athletes identify the factors that cause anxiety in their athletes and they should work on the elimination of these factors and guide them about the methods of coping with anxiety. It is thought that it would be beneficial to include motivational training seminars, coping and social activities in order to reduce anxiety levels before the competition.