

# Üniversite Okul Takımlarında Yer Alan Bireysel ve Takım Sporunu Yapan Öğrencilerin Öfke Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi

Ünal TÜRKÇAPAR<sup>1</sup> ve Yavuz YASUL<sup>2</sup>

## Öz

Bu araştırmanın amacı, üniversite öğrencilerinin öfke düzeylerini farklı değişkenlere göre araştırmaktır. Araştırmada betimsel nitelikli tarama modeli kullanıldı. Bu araştırma Kırgızistan Türkiye Manas Üniversitesi bünyesinde farklı spor branşlarına sahip üniversite öğrencileri ile sürdürüldü. Çalışmaya 89 erkek 51 kadın katıldı ve gönüllü katılım kriteri esas alındı. Araştırmanın verileri araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu ve sürekli öfke ve öfke tarzlarının belirlenmesi için sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği (SÖ-ÖTÖ) kullanıldı. Elde edilen veriler bilgisayar ortamında SPSS 21.0 istatistik programı aracılığıyla değerlendirildi. Normallik analizleri yapılarak ikili grup karşılaştırmaları için independent sample t testi üç ve daha fazla grup karşılaştırmaları için One Way Anova testi kullanıldı. Gruplar arasındaki karşılaştırmalarda ise LSD ve scheffe testleri kullanıldı. Çalışmanın sonucunda üniversite öğrencilerinin sürekli öfke – öfke tarz ölçeği alt boyutları ile cinsiyet, aktif spor yılı ve spor düzeyleri arasında anlamlı bir fark olmadığı görüldü ancak öğrencilerin sahip oldukları branş ve yaş değişkeni arasında sürekli öfke ve öfke dış alt boyutunun etkilendiği tespit edildi. Bu çalışmada tercih edilen spor branşı ve yaş faktörü öğrencilerde öfke düzeylerinin belirlenmesi ve öğrencilerin öfkelerini kolay bir şekilde ifade edebilme yetenekleri üzerinde etkili olabileceği sonucuna varılmıştır.

*Anahtar Kelimeler:* Öfke, Spor Düzeyi, Spor Branşı, Üniversite

## Analysis of Individual and Team Sports Students in University School Teams According to Different Variables

### Abstract

The purpose of this study is to investigate university students anger levels according to different variables. The descriptive survey model was used in the study this research was carried out within Kyrgyzstan Turkey Manas University college students with different sport their owners. 89 men and 51 women participated in the study and voluntary participation criteria were taken as basis. The data of the study were used in the personal information form prepared by the researcher and the constant anger- anger style scale (CA-ASS) to determine the trait anger and anger styles. The data obtained were evaluated in computer environment using the SPSS 21.0 statistics program. By conducting normality analyzes, independent sample t test for pairwise group comparisons, One Way Anova test was used for comparisons of three or more groups. LSD and scheffe tests were used for comparisons between groups. As a result of the study, it was found that there was no significant difference between the sub-dimensions of the constant anger-anger style scale and gender and sports levels of the university students, but it was found that the external sub-dimension of constant anger and anger was affected among the branches of the students. In this study, it was concluded that some sports branches may have an effect on students abilities in determining their anger levels and expressing their anger easily.

*Key Words:* Anger, Sport Level, Sport Branch, University


### Atıf İçin / Please Cite As:

Türkçapar, Ü., Yasul, Y. (2021). Üniversite Okul Takımlarında Yer Alan Bireysel ve Takım Sporunu Yapan Öğrencilerin Öfke Düzeylerinin Farklı Değişkenlere Göre İncelenmesi. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(3), 1923-1931.


**Geliş Tarihi / Received Date:** 05.03.2021

**Kabul Tarihi / Accepted Date:** 27.04.2021

<sup>1</sup> Doç. Dr. - Kırgızistan Türk Manas Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kırgızistan Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, turkcaparunal@hotmail.com

 ORCID: 0000-0002-4205-6446

<sup>2</sup> Öğr. Gör. - Ondokuz Mayıs Üniversitesi Bafra Meslek Yüksekokulu, Samsun, Türkiye.  
yavuzyasul@gmail.com/yavuz.yasul@omu.edu.tr

 ORCID: 0000-0002-9458-1664

## Giriş

Öfke kimi zaman kısa süreli orta şiddette kişiye sonuçları açısından faydalı; kimi zaman ise daha uzun süreli, şiddetli ve yıkıcı sonuçları olabilmektedir. Sonuçları itibarıyla genellikle hem birey hem de toplum açısından olumsuz bir duygu olarak kabul edilmektedir (Balkaya ve Şahin, 2003 s. 192-202). Öfke bir hedefe karşı hissedilen bilişsel ve fizyolojik tepkiler, hayal kırıklığı, şiddet ve kızgınlık durumlarını içerisinde barındıran engellenme durumlarında ortaya çıkan sonuçları itibarıyla genellikle olumsuz olan iyi yönetildiğinde olumlu sonuçları olan bir kavram olarak tanımlanabilir (Berkowitz vd., 2004, s. 107-130).

Öfke duygusal, bilişsel, fizyolojik ve davranışsal öğeleri olan çok boyutlu bir kavram olarak ele alınmaktadır. Öfkenin duygusal boyutu, öfkeye sebep olan durumlara karşı duygusal tepkilerin gücü ile ilişkilidir. Bilişsel boyut; bireyin yaşadığı çevreye yönelik sahip olduğu olumsuz şemalarla ilişkiliyken; davranışsal boyut, öfkenin ifadesinde kullanılan olumlu ya da olumsuz başa çıkma mekanizmalarını içermektedir (Boman, 2003, s. 71-77).

Öfke, her bireyin farklı şekillerde yaşayabildiği bir duygu durumu olarak ifade edilmektedir (Kesen vd., 2007, s. 353-364). Bireyler, duygularına göre nasıl davranıp davranmayacaklarına kendileri karar vermektedir. Öfkenin tüm olumsuz sonuçlarına rağmen aslında kişiyi koruyucu, uyarıcı veya harekete geçirici işlevleri bulunmaktadır ve bu duygu yaşamın devamı için çok önemli bir yer tutmaktadır. Öfke, son derece normal ve yaşamın sürdürülmesi için gerekli bir duygudur. Duygusal bir tepkidir, uyarıcı bir işarettir, kişiyi tehditlere karşı uyarır ve insanın kendisini korumasına olanak vermektedir. Öfke, kontrol edilebildiği sürece sağlıklıdır ve kişilerarası ilişkileri düzenlemede olumlu bir etkisi olabilir. Öfke, kontrol edilmediğinde kişinin kendisi ve çevresi için yıkıcı ve son derece tahrip edici bir hal almaktadır (Soykan, 2003, s. 19-27). Öfke duygusu zaman zaman ergenlerde ve yetişkinlerde çeşitli psikolojik problemlerle ilişkili olabilmektedir.

Öfke ve kızgınlık duygusu öncelikle öfkelenen kişiyi sonra çevresindeki kişileri etkiler. Kızgınlıkla ifade edilen her davranış yöneldiği kişiler için genellikle sıkıntı verici, tehdit edici, psikolojik ya da fiziksel olarak yaralayıcı olur. Arkadaş ve aile ilişkilerinin bambaşka bir boyuta ulaştığı ergenlik döneminde ise öfke iyi yönetilmezse çok yönlü bir yıkıma yol açabilir (Kalyoncu, 2014, s. 46-67). Öfke, bedensel bir sinyaldir. Biyolojik, psikolojik, kişilerarası ve kültürel birçok faktörden etkilenir. Bu yönüyle öfke duygusal bir davranış olarak görülebilmektedir (Leary vd., 2006, s. 111-132). Öfke sosyal değerlendirme açısından olumsuz duygu olarak değerlendirilebilmektedir. Küçük çocuklar genellikle öfkelenmelerinde ebeveyn veya öğretmen gibi bazı yetişkinler tarafından cezalandırılabilirler. Ancak her birey için öfke, kendisini ifade etmede öznel bir deneyimdir (Averil, 1983, s. 1145-1160).

Öfkenin anlaşılabilmesi ve kontrol altına alınabilmesi önemli bir beceridir. Bu becerinin çocukluk yıllarında ve ergenlik döneminin başlarında öğrenilmesi, bireyin sosyalleşmesi ve ergenlikten sonraki yaşamı için kritik bir öneme sahiptir (Duran ve Eldeleklioğlu, 2005, s. 267-280). Her insan bir hedefe karşı çeşitli zamanlarda öfke duygusunu hissetmektedir. Rahatsız edici durumların olması, stresin etkisi, isteklerin elde edilememesi gibi olumsuz olarak değerlendirilebilecek durumlar bireyin öfke duygusu hissetmesine neden olmaktadır. Öfke duygusunun hissedildiği durumlarda genellikle hedefe karşı kaçınma davranışından ziyade öfkeyi yansıtmak amacıyla yaklaşma davranışı sergilenmektedir (Berkowitz ve Harmon-Jones, 2004, s. 107-130). Öfke ve düşmanlık düzeyleri yüksek insanlar her zaman saldırgan ve baskıcı davranışlar sergileyebilirler. Ancak bu insanların karşılaştıkları baskı ve engellemelere karşı tepki düzeyleri diğer insanlara göre aşırı olabilmektedir (Burger, 2006, s. 25-35). Öfke üç ana boyuta sahiptir. Ayrıca bu boyutlar birbirleriyle etkileşim halindedir ve birbirleriyle bağlantılıdır. Bu boyutlar bilişsel, fizyolojik ve davranışsal boyut olarak sınıflandırılabilir (Robins ve Novaco, 1999, s. 325-337). Öfkenin bilişsel boyutu, bireyin beklentileri, inançlar gibi bilgi yapılarını ve belirli düzenlerde veya şemalarda düzenlenmiş olan yorumlama süreçlerini içerir. Öfkenin bilişsel boyutu, öfke konusunda olumlu ve olumsuz inanç türlerini de içerisinde barındırmaktadır (Boman, 2003, s. 71-77).

Bu çalışmanın amacı, Kırgızistan Türkiye Manas üniversitesinde öğrenim gören ve üniversite okul takımlarında yer alan bireylerin farklı değişkenlere göre öfke düzeylerini belirlemektir.

## Yöntem

### Araştırma Deseni

Araştırma betimsel bir nitelikte olup, bireysel ve takım sporlar okul takımlarında yer alan bireylerin farklı değişkenlere göre öfke düzeylerini belirlemektir.

Bu çalışmada “tarama modeli” düşünülerek araştırmanın modeli oluşturulmuştur. Tarama modelleri, geçmişte veya řu anda var olan bir durumu olduğu şekilde tanımlamayı amaçlayan araştırma modelidir. Araştırmanın konusu olan olay, kişi ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi aktarılmaya çalışılır. Bu koşulları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme amacı yoktur (Karasar, 2009).

### Çalışma Grubu

Bu araştırmanın çalışma grubunu 2019-2020 eğitim öğretim yılında Kırgızistan Türkiye Manas üniversitesinde öğrenim gören ve üniversite okul takımlarında (futbol, fitness, teakwando, sambo, basketbol, judo, serbest güreş, grekoromen güreş, halter, boks ve voleybol) yer alan 89 erkek ile 51 bayan katılımcılardan oluşmaktadır.

### Veri Toplama Araçları

Araştırmaya katılan üniversite öğrencilerinin demografik özelliklerini belirlemek amacıyla araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgiler Formu” kullanılmıştır. Bu form; cinsiyet, yaş, spor branşınız, spor yapma yılınız ve spor düzeyiniz sorularından oluşmaktadır.

Araştırmada sürekli öfke ve öfke tarzlarının belirlenmesi için, orijinali 1983 yılında C. D. Spielberger tarafından geliştirilmiş olan The State - Trait Anger Scale (STAS) ve Türkçe uyarlaması 1994 yılında A. K. Özer tarafından yapılmış Sürekli Öfke – Öfke Tarz Ölçeği (SÖ-ÖTÖ) kullanılmıştır. Ergen ve yetişkinlerde öfke ve öfke tarzlarının belirlenmesi amacı ile kullanılan ölçek toplam 34 maddeden ve 4 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin alt boyutları; Sürekli Öfke (10 madde), Öfke İç (8 madde), Öfke Dış (8 madde) ve Öfke kontrol (8 madde) olarak geçmektedir.

Araştırmada kullanılan Sürekli Öfke- Öfke Tarz Ölçeğinin alt ölçekleri ve bu ölçeklerin kapsadığı maddeler. Öfke İfade tarzları Özelliğin Ölçüldüğü Sorular;

Sürekli Öfke alt ölçeği 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10

Öfke İç alt ölçeği puanı 13, 15, 16, 20, 23, 26, 27, 31

Öfke Dış alt ölçeği puanı 12, 17, 19, 22, 24, 29, 32, 33

Öfke Kontrol alt ölçeğinin puanları 11, 14, 18, 21, 25, 28, 30, 34

Sürekli Öfke- Öfke Tarz Ölçeğinin alt ölçekleri ve bu ölçeklerin açıklamaları:

Sürekli Öfke; öfke düzeyinin yüksek olduğunu,

Öfke İç; öfkenin bastırılmış olduğunu,

Öfke Dış; öfkenin kolayca ifade ediliyor olduğunu,

Öfke Kontrol; öfkenin kontrol edilebildiğini gösterir.

### Verilerin Analizi

Veriler Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 21,0 programı aracılığı ile analiz edildi. Verileri analizlerinde başlangıçta tanımlayıcı bilgiler (sayı, yüzde, ortalama, standart sapma) değerlendirildi. Çalışmada öfke- öfke tarz ölçeğinin alt ölçekleri ile araştırmacı tarafından oluşturulan demografik değişkenlerin puanlarında normal bir dağılım olup olmadığını belirlemek için Kolmogorov Smirnov testi uygulandı. Bu test sonucunda verilerimizin normal dağıldığı gözlemlendi. Bu yüzden ikili karşılaştırmalar için Independent Sample T testi, üç ve daha fazla grup karşılaştırmaları için One Way Anova, LSD, Scheffe testleri kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi  $p < 0.05$  olarak kabul edilmiştir.

## Bulgular

**Tablo 1.** Katılımcıların Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeğinden Aldıkları Puanların Cinsiyet Değişkenine Göre Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan Analiz Sonuçları

SÖ-ÖTÖAB**	Cinsiyet	N	Ortalama	SS	t*	p
Sürekli Öfke	Kadın	51	20.54	4.84	-489	0.62
	Erkek	89	21.01	5.65		
Öfke İç	Kadın	51	15.49	3.92	-1.536	0.12
	Erkek	89	16.50	3.67		
Öfke Dış	Kadın	51	16.37	3.35	-1.464	0.14
	Erkek	89	17.41	4.40		
Öfke Kontrol	Kadın	51	20.37	5.64	-1.677	0.09
	Erkek	89	21.86	4.70		

\*p>0.05; Independent sample t test, \*\*Sürekli Öfke – Öfke Tarz Ölçeği Alt Boyutları

Tablo incelendiğinde sürekli öfke-öfke tarzı ölçeğini alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark yoktur (p>0.05). Yani öfke düzeyi, öfkenin bastırılması, öfkenin kolayca ifade edilebilmesi ve öfkenin kontrol altında tutulmasında süreçlerinde bireyin sahip olduğu cinsiyet faktörü önemli değildir.

**Tablo 2.** Katılımcıların Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeğinden Aldıkları Puanların Yaş Değişkenine Göre Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan Analiz Sonuçları

SÖ-ÖTÖAB**	Yaş	N	Ortalama	SS	F	p	Grup Fark
Öfke İç	18	25	15.52	3.48	1.067	0.37	
	19	19	15.00	3.95			
	20	34	16.02	3.76			
	21	26	16.76	4.58			
	22+	36	16.80	3.19			
Öfke Dış	18	25	15.36	2.75	2.719	0.03*	18,19 < 21,22
	19	19	15.78	3.32			
	20	34	17.00	3.88			
	21	26	18.19	4.34			
	22+	36	18.05	4.73			
Öfke Kontrol	18	25	21.20	5.25	0.341	0.85	
	19	19	22.31	4.69			
	20	34	20.64	4.98			
	21	26	21.30	5.25			
	22+	36	21.52	5.37			
Sürekli Öfke	18	25	19.60	3.87	1.393	0.24	
	19	19	19.21	4.64			
	20	34	20.71	5.73			
	21	26	22.15	6.59			
	22+	36	21.66	5.12			

\*p<0.05; One Way Anova, \*\*Sürekli Öfke – Öfke Tarz Ölçeği Alt Boyutları

Tablo incelendiğinde sürekli öfke-öfke tarzı ölçeği boyutları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark vardır (F=2.71, p<0.05). Bu fark öfke dış alt boyutu ile yaş değişkeni arasındadır. Yani 20 yaşında olan bireylerin diğer yaş grupları ile anlamlı bir fark yokken, 18,19 ile 20,21 yaş grupları arasında anlamlı bir fark vardır. Dolayısıyla 20 ve 21 yaşında olan bireyler 18 ve 19 yaşında olan bireylere göre öfkelerini daha kolay dışa vurduklarını söyleyebiliriz.

**Tablo 3.** Katılımcıların Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Branş Değişkenine Göre Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan Analiz Sonuçları

SÖ-ÖTÖAB**	Branş	N	Ortalama	SS	F	p	Grup Fark
Sürekli Öfke	Fitness <sup>1</sup>	15	19.86	5.06	2.710	0.09*	2>1, 5 8<2, 3, 5, 7, 9
	Futbol <sup>2</sup>	15	24.13	3.71			
	Sambo <sup>3</sup>	15	21.60	3.64			
	Basketbol <sup>4</sup>	15	21.26	6.48			
	Judo <sup>5</sup>	30	20.90	5.64			
	Ser.Gures <sup>6</sup>	15	17.66	5.23			
	Greko Roman <sup>7</sup>	10	22.50	6.15			
	Boks <sup>8</sup>	15	17.73	5.13			
	Voleybol <sup>9</sup>	10	23.20	3.22			
Öfke İç	Fitness <sup>1</sup>	15	15.93	3.32	0.869	0.54	
	Futbol <sup>2</sup>	15	16.40	3.52			
	Sambo <sup>3</sup>	15	16.86	3.29			
	Basketbol <sup>4</sup>	15	15.40	3.29			
	Judo <sup>5</sup>	30	15.10	3.87			
	Ser.Gures <sup>6</sup>	15	14.40	2.97			
	Greko Roman <sup>7</sup>	10	17.00	4.85			
	Boks <sup>8</sup>	15	15.53	4.82			
	Voleybol <sup>9</sup>	10	16.00	4.21			
Öfke Dış	Fitness <sup>1</sup>	15	16.86	4.68	2.054	0.04*	8<2, 3, 7, 9 6<2, 5, 7
	Futbol <sup>2</sup>	15	18.60	2.69			
	Sambo <sup>3</sup>	15	17.33	3.49			
	Basketbol <sup>4</sup>	15	17.13	3.70			
	Judo <sup>5</sup>	30	17.70	4.54			
	Ser.Gures <sup>6</sup>	15	15.00	3.27			
	Greko Roman <sup>7</sup>	10	18.70	4.87			
	Boks <sup>8</sup>	15	14.33	4.20			
	Voleybol <sup>9</sup>	10	17.80	2.74			
Öfke Kontrol	Fitness <sup>1</sup>	15	22.73	4.87	1.786	0.08	
	Futbol <sup>2</sup>	15	21.20	3.36			
	Sambo <sup>3</sup>	15	22.46	5.08			
	Basketbol <sup>4</sup>	15	17.86	5.28			
	Judo <sup>5</sup>	30	22.23	4.52			
	Ser.Gures <sup>6</sup>	15	22.00	5.11			
	Greko Roman <sup>7</sup>	10	22.80	4.13			
	Boks <sup>8</sup>	15	20.53	7.60			
	Voleybol <sup>9</sup>	10	18.80	3.19			

\*p&lt;0.05; One Way Anova, \*\*Sürekli Öfke – Öfke Tarzı Ölçeği Alt Boyutları

Tablo incelendiğinde sürekli öfke-öfke tarzı ölçeği boyutları ile branş değişkeni arasında anlamlı bir fark vardır ( $F=2.71, 2.05, p<0.05$ ). Bu fark sürekli öfke, öfke dış alt boyutları ile branş değişkeni arasındadır. Sürekli öfke alt boyutuna baktığımızda futbol branşındaki sporcular ile fitness ve judo branşındaki sporculara arasında anlamlı bir farkın olduğunu görmekteyiz. Yani futbol branşındaki sporcuların fitness ve judo branşındaki sporculara göre öfke düzeyleri daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Sürekli öfke alt boyutundaki diğer bir anlamlı fark ise boks ile futbol, sambo, judo ve voleybol arasındadır. Yani boks branşındaki sporcuların diğer dört branştaki sporculara göre öfke düzeyleri en düşük seviyede olduğunu görmekteyiz.

Öfke dış alt boyutunda ise boks branşındaki sporcular futbol, sambo, greko roman ve voleybol branşındaki sporculara göre öfkelerini ifade etme konusunda zorlandıklarını görmekteyiz. Ayrıca serbest güreş ile uğraşan sporcuların futbol, judo ve greko roman branşındaki sporculara göre öfkelerini ifade etme konusunda zorlandıklarını da ifade edebiliriz. Sonra olarak bu çalışmada diğer iki alt boyut ile spor branşları arasında anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır.



**Tablo 4.** Katılımcıların Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Aktif Spor Yılı Değişkenine Göre Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan Analiz Sonuçları

SÖ-ÖTÖAB**	Aktif Spor Yılı	N	Ortalama	SS	F*	P
Sürekli Öfke	1	35	19.40	5.34	1.727	0.18
	2	57	21.22	5.82		
	3+	48	21.43	4.67		
Öfke İç	1	35	16.00	3.53	0.717	0.49
	2	57	16.57	4.32		
	3+	48	15.70	3.24		
Öfke Dış	1	35	16.25	4.03	1.540	0.21
	2	57	17.71	3.87		
	3+	48	16.79	4.28		
Öfke Kontrol	1	35	21.80	4.70	0.386	0.68
	2	57	21.43	5.21		
	3+	48	20.83	5.30		

\*p>0.05; One Way Anova, \*\*Sürekli Öfke – Öfke Tarzı Ölçeği Alt Boyutları

Tablo incelendiğinde sürekli öfke-öfke tarzı ölçeğini alt boyutları ile aktif spor yılı değişkeni arasında anlamlı bir fark yoktur (p>0.005). Yani uzun süreli veya kısa süreli bir branş sporu ile uğraşmanız öfke düzeyiniz, öfkenizin bastırılması, öfkenizin kolayca ifade edilmesinde ve öfkenin kontrol edilmesinde önemli değildir.

**Tablo 5.** Katılımcıların Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Spor Düzeyi Değişkenine Göre Karşılaştırılması Amacıyla Yapılan Analiz Sonuçları

SÖ-ÖTÖAB**	Spor Düzeyi	N	Ortalama	SS	F	P
Sürekli Öfke	Amatör Sporcu	84	20.50	5.51	0.858	0.35
	Profesyonel-Milli Sporcu	56	21.35	5.12		
Öfke İç	Amatör Sporcu	84	16.27	4.04	0.278	0.59
	Profesyonel-Milli Sporcu	56	15.92	3.37		
Öfke Dış	Amatör Sporcu	84	16.95	4.07	0.087	0.76
	Profesyonel-Milli Sporcu	56	17.16	4.10		
Öfke Kontrol	Amatör Sporcu	84	21.72	4.87	1.326	0.25
	Profesyonel-Milli Sporcu	56	20.71	5.41		

\*p>0.05; One Way Anova, \*\*Sürekli Öfke – Öfke Tarzı Ölçeği Alt Boyutları

Tablo incelendiğinde sürekli öfke-öfke tarzı ölçeğini alt boyutları ile spor düzeyi değişkeni arasında anlamlı bir fark yoktur (p>0.05). Yani amatör, profesyonel veya milli sporcu olmanız öfke düzeyinizi, öfkenizin bastırılmasını, öfkenizi kolayca ifade edilmesi ve öfkenizin kontrol edilmesi üzerinde önemli bir etkisi yoktur.

## Tartışma, Sonuç ve Öneriler

Yapılan araştırma değerlendirilmeye alınan değişkenlere göre literatür bilgileri ışığında değerlendirilmeye çalışılmıştır.

Araştırma grubunun sürekli öfke-öfke tarzı ölçeğini alt boyutları ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir fark olmadığı görülmüştür. Shokoufeh (2018) ve Yavuz (2015) çalışmalarında saldırganlık ve öfke toplam puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık göstermediği bulgularını elde etmiştir. Aynı şekilde Araz (2017) ve İnallı (2019) yapmış olduğu çalışmalarda, cinsiyet ile öfke ölçeğinin tüm alt boyutları arasında herhangi anlamlı bir farklılık ortaya konulmamıştır. Ancak, Baykan (2018) ve Bozkurt (2017) çalışmalarında öfke puanlarının cinsiyete göre anlamlı farklılık gösterdiği bulgularını elde etmişlerdir. Literatürde öfke cinsiyete göre farklılaştığını gösteren çalışmalar olduğu gibi bu çalışmada olduğu gibi öfkenin farklılaşmadığını gösteren çalışmalar da bulunmaktadır. Bu durum öfkenin cinsiyete göre farklılaştığını söylemek yerine bireyin kişilik özellikleri, psikolojik durumu, sosyal koşulları gibi değişkenlerle açıklanabileceğini göstermektedir.

Araştırma grubunun sürekli öfke-öfke tarzı ölçeği boyutları ile yaş değişkeni arasında anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu fark öfke dış alt boyutu ile yaş değişkeni arasındadır. Yani 20 yaşında olan bireylerin diğer yaş grupları ile anlamlı bir fark yokken, 18,19 ile 20,21 yaş grupları arasında anlamlı bir fark vardır. Baykan (2018)'in yapmış olduğu çalışmada yaş arttıkça sürekli öfke, içe yönelik öfke ve dışa yönelik

öfke düzeylerinde anlamlı farklılıklar olduğu ortaya çıkmıştır. Ancak öfke kontrol alt boyutunda herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır. Bu durum çalışmamızla paralellik göstermektedir. Fakat İbrahim'in (2018) yaptığı farklı bir çalışmada çalışmaya katılan katılımcıların yaşları açısından öfke ölçeği alt boyutlarında herhangi anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır.

Araştırma grubunun sürekli öfke-öfke tarzı ölçeği boyutları ile branş değişkeni arasında anlamlı bir fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu fark sürekli öfke, öfke dış alt boyutları ile branş değişkeni arasındadır. Sürekli öfke alt boyutuna baktığımızda futbol branşındaki sporcular ile fitness ve judo branşındaki sporculara arasında anlamlı bir farkın olduğunu görmekteyiz. Yani futbol branşındaki sporcuların fitness ve judo branşındaki sporculara göre öfke düzeyleri daha yüksek olduğu ortaya çıkmıştır. Futbolcuların genel yapıları olarak ve yaptıkları iç olarak statüleri ne olursa olsun benzer tutumlar sergiledikleri söylenebilir. Bu açıdan bakıldığında gerek profesyonel ligde olsun gerekse amatör ligde olsun verdikleri çabanın başarıya yönelik olması, beklentinin kazanmaya dönük olması gibi motive edici etmenlerden dolayı benzer davranış sergilemeleri ve öfkelerini benzer düzeyde kontrol edebilmeleri yaptıkları için çok farklılık göstermemesi ve benzer süreçler yaşamaları ile açıklanabilir. Kızmaz'ın (2004) aktardığına göre James ve Johnson (1983), bireysel spor yapan sporcuların daha gergin ve öfkeli olduğunu tepkisel özellik gösterdiklerini belirtmişlerdir. Robazza, Bertolli ve Bortoli (2006), gerek takım gerekse bireysel sporda olsun tüm sporcuların öfke düzeylerini tetikleyen en önemli unsurun rekabet olgusu olduğunu vurgulaması, öfkenin ne kadar karmaşık süreçler içerdigi ve tek bir boyutla açıklanamayacağı şeklinde yorumlanabilir. Araştırmacılara göre takım sporları yapan sporcuların kendi özellikleri ile birlikte takım arkadaşlarının bireysel farklılıklarının da dikkate aldıkları, çalıştırıcıların ve yöneticilerin de bir bütün oluşturarak sporcular üzerinde bir etki yaptığı ve daha çok bireysel değil takım içinde genel belirtilerin olması gerektiği bilincini geliştirme ve sorumluluk yükleme ile açıklanabilir. Demir vd. (2017, s. 408-414) sporcuların öfke belirtme biçimlerini incelediği araştırmada bireysel spor yapanların dışa yönelik öfkelerinin daha fazla olduğunu, bireysel sporcularının takım sporu ile uğraşanlara göre daha saldırgan davranış içinde olduklarını tespit etmişlerdir. Takım sporu ve bireysel spor yapan bireylerin saldırganlık seviyelerini saldırganlığı etkileyen bazı etkenler yönünden 120 takım sporu ve 120 bireysel spor yapan bir örneklem grubuyla değerlendiren Tutkun ve arkadaşları (2010, s. 23-29) öfke kontrolüne sahip sporcuların daha çok takım sporlarında olduğunu tespit etmişlerdir. Ancak; İnalı (2019)'ın yüzme, triatlon, yelken gibi bireysel sporlarla ilgilenen sporcularla su altı rağbisi ve sutopu gibi takım sporlarıyla ilgilenen sporcuların öfke düzeylerini karşılaştırdığı çalışmasında herhangi anlamlı bir fark tespit edememiştir.

Araştırma grubunun sürekli öfke-öfke tarzı ölçeğini alt boyutları ile aktif spor yılı değişkeni arasında anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Yani uzun süreli veya kısa süreli bir branş sporu ile uğraşmanız öfke düzeyiniz, öfkenizin bastırılması, öfkenizin kolayca ifade edilmesinde ve öfkenin kontrol edilmesinde önemli değerdir. Yıldız'ın (2008) profesyonel, paf ve amatör liglerde oynayan 300 futbolcu üzerinde yaptığı çalışmasında, yıl değişkeni açısından sürekli öfke ve öfke tarzlarında anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Kızmaz (2004), yaptığı araştırmasında spor yapma yılı arttıkça sporcunun, sosyal olgunluk yönü, sosyal beceri yönü, başkalarını seven ve sevilen, davranışları kabul gören, toplum değerlerine saygılı, başkalarını haklarını tanıyan, kendine güven duyan, cesaretli olma, başkalarına zarar vermekten kaçınma, aile ve arkadaşlarıyla dostça yaşama gibi özelliklerin geliştiğini belirtmiştir. Certel ve Bahadır'ın (2012, s. 157-164) farklı kulüplerde takım sporu yapan sporcuların benlik saygısı ve öfke tarzları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışmanın bulgularına göre 1-9 yıl arası spor yapan sporcuların 10-14 yıl arası spor yapan sporculara göre dışa yönelik öfke biçimlerini daha fazla kullandıkları görölmektedir. İmamoğlu Kaya (2019) kadın futbolcularla yapmış olduğu çalışmada, kadın futbol takımı oyuncularından 1-4 yıl spor deneyimine sahip olanların öfke kontrolü puan ortalamaları 5-9 yıl spor deneyimine sahip olanlardan anlamlı bir şekilde daha yüksek bulunmuştur. İmamoğlu Kaya (2019) kadın futbolcularla yapmış olduğu çalışmada, takımların bulunmuş olduğu lig düzeylerine göre öfke ölçeği alt boyutlarını karşılaştırmıştır. Sürekli öfke, öfke dışa vurumu ve öfke kontrolü puan ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık içerdigi tespit edilmiştir. Buna göre birinci lig kadın futbol takımı oyuncularının ikinci lig kadın futbol takımı oyuncularına göre sürekli öfke ve dışa yönelik öfke puanları daha yüksekken; öfke kontrolü puanında ise birinci lig kadın futbol takımı oyuncularının puanı ikinci lig kadın futbol takımı oyuncularının puanından daha düşüktür. Buradan hareketle rekabet arttıkça öfke düzeyi artmaktadır. Okul takımlarındaki rekabet düzeyinin amatör takımlardaki rekabet düzeyinden fazla oluşunun bu sonuca etki ettiği düşünölmektedir.

Sporcuların gelişimleri ve psikolojik duygu durumları iyi saptanmalı ve ona göre uygun yaklaşım sergilenmelidir. Sporculara öfke ve öfke ifade tarzlarına dönük olarak gerekli eğitim ve bilgilendirme

yapılmalıdır. Sporda öfkenin varlığını ve özellikle sportif müsabakalarda öfke kontrolünün önemini ortaya koyan nitel çalışmalarda yapılmalıdır.

### Etik Beyan

“Üniversite okul takımlarında yer alan bireysel ve takım sporunu yapan öğrencilerin öfke düzeylerinin farklı değişkenlere göre incelenmesi” başlıklı çalışmanın yazım sürecinde bilimsel, etik ve alıntı kurallarına uyulmuş; toplanan veriler üzerinde herhangi bir tahrifat yapılmamıştır. Bu çalışmanın bazı değişkenleri (cinsiyet, spor düzeyleri ve branşlar) IX. uluslararası Türk Halklarının Geleneksel Spor Oyunları sempozyumunda bildiri olarak sunulmuştur. Çalışmanın etik kurul kararı Selçuk Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi girişimsel olmayan klinik araştırmalar etik kurulu 25.02.2021 tarih, 18. sayılı karar ile alınmıştır.

### Kaynakça

- Araz, G. Y. (2017). *Spor yapan bireylerin kaygı düzeyleri, saldırganlık eğilimleri ve yaklaşma-uzaklaşma tepkilerinin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Trakya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Edirne.
- Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression: implications for theories of emotion. *American Psychologist*, 38(11), 1145-1160.
- Balkaya, F. ve Şahin, N. H. (2003). Çok boyutlu öfke ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 14(3), 192-202.
- Baykan, E. (2018). *Y ve Z nesil taekwondocuların sürekli öfke düzeylerinin saptanması ve ilişkili faktörlerin incelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Bozok Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yozgat.
- Berkowitz, L. ve Harmon-Jones, E. (2004). Toward an understanding of the determinants of anger. *Emotion*, 4(2), 107-130.
- Boman, P. (2003). Gender differences in school anger. *International Education Journal*, 4(2), 71-77.
- Bostancı, N., Albayrak, B., Bakoğlu, İ. ve Çoban, Ş. (2006). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının depresif belirtileri üzerine etkisi” *New/Yeni Symposium Journal*, 44(4), 189-25.
- Bozkurt, B. (2017). *Genç kategorisindeki bireysel ve takım sporcularının öfke kontrollerinin değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Burger, J. M. (2006). *Kişilik* (1. Baskı). İstanbul: Kaknüs Yayınları.
- Certel Z, Bahadır Z. (2012). Takım sporunu yapan sporcularda benlik saygısı ve sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ilişkisinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2), 157-164.
- Demir, H., Sezan, T., Demirel, H., Yalçın, Y. G. ve Altın, M. (2017). Sporcuların öfke ifade tarzları. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 9(9), 408-414.
- Duran, Ö. ve Eldeleklioğlu, J. (2005). Öfke kontrol programının 15 ve 18 yaş arası ergenler üzerindeki etkililiğinin araştırılması. *Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(3), 267-280.
- Hamdan-Mansour, A. M., Dardas, L. A., Nawafleh, H. ve Abu-Asba, M. H. (2012). Psychosocial predictors of anger among university students. *Children and Youth Services Review*, 34, 474-479
- İbrahim, İ. M. S. (2018). *Irak ve Türkiye’de öğrenim gören üniversite öğrencilerinin öfke ifade tarzları* (Doktora Tezi). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- İmamoğlu Kaya, M. (2019). *Kadın futbolcularda antrenmanın algılanan stres, sporda güdülenme, sürekli öfke ve öfke tarzı düzeylerine etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Hitit Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çorum.
- İnalı, Ç. (2019). *Su sporlarıyla uğraşan sporcuların beş faktör kişilik yapıları ve öfke ifade tarzları arasındaki ilişki* (Yüksek Lisans Tezi). Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Manisa.
- Kalyoncu, H. (2014). *Aile içi şiddet ve şiddet ortamında çocuklar* (1. Baskı). İstanbul: Yediveren Yayınevi.
- Karasar, N. (2009). *Araştırmalarda rapor hazırlama*. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Kaya, N. ve Solmaz, F. (2009). Bir üniversite hastanesinin kulak burun boğaz kliniğinde çalışan hemşirelerin öfke ve ifadesi. *Türkiye Klinikleri Hemşirelik Bilimleri Dergisi*, 1(2), 56-64.
- Kesen, N. F., Deniz, M. E. ve Durmuşoğlu, N. (2007). Ergenlerde saldırganlık ve öfke düzeyleri arasındaki ilişki: yetiştirme yurtları üzerinde bir araştırma. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(17), 353-364.
- Leary, M. R., Twenge, J. M. ve Quinlivan, E. (2006). Interpersonal rejection as a determinant of anger and aggression. *Personality and Social Psychology Review*, 10(2), 111-132.
- Özer, A. K. (1994). Sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ölçeği ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9, 26-35.
- Robins, S. ve Novaco, R. W. (1999). Systems conceptualization and treatment of anger. *Journal of Clinical Psychology*, 55(3), 325-337.
- Shokoufeh, S. (2018). *Türkiye’de elit erkek ve bayan güreşçiler ile spor yapmayan bireylerin zühinsel yetenek, liderlik ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi* (Doktora Tezi). Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11(2), 19-27.
- Tutkun, E., Güner, B., Ağaoglu, A. ve Soslu, R. (2010). Takım sporları ve bireysel sporları yapan sporcuların saldırganlık düzeylerinin değerlendirilmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 23-29.
- Yavuz, S. (2015). Farklı spor dallarındaki sporcu, seyirci ve yöneticilerin küresel vatandaşlık ve saldırganlık ilişkisi (Adana-Mersin ili örneği) (Yüksek Lisans Tezi). Dumlupınar Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kütahya.
- Yıldız M. (2008). *Farklı liglerde yer alan futbolcuların kişilik tipleri ile sürekli öfke- öfke ifade tarzlarının incelenmesi* (Doktora Tezi). Ankara: Gazi Üniversitesi.



Yöndem, Z. D. ve Bıçak, B. (2008). Öğretmen adaylarının öfke düzeyi ve öfke tarzları. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 5(2), 1-15.

### EXTENDED ABSTRACT

The physiological dimension of anger includes high hormone levels and low stimulus thresholds for the activation of arousal. Anger; Physiological activation in cardiovascular, endocrine, limbic systems and tension in skeletal muscles constitute the physiological effects of anger (Robins and Novaco, 1999). In the case of anger, as in other emotional states, symptoms such as increase in blood circulation and increase in heart rate can be seen starting with adrenaline secretion, which is also expressed as "general arousal state" (Yöndem, & Bıçak, 2008). The behavioral dimension of anger includes various learned repertoires that express anger. It can be defined as the behaviors demonstrated by an individual who experiences a sense of anger, including avoidance of current behavior and aggression (Robins, & Novaco, 1999). It refers to the positive or destructive coping mechanisms used in anger expression (Boman, 2003). Although anger is an extremely healthy emotion, anger that is not properly expressed can lead to destructive behavior. These behaviors can negatively affect the social life of the person. It can cause problems such as smoking, substance addiction, eating disorders and depression. Therefore, destructive anger should be controlled (Soykan, 2003; Özer, 1994). Regardless of the emergence of anger, it is actually an emotion that can be understood, controlled, accepted, and can work when effectively controlled, just like many other emotions (Soykan, 2003). Throughout daily life, people of all ages inevitably experience anger and it is a universal emotion. It is known that the level of anger experienced by the individual and the way this anger is expressed plays an important role in the psychological and physical health of the individual and his / her relationships with other people. In studies conducted with university students, it was found that students' anger levels were at an average level (Bostancı et al., 2006; Kaya & Solmaz, 2009; Hamdan-Mansour et al., 2012). In cases where the individual ignores his anger and cannot control his anger in healthy ways, aggressive behavior occurs and can cause harm to both the individual and the individual's environment. In order for anger to be resolved before it turns into aggression and violent behavior, the individual must be aware of his anger, accept his anger, and control his anger expression (Soykan, 2003; Özer, 1994). The purpose of this study, studying in Kyrgyzstan Turkey Manas University and according to different variables to determine the anger level of individual schools in the university team. The research is descriptive and aims to determine the anger levels of individuals in individual and team sports school teams according to different variables. The working group of the 2019-2020 academic year studying at universities in Kyrgyzstan Turkey Manas University and located in the school team (football, fitness, taekwondo, sambo, basketball, judo, freestyle wrestling, Greco-Roman wrestling, weightlifting, boxing and volleyball) consists of 89 male and 51 female participants. The "Personal Information Form" developed by the researcher was used to determine the demographic characteristics of the university students participating in the study. This form; consists of gender, age, your sports branch, your sport year and your sports level. The State - Trait Anger Scale (STAS), which was originally developed by C. D. Spielberger in 1983, and the Trait Anger - Anger Style Scale (TA-ASS), adapted to Turkish by A. K. Özer in 1994, were used in the study to determine trait anger and anger styles. The scale, which is used to determine anger and anger styles in adolescents and adults, consists of 34 items and 4 sub-dimensions. The sub-dimensions of the scale; Continuous Anger (10 items), Anger In (8 items), Anger Out (8 items) and Anger control (8 items). The data were analyzed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) 21.0 program. In the data analysis, initially, descriptive information (number, percentage, mean, standard deviation) was evaluated. The Kolmogorov Smirnov test was used to determine whether there was a normal distribution in the scores of the subscales of the anger-anger style scale and the demographic variables created by the researcher. As a result of this test, it was observed that our data were distributed normally. Therefore, Independent Sample T test was used for paired comparisons and One Way Anova, LSD, Scheffe tests were used for comparisons of three or more groups. Statistical significance level was accepted as  $p < 0.05$ . In this study, it was concluded that some preferred sports branches might affect students' anger levels and their ability to express their anger easily. Therefore, the development and psychological mood of athletes should be determined well and appropriate approach should be taken accordingly. Necessary training and information should be provided to athletes regarding anger and anger expression styles. Qualitative studies that reveal the existence of anger in sports and the importance of anger control especially in sportive competitions should be conducted.