



ISSN:1306-3111

e-Journal of New World Sciences Academy  
2010, Volume: 5, Number: 4, Article Number: 2B0056

**SPORTS SCIENCES**

Received: August 2010  
Accepted: October 2010  
Series : 2B  
ISSN : 1308-7312  
© 2010 www.newwsa.com

**Atalay Gacar**  
**Zeki Coşkuner**  
Firat University  
agacar@firat.edu.tr  
Elazig-Turkey

**GÜREŞÇİLERİN SÜREKLİ KAYGI DÜZEYLERİNİN BAZI DEĞİŞKENLER AÇISINDAN  
İNCELENMESİ**

**ÖZET**

Sürekli kaygı; Bireyin kaygı yaşantısına olan yatkınlığı olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda kişinin içinde bulunduğu durumları genellikle stresli algılama ya da stres olarak yorumlama eğilimi de denebilir. Bu çalışmada; güreşçilerin sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından araştırılması amaçlanmıştır. Bu amaca ulaşmak için, Spielberg ve arkadaşları (1970) tarafından bireylerin sürekli kaygı düzeylerinin ölçülmesi amacıyla geliştirilen Öner ve Le Compte (1983.) tarafından Türkçeye uyarlanan, 20 sorudan oluşan sürekli kaygı ölçeği güreşçilere uygulanmıştır. Araştırma, 22 ilden 110 güreşçinin katılımıyla Elazığ ilinde gerçekleştirilen 4.Doğu ve Güney Doğu yaz oyunlarına katılan 13-17 yaş arasındaki 110 erkek güreşçi ile sınırlıdır. Elde edilen veriler sonucunda müsabakalara katılan güreşçilerin kaygı düzeylerinin yüksek olduğu, bu farklılıkların yaş, eğitim gördükleri sınıf düzeyi, kardeş sayıları, baba meslekleri arasında istatistikî anlamda anlamlı farklılıklar tespit edilmiştir.

**Anahtar Kelimeler:** Güreş, Kaygı, Sürekli Kaygı, Yaz Oyunları, Spor

**WRESTLERS TRAIT ANXIETY LEVEL OF SOME VARIABLES OF THE INVESTIGATION**

**ABSTRACT**

Trait anxiety; The individual's predisposition to anxiety is defined as life In this context, within a person's perception or stressful situations are often interpreted as a tendency to stress may be called. This study wrestler in terms of some variables of constant anxiety levels aimed to investigate to achieve this goal, by Spielberg and his friends(1970) in order to measure their anxiety levels of individuals continuously developed tailored to Turkish by Öner and Le Compte (1983), consisting of 20 questions concerned the permanent scale was applied to wrestlers. Survey, 22 cities in the province of Elazig conducted with the participation of 110 wrestlers to the South East 4.Doğu summer 110 boys between the ages of 13-17 participated in the game is limited to wrestlers The data obtained as a result of the wrestlers participating in events where the high levels of anxiety, these differences in age, education level of their class, number of siblings, fathers between professions were statistically significant differences in mean

**Keywords:** Wrestling, Anxiety, Trait Anxiety, Summer Games, Sport

## 1. GİRİŐ (INTRODUCTION)

Spor ve fiziksel aktivite çocukların fiziksel gelişimi, psikolojik gelişimi ve sosyal etkileşimi için oldukça önemli fırsatlar sunmaktadır. Fakat pek çok çocuk erken yaşlarda yarışma ortamının getirdiği yüksek düzeydeki kaygı ve stres yaşantıları sebebi ile belirli bir yastan sonra sporu bırakmaktadır. Çocukların sporun içinde kalabilmeleri için kaygının performansla ilişkisinin ortaya konması ve tanımlanması gerekmektedir[31].

Spor faaliyetlerinde bulunana herkes, hem fiziksel hem de psikolojik yüklenmeler ile karşı karşıyadır. Yapılan yüklenmeler organizmada olumlu yönde değişim oluşturabilecek düzey ve nitelikte olmalıdır. Antrenmanlarda, ağırlıklı olarak kondisyonel, teknik ve taktik özellikler geliştirilmeye çalışılırken, başarıya ulaşmak için gerekli olan psikolojik özellikler ihmal edilmektedir [15].

Birçok sporcu yarışmada gösterdiği performansı baskılı, stresli yarışma koşullarında gösteremez. Bu durumun en önemli nedenlerinden biri sporcunun sahip olduğu psikolojik bir belirleyici olan kaygı düzeyidir[17].

Kaygı sözcüğünün kökü eski Yunanca "Anxietes" olup endişe, korku, merak anlamına gelir. İlk olarak Çiçero tarafından kullanılmış, baskı boğulma anlamına gelen ve geçici olarak (angor) kavramından ayrılmıştır. Kaygı kavramı psikoloji alanına yüzyılın ilk yarısında girmiş, bu alanda ilk araştırma ve çalışmalar 1940'lı yılların sonunda yapılmıştır [27].

Kaygı, normalde korku duygusu uyandırmayacak nitelikteki uyarıların bir takım korku tepkilerine yol açması halidir. Yani burada, gerçekte bağlantısı bulunmayan, anlaşılması ve anlatılması mümkün olmayan ve elem verici bir duygulaşım söz konusudur. "Genel olarak, insanlar kaygıyı gelecekte kötü bir şey olacakmış gibi duyumsarlar"[2].

Sürekli Kaygı; Bireyin kaygı yaşantısına olan yatkınlığı olarak tanımlanmaktadır. Bu bağlamda kişinin içinde bulunduğu durumları genellikle stresli algılama ya da stres olarak yorumlama eğilimi de denebilir. Objektif kriterlere göre nötr olan durumların birey tarafından tehlikeli ve özünü tehdit edici olarak algılanması sonucu oluşan hoşnutsuzluk ve mutsuzluk duygusudur. Bu tür kaygı seviyesi yüksek olan bireylerin kolaylıkla incindikleri ve karamsarlığa büründükleri görülür. Bu bireyler sürekli kaygıyı diğer bireylerden daha sık ve yoğun bir şekilde yaşarlar[25]. Bazı kişiler sürekli olarak huzursuz ve mutsuzdurlar. Bu insanın kendisinden kaynaklanır ve sürekli bir kaygı türüdür. Eğer sürekli kaygı bir uyarıcı tarafından başlatılırsa düzensiz olarak gerçekleşen bir reaksiyon olarak ortaya çıkar. Sürekli kaygı çevresel koşullardan bağımsız olarak, bireyin huzursuzluk, endişe, karamsarlık, aşırı duyarlılık gösterme, yoğun heyecansal reaksiyonlarda bulunması olarak tanımlanabilir [24].

Spielberger, kaygıyı durumluk ve sürekli kaygı olarak ayıran ilk kişidir[6].Spielberger (1970) öz değerlerin tehdit edildiğinin sanılması ve içinde bulunulan durumların stresli olarak yorumlanması sonucu duyulan kaygıya "Sürekli Kaygı" adını vermiştir[28].Kişilik özelliklerini belirlemede etkili olan "Sürekli Kaygı" içinde bulunulan ortamın fiziksel koşulları ile doğrudan bağlantılı değildir [27].

Sürekli kaygı sonucunda mutsuzluk, hoşnutsuzluk, karamsarlık, kolay incinebilirlik görülür. Bu kişiler durumluk kaygıyı da diğerlerinden daha sık ve yoğun olarak yaşarlar. Sürekli kaygının şiddeti ve süresi kişilik yapısının yatkınlığına bağlı olarak değişiklik gösterir. İnsanların sürekli kaygı düzeylerinin birbirinden farklılığı tehlikeli ve tehdit eden durumun algılanması ve yorumlanmasındaki farklılıktan kaynaklanır[19].

Sürekli kaygı aynı zamanda bireyin kaygı yaşantısına yatkınlığı olarak açıklanabilen, bireyin içinde bulunduğu ortamı rahatsızlık verici olarak algılaması ve yorumlamasıdır. Böyle bir durumda birey nötr olan ortamı bile kaygı verici ortam olarak algılar, kaygının fizyolojik ve

psikolojik tepkilerini gösterir. Sürekli kaygı seviyesi yüksek olan bireylerin kolay alındıkları ve karamsarlık duydukları, iş verimi düşük, sorunlarıyla baş etme gücü olmadığı görülür[7]. Bu durum sporcularda performans düşüklüğüne neden olabilmektedir. Performans sadece bir fiziksel nitelik değil aynı zamanda bir psikolojik süreçtir. Sporcu bir müsabakayı kaybettiği zaman ekonomik olarak edineceği yer ve ün olarak da kayıplara uğrayacağını bilmektedir. Bunun sonucu olarak her yapılan müsabakada sahaya çıkarken kaygı yaşayarak performansını sergilemek durumunda kalmaktadır[3].

Sürekli kaygısı olan bireyler kendilerine ve çevrelerine ilişkin devamlı bir kaygı durumu yaşarlar. Sürekli bir kaygı durumu belirgin bir tehlike kaynağı olmaması üzerine bağlantısız anksiyete olarak tanımlanır ve bu anksiyeteye dikkati toplayamama, karar verme güçlüğü, aşırı duyarlılık, umutsuzluk, uyku bozuklukları, aşırı terleme, boyun ve omuz bölgesinde kas gerilimi, avuç içi ıslaklığı ve soğukluğu, belirgin bir neden olmamasına karşılık nabız ve tansiyon bulgularında artış görülmesi gibi belirtiler eşlik edebilir. Bağlantısız anksiyete kişinin sürekli olarak gerilim, üzüntü ve tedirginlik yaşamasına neden olur [17].

Son yapılan araştırmalarda spor psikologları, yüksek performans için porcuların belli bir kaygı düzeyine sahip olmaları gerektiğinde birleşiyorlar. Bu düzeyin altı ve üstü performansı olumsuz yönde etkiliyor. Kaygı düzeyinin çok yüksek olması, start telası düşük olması ise tembelliğe yol açmaktadır. Sporcularda yüksek kaygı düzeyine genellikle, sporcunun performans kapasitesinin sınırlarına yaklaştıkça rastlanmaya başlanır. Başka bir değişle, performans kapasitesinin sınırına yaklaştıkça, kaygı yoğunluğu artmaktadır[11].

- **Spor ve Kaygı İlişkisi:** Kaygı belirli bir duruma özgü olabilen kaygıyı bireyin kendisi için tehdit eder nitelikte algılaması ve korku duymasıdır. Kaygı, hem fiziksel ya da somatik yollarla, hem de zihinsel yollarla kendini gösterir. Spor psikologları yüksek performans için sporcuların belli bir kaygı düzeyine sahip olmaları gerekliliğinde birleşiyorlar[8].

Kaygı evrensel bir karaktere sahiptir ve bütün sporlarda performansı olumlu ve olumsuz etkileyebilmektedir. Sportif performansta kaygı, sporcuların uyum yeteneklerini dikkat ve konsantrasyonlarını, kondisyon ve dengelerini, karar verme ve değerlendirmelerini, öz-güven ve değerliliklerini, motivasyon ve aktivasyonlarını önemli ölçüde etkilemektedir. Bu etkiler sporcuların ortaya koyacakları performanslarında gerek duyacakları kuvvet, sürat, dayanıklılık, esneklik, teknik ve taktik özelliklerde de kendisini gösterebilir[21]. Ancak bu etkinin nasıl ve hangi faktörler tarafından yönlendirildiği henüz tam olarak açıklanamamaktadır [1]. Ne kadar çok endişelenirsek, yaşadığımız kaygı, o kadar çok olur ve bu da performansın daha çok düşmesine neden olur [14].

Yüksek kaygı düzeylerinde sporcular görevlerini yerine getirmede yeteneklerinden kuşku duyabilirler ve kompleks becerileri yapmaktan sakınabilirler[22]. Sporcularda yüksek kaygı düzeyine genellikle sporcunun performans kapasitesinin sınırlarına yaklaştıkça rastlanılmaya başlanır. Başka bir deyişle, performans kapasitesinin sınırına yaklaştıkça yoğunluğu artar. Ayrıca yarışmaların sonucuna göre belirlenen ceza ve ödüller sporcunun kaygı düzeyi ile performansını olumsuz yönde etkilemektedir[8]. Sporcular kaygılı olduğunda vücut kontrolden çıkar ve birçok uyarılarda bulunur[8]. Uyarıların bazıları kasların gerilmesi, sinirlilik, mide bulantısı, tansiyonun ve solunum hızının yükselmesi, kafa karışıklığı, konsantre olamama, karar verememe, eski alışkanlıklara başvurma, ayrıntıları unutmadır. Aynı zamanda hareketlerde kolaylık ve düzgünlük kaybolabilir, kontrol ve konsantrasyonda bozulmalarla karşılaşabilirler [21].

Birçok st düzeydeki sporcucu becerilerini sadece fiziksel ve fizyolojik kapasitelerine değil, psikolojik özelliklerine de borçludur. Bu sporcunun kendini karşılaşmaya psikolojik olarak hazırlamada, motive olmada, kaygılarını yönetmede, konsantre olmada, amaçlar belirlemede mükemmel yeteneklere sahiptirler[18].

Mevcut bilgiler ışığında bu çalışmanın amacı güreşçilerin sürekli kaygı durumlarının araştırılmasıdır. Çalışma "güreşçilerin sürekli kaygı düzeyleri bazı değişkenlere göre farklılaşmaktadır" hipotezinden hareket edilerek şekillendirilmiştir.

## **2. ÇALIşMANIN ÖNEMİ (RESEARCH SIGNIFICANCE)**

Kaygı sporcularının davranışlarında ve yeteneklerinde bozulmalara neden olması ve gerçekçi çizgilerden farklı kararlar almasına yol açması sebebiyle spor psikolojisi alanında çok çalışılan konulardan biridir. Bu araştırmanın da 13-17 yaş greşilerinin sürekli kaygı düzeylerinin ve hangi değişkenlere göre farklılaştığının belirlenmesi açısından literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca elde edilen sonuçlar güreş antrenörlerinin, sporcularını müsabakalara hazırlamasında yardımcı bilgiler sağlaması açısından önemlidir.

## **3. YÖNTEM (METHODOLOGY)**

### **3.1. Araştırma Grubu (Participants)**

Çalışmanın evrenini Elazığ ilinde düzenlenen 4.doğu ve güney doğu yaz oyunlarına katılan "Adıyaman, Ağrı, Ardahan, Batman, Bitlis, Diyarbakır, Erzincan, Erzurum, Gaziantep, Hakkri, Iğdir, Kars, Kilis, Malatya, Mardin, Muş, şanlıurfa, Siirt, şırnak, Tunceli, Van ve Elazığ" illerinden katılan 1730 sporcudan oluşturmaktadır. Araştırma örneklemini ise, müsabakalara katılan 13-17 yaş arası 110 güreşçi oluşturmaktadır. Söz konusu amacın gerçekleştirilebilmesi Spielberg ve arkadaşlarının (1970) bireylerin sürekli kaygı envanteri lme anketi uygulanmıştır.

### **3.2. Veri Toplama Araçları (Data Collection Instruments)**

Araştırmaya katılanların demografik bilgilerini tespit etmek amacıyla kişisel bilgi formu ve kaygı düzeylerini belirlemek amacı ile Spielberger'in "Sürekli Kaygı Envanteri" kullanılmıştır[28]. Spielberg ve arkadaşları (1970) tarafından bireylerin sürekli kaygı düzeylerinin llmesi amacıyla geliştirilen ner ve Le Compte (1983) tarafından Türkçeye uyarlanan, 37 önermeden oluşan veri anketi güreşçilere yüz yüze uygulanmıştır. Bu soruların, ilk 17 sorusu kişisel bilgileri içermekte, diğer 20 soru ise sporcuların sürekli kaygı düzeyini ölçmeye yarayan testten oluşmaktadır[25].

Sürekli kaygı puanları hesaplanırken test protokoluna uygun olarak; 1, 6, 7, 10, 13, 16 ve 19 maddeler, -1, -2, -3, -4 ile değerlendirilmiş, diğer sorular ise 1, 2, 3, 4 olarak işleme alındıktan sonra 35 taban puanı ilave edilerek sürekli kaygı puanı oluşturulmuştur. 20-35 arası puan düşük kaygı düzeyi, 36-42 orta kaygı düzeyi, 42-80 yüksek kaygı düzeyi olarak belirtilmektedir.

### **3.3. Verilerin zm (Data Analysis)**

Araştırmada elde edilen verilerin analizinde parametrik testlerden yararlanılmıştır. Analizlerin yapılmasında SPSS 17.00 paket istatistik programı kullanılmıştır. SPSS yardımıyla frekans dağılımı, aritmetik ortalama, yüzdelere, t testi ve One -Way Anova; anlamlı farklılık çıkan sonuçlarda ise farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek için Schfee LCD test sonuçlarından faydalanılmıştır. Çalışmada anlamlılık düzeyi 0,05 olarak alınmıştır.

#### 4. BULGULAR VE YORUM (FINDINGS AND INTERPRETATIONS)

Araştırmada elde edilen veriler aşağıda yer alan tablolarda gsterilmiştir.

Tablo 1. Gureşçilerin kişisel ozellikleri  
(Table 1. Demographic characteristics of wrestlers)

Kişisel Ozellikler	N	%	$\bar{X}$	Ss
<b>Cinsiyet (Gender)</b>				
Erkek	111	100.00	45,75	5,69
<b>Boy (Height)</b>				
150 cm ve altı	18	16,2	44,50	6,08
151-170 cm	22	19,8	46,73	5,50
171 ve üstü	71	64,0	45,77	5,67
<b>Yaş (Age)</b>				
13-15	40	36,0	46,07	5,63
16-17	57	51,4	47,05	4,90
18 üstü	14	12,6	39,57	5,16
<b>Kilo (Weight)</b>				
50 kg ve altı	31	27,9	45,61	5,93
51-65 kg arası	59	53,2	46,32	6,10
66 kg ve üzeri	21	18,9	44,38	3,78
<b>Sınıf Düzeyi (Class Level)</b>				
8, sınıf	27	24,3	44,74	5,52
9, sınıf	14	12,6	48,64	4,18
10, sınıf	15	13,5	46,53	5,23
11, sınıf	23	20,7	48,34	4,84
12, sınıf	32	28,8	43,12	6,00
<b>Kardeş Sayısı (Number of Siblings)</b>				
2 kardeş ve altı	7	6,3	42,42	6,47
3 kardeş	40	36,0	47,22	5,28
4 kardeş	21	18,9	48,38	4,34
5 kardeş ve üstü	43	38,7	43,65	5,67
<b>Lisanslı Spor Yapma (Licansed to Do Sports)</b>				
1 yıldan az	10	9,0	47,60	5,91
1-3 yıl arası	35	31,5	45,85	5,57
4-5 yıl arası	32	28,8	45,46	4,29
5 yıldan fazla	34	30,6	45,38	6,92
<b>Doğum Yeri (Birth Place)</b>				
Koy/Belde	26	23,4	45,23	6,22
İlce	28	25,2	45,57	6,66
İl merkezi	38	34,2	46,81	4,34
Büyük Őehir	19	17,1	44,63	5,88
<b>Aile Gelir Durumu (Family Income Status)</b>				
500 altı	52	46,8	45,92	5,64
501-1000	38	34,2	44,36	5,73
1001-1500	14	12,6	48,50	5,25
1501 ve üstü	7	6,3	46,57	5,47
<b>Anne Eğitim Durumu (Mother Educatial Level)</b>				
Okuryazar değil	41	36,9	44,80	5,80
İlköğretim	55	49,5	46,36	5,84
Lise	15	13,5	46,13	4,77
<b>Baba Eğitim Durumu (Father Educatial Level)</b>				
Okuryazar değil	6	5,4	41,16	10,47
İlköğretim	62	55,9	46,40	5,22
Lise	34	30,6	45,47	5,53
Lisans	9	8,1	45,44	4,90
<b>Anne Mesleği (Mother Occupation)</b>				
Çalışmıyor	107	96,4	45,55	5,66
İşçi	4	3,6	51,25	3,77
<b>Baba Mesleği (Father Occupation)</b>				
Çalışmıyor	12	10,8	46,16	4,95
Memur	31	27,9	46,22	6,13
İşçi	60	54,1	45,35	5,85
Emekli	8	7,2	46,37	4,17
<b>Ailede Spor Yapma Durumu (Status In The Family To Play Sports)</b>				
Evet	41	36,9	46,28	5,55
Hayır	70	63,1	44,85	5,88

Tablo 1’de güreşçilerin boyları, kiloları, sınıfları, kardeş sayıları, lisanslı spor yapma yılları, yaşamlarının büyük bölümünü geçirdikleri yerleşim birimleri, ailelerinin gelir durumları, anne, babalarının eğitim durumları ve meslek grupları ile ailedekilerin spor yapma durumlarına göre sürekli kaygı puan ortalamaları ve standart sapma değerleri görülmektedir. Bu verilere göre aralarında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık tespit edilen sonuçlara 2, 3, 4 ve 5 no.lu tablolarda yer verilmiştir.

Tablo 2. Güreşçilerin yaş değişkenine göre anova sonuçları  
(Table 2. According to wristlers the opinion of the anova results of variables age)

Gruplar	$f, \bar{X}$ ve $SS$ Değerleri										
	ANOVA Sonuçları										
	N	$\bar{x}$	$\bar{X}$	$ss$	$SS$	VVar. Kaygı	KT	Sd	AO	F	Pp
13-15 yaş	40	46,07*		5,63		GGrup Aarası	635,387	2	317,69	11,69	,00
16-17 yaş	57	47,05*		4,90		GGrup içi	2933,046	108	27,158		
18 yaş ve üstü	14	39,57*		5,16		TToplam	3568,432	110			
Toplam	111	Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu öğrenmek için yapılan SCHEFFE testi sonucunda farklılığın 18 yaş üstü güreşçiler ile 13-15 ve 16-17 yaşındaki güreşçiler arasında olduğu anlaşılmıştır									

Tablo 2’de katılımcıların yaş durumlarına bakıldığında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ). Çoklu karşılaştırma test sonuçları 18 yaş üstü güreşçilerin ( $\bar{X}=39,57$ ) sürekli kaygı puanlarının, 13-15 yaş grubu ( $\bar{X}=46,07$ ), ve 16-17 yaş grubu güreşçilerinden ( $\bar{X}=47,05$ ) daha düşük olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Güreşçilerin sınıf değişkenine göre anova sonuçları  
(Table 3. According to wristlers the opinion of the anova results of class level)

Gruplar	$f, \bar{X}$ ve $SS$ Değerleri										
	ANOVA Sonuçları										
	N	$SS \bar{X}$	$s SS$	Var, Kaygı	KT	Sd	AO	FF	Pp		
8.sınıf	27	44,74	5,52	Gruplar arası	529,582	4	132,396	4,618	,000 2		
9.sınıf	14*	48,64	4,18								
10.sınıf	15	46,53	5,23								
11.sınıf	23*	48,34	4,84	Grup içi	3038,850	106	28,668				
12.sınıf	32*	43,12	6,00	Toplam	3568,432	110					
Toplam	111	Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu öğrenmek için yapılan SCHEFFE testi sonucunda farklılığın 12.sınıf öğr. ile 9 ve 11.sınıf öğr. arasında olduğu anlaşılmıştır.									

Tablo 3’de katılımcıların sınıf durumlarına bakıldığında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu anlaşılmıştır ( $p < 0,05$ ). Çoklu karşılaştırma test sonuçları 12.sınıf öğrencilerinin sürekli kaygı puanlarının ( $\bar{X}=43,12$ ) 9.sınıf öğrencileri ( $\bar{X}=48,64$ ), ve 11.sınıf öğrencilerinden ( $\bar{X}=48,34$ ) daha düşük olduğunu göstermektedir.

Tablo 4. Güreşçilerin kardeş sayısı değişkenine göre anova sonuçları  
(Table 4. According to wristlers the opinion of the anova results of number  
of siblings)

Gruplar	ANOVA								
	, $\bar{X}$ ve $SS$ Değerleri				Sonuçları				
	N	$SS \bar{X}$	$s SS$	Var.Kaygı	KT	d	AO	FF	Pp
2kardeş ve altı	7	42,42	6,47	Gruplar arası	499,023	3	166,341	5.79	,001
3kardeş	40	47,22	5,28	Grup içi	3069,409	107	28.686		
4kardeş	21	48,38	4,34						
5kardeş ve st	43	43,65	5,67	Toplam	3568,432	110			
Toplam	111	Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu öğrenmek için yapılan SCHEFFE testi sonucunda farklılığın 5 kardeş ve üstü güreşçiler ile 3 ve 4 kardeşe sahip olanlar arasında olduğu anlaşılmıştır							

Tablo 4'de katılımcıların kardeş sayılarına bakıldığında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ). Çoklu karşılaştırma test sonuçları 5 ve üstü kardeşe sahip olanların sürekli kaygı puanlarının ( $\bar{X} = 43,68$ ), 3 kardeşe sahip olanlar ( $\bar{X} = 47,22$ ), ve 4 kardeşe sahip olanlardan ( $\bar{X} = 48,38$ ), daha düşük olduğunu göstermektedir.

Tablo 5. Güreşçilerin babalarının eğitim düzeyleri değişkenine göre anova sonuçları

(Table 5. According to wristlers the opinion of the anova results of fathers educatıal levels)

Gruplar	ANOVA									
	$f$ , $\bar{X}$ ve $SS$ Değerleri									
	N	$\bar{x}$	$\bar{X}$	$s SS$	Var. Kaygı	KT	Sd	AO	FF	Pp
Okuryazar değil	6	41,16	10,47	Gruplar arası	155,987	3	51,996	1,630	,187	
İlköğretim	62	46,40	5,22	Grup içi	3412,445	107	31,892			
Lise	34	45,47	5,53							
Lisans	55	45,44	4,90	Toplam	3568,432	110				
Toplam	111	Farklılığın hangi gruplar arasında olduğunu öğrenmek için yapılan SCHEFFE testi sonucunda farklılığın babalarının okuryazar olmayanlar ile ilköğretim mezunları arasında olduğu anlaşılmıştır								

Tablo 5'de katılımcıların babalarının eğitim durumlarına bakıldığında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ( $p < 0,05$ ). Çoklu karşılaştırma test sonuçları babaları okuryazar olmayanların sürekli kaygı puanlarının ( $\bar{X} = 41,16$ ), babaları ilköğretim mezunu olanlara göre ( $\bar{X} = 46,40$ ) daha düşük olduğunu göstermektedir.

##### 5. TARTIşMA VE SONUÇ (DISCUSSION AND CONCLUSION)

Araştırma sonunda toplamda 110 kişiye yönelik yapılan bu araştırmada, anketi cevaplayan greşilerden, elde edilen verileri kısaca şöyle özetlemek mümkündür.

Güreşçilerin, sürekli kaygı durumlarını, cinsiyet, boy, yaş, sınıf, spor yapma yılı, ailenin gelir durumu, kardeş sayısı, anne babanın eğitim durumu ve anne babanın mesleği ile ilişkin bulgularda çıkan sonuçlar incelendiğinde; güreşçilerin yüksek kaygıya sahip oldukları tespit edilmiştir. Araştırmada Katılımcıların yaş durumlarına bakıldığında



istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. 18 yaş üstü güreşçilerin sürekli kaygı puanlarının 13-15 yaş grubu ve 16-17 yaş grubu greşilerine göre daha düşük olduğu grlmştir. Yaş kaygıyı etkileyen önemli bir faktördür. Çocuğun gelişiminde her yaşın kendine has gelişimsel özellikleri vardır ve çocuğun kaygıları, içinde buldukları yaşın özelliklerine göre farklılık göstermektedir. Yapılan araştırmalar incelendiğinde de Bilge ve Pektaş (2004) 19-22 yaş aralığındaki rgencilerin sürekli kaygı düzeylerinde çok yüksek olmayan bir farklılık bulmuşlardır. Cambaz ve diğerleri (2001) 15-24 yaş arası ıracılar üzerindeki araştırmalarında sürekli kaygı puan ortalamalarını durumluk kaygı puan ortalamalarından yüksek bulmuşlardır. Korkut 1991'de yaptığı çalışmasında ise 13-18 yaş çocuklarında, yaşla kaygı arasında bir ilişki tespit edememiştir. Her yaş düzeyinde kaygının Şiddeti veya durumluk sürekliliği değişir. Kaygının en yoğun yaşandığı yıllar doğumdan sonraki iki yıl ve ergenlik yıllardır. Araştırmamızın ve benzer araştırmaların sonucunda; güreşçilerin yaşları artıkça kaygı puanlarının düştüğünü ve yaşın kaygı üzerinde etkisi olduğunu söylenebilir[9,10,16].Bu konuda BESYO sınavlarına giren adayların yaş değişkenine göre durumları incelendiğinde 19 yaş ve altında olmakla durumluluk kaygı puan ortalaması arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur [23]. Yağlı güreş ile uğraşan sporcular arasında yapılan araştırmada, aynı sonuçlar elde edilmiştir, bu araştırmada yaş ortalamasının 25.88 ± 6.53 yıl, spor yaşı ortalamasının 10.89 ± 5.48 yıl ve sorumluluk kaygı puanı ortalamasının 31.56 ± 6.80 olduğu grlmştir. Sporcuların kaygı puanlarının ülkemizde yapılan çeşitli yaş grubundaki bireylere ve niversiteli sporculara göre daha düşük bulunmuştur[26]

Katılımcıların, sınıf düzeyleri dikkate alındığında, 12.sınıf ğrencilerinin sürekli kaygı puanlarının 9.sınıf öğrencilerine ve 11.sınıf öğrencilerine göre daha düşük olduğu grlmştir. Bu durum sınıf düzeyi ile yaş miktarının paralel Şekilde artması sonucu, kaygı düzeylerinin daha az olması Őeklinde yorumlanabilir. Kısaca Yaş değişkenlerinde görüldüğü gibi okudukları sınıf düzeyleri arttıkça kaygı puanlarında düşüş meydana gelmektedir. Katılımcılardan 5 kardeş ve üstü kardeşe sahip olanların, sürekli kaygı puanlarının 3 kardeşe sahip olanlar ve 4 kardeşe sahip olanlara göre daha düşük olduğu grlmştir. Kardeş sayısı ailenin tutum ve davranışlarına ve ekonomik duruma bağlı olarak kaygıyı etkileyebilir. Ebeveynlerin çocuğu yeni kardeşe hazırlamamaları, kardeşler arasında ayırım yapmaları, eşit olmayan tutumlar, kardeşler arasında anne ve babanın sevgisini kazanamama gibi kıskançlıktan doğan kaygılar oluşturabilir. Yapılan araştırmalar incelendiğinde Alisinanoğlu ve Ulutaş (1999) "ocuklarda Kaygı ve Bunu Etkileyen Faktörler" adlı araştırmasında kardeşi olmayan çocukların kaygı puanlarının, kardeşi olan çocuklara göre daha düşük olduğu gözlenmiştir. Kardeşler arası kıskançlıklar, ekemezlikler, anne-babanın ilgisini paylaşamama kaygı oluşumuna temel teşkil edebilir[5].

Katılımcıların babalarının eğitim durumlarına bakıldığında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu anlaşılmıştır. Babası okuryazar olmayanların sürekli kaygı puanlarının, babası ilköğretim mezunu olan güreşçilere göre daha düşük olduğu grlmştir. Eğitim bireylere toplumda istendik davranışlar edindirmeyi amaçlar. Dolayısıyla eğitimin her kademesi bireyi bu amaca yaklaştırır. En yüksek kademede bulunan kişinin çevresiyle uyumunun daha iyi olacağı düşünülür. Bu sebeple eğitim durumu ebeveynlerin çocuklarına karşı tutumlarının belirlenmesinde de etkili olabilecektir. Yapılan araştırmalar incelendiğinde anne-baba eğitim durumu ile çocukların sosyal kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark olduğu, anne-babası yüksek okul mezunu olan çocukların kaygı düzeylerinin düşük olduğunu belirlemiştir [8]. Başka bir araştırmada ise anne-baba eğitim durumu ile çocukların sosyal kaygı düzeyi arasında anlamlı bir farklılık



olduğunu ve eğitim düzeyi yüksek olan çocukların kaygı düzeyinin düşük olduğunu belirtmektedir [5]. Sonuç olarak, güreşçilerin sağlıklı gelişiminde temel amaç onun fiziksel, zihinsel yönden olduğu kadar sosyal ve duygusal yönden de ihtiyaçlarının karşılanmasıdır. Güreşçilerin anne, babası, ğretmeni ve antrenörü tarafından sevilmesi, sözel olarak desteklenmesi, korunması ve ilgi görmesi onun duygusal ihtiyaçlarını oluşturmaktadır. Bu ihtiyaçların karşılanmaması veya karşılanmasındaki aksaklıklar, dengesizlikler, duygusal rselenmelere neden olmaktadır. Duygusal rselenmeler nlenemediğinde ise güreşçilerde istenmeyen süreğen kaygının oluşmasına zemin hazırlanmış olur. Araştırmada da görüldüğü gibi kaygı düzeyinde sporcuların yaş, sınıf, kardeş sayısı ve ailenin eğitim düzeyi gibi bağımsız değişkenler etkili olmaktadır. Güreşçilerin sadece fiziksel becerilerin geliştirilmesine yönelik değil, psikolojik becerilerin de gelişmesine ve kazandırılmasına yönelik programlara önem vermesi gerektiği düşünülmektedir.

#### KAYNAKÇA (REFERENCES)

1. Adler, A., (1997). İnsanı Tanıma Sanatı, (eviren: Kamuran şipal), Cilt:6, Ss: 138, 274 Say Dağıtım Ltd. şti. Say Yayınları, Yaylacık Matbaası, İstanbul.
2. Akandere, M., (1997). Üniversite Gençliğinde Görülen Kaygının Giderilmesinde Sporun Etkisi. Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Doktora Tezi. İstanbul.
3. Akarçeşme, C., (2004). Voleybolda Müsabaka ncesi Durumluk Kaygı İle Performans ltleri Arasındaki İlişki, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Ankara
4. Alisinanoğlu, F., ve Ulutaş, İ., (1999). Çocuklarda Kaygı ve Bunu Etkileyen Faktörler. Milli Eğitim Dergisi, Cilt:145, ss: 15-19, Ankara.
5. Alisinanoğlu, F. ve Ulutaş, İ., (2000) ocuklarda kaygı ve bunu etkileyen etmenler, , Milli Eğitim Eğitim Sanat Kültür, Cilt:145, Ankara
6. Anshel, M.H., (1994), Sport Psychology: From Theory to Practice, Arizona: Gorsuch Scarisbrick, Scottsdale,
7. Avcıoğlu, S., (1995). Kaygı Düzeyi ve Denetim Odağının Bireyin İş Verimi zerindeki Etkilerinin Belirlenip Karşılaştırılması. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir.
8. Başer, E., (1998). Uygulamalı Spor Psikolojisi. Cilt:3, ss: 92, 93, 102 Bağırgan Yayınevi, , Kültür Ofset, Ankara.
9. Bilge, A. ve Pektaş, İ., (2004). Öğrencilerin Sosyo-Kültürel zellikleri, Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeyleri ve başa ıkma Becerilerinin İncelenmesi. E.. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi, Cilt: 20.Sayı:1, ss:47-55. İzmir.
10. Canbaz, S., Peşken, Y. ve Sünter, T., (2001). Samsun ıraklık Eğitim Merkezi'ne Devam Eden ırakların Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeylerinin Değerlendirilmesi. Erişim Tarihi: 26.12.2005, Erişim Adresi: <http://www.dicle.edu.tr/~halks/yedi2.htm> .
11. Erman, K.A., ve ark., (2006) Sporcu Bayan Ve Erkeklerde Sürekli Kaygı Düzeyinin Karşılaştırılması 8.SPK Poster Sunum, Muğla
12. Geçtan, E., (1992). Çağdaş Yaşam ve Normal Dışı Davranışlar. Cilt: 8, ss: 115, 159-169, Baskı, Remzi Kitapevi, Evrim Matbaacılık, İstanbul.
13. Gümüş, A., (1997). Üniversite ğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerinin eşitli Değerkenlere Göre İncelenmesi Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara.
14. Horris, D.V., (1984). Sports Psychology. Leisure Press, Champaign Illinois, ss: 29, 30, 34, USA.

15. İkizler, C. ve Karagözoglu, C., (1997). Sporda Başarının psikolojisi ; Alfa Basım Yayım Dağıtım, İstanbul
16. Kaya, Z., (2001). Meslek Lisesi Öğrencilerinin Atılğanlık ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması Üzerine Bir Araştırma. D.E.Ü. Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İzmir.
17. Konter, E., (1996). Spor Psikolojisi ve Futbol, ss: 13, 136, 138, 154, Saray Tıp Kitapevleri, İstanbul
18. Koç, H., (2004). Profesyonel Futbolcularda Durumluk Kaygı Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi, , Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Kütahya
19. Koptagel, G., (1984). Tıpsal Psikoloji, ss: 126, 127, Beta Basım Yayın Dağıtım A.Ş., İstanbul.
20. Korkut, F., (1991). İlkokul Öğrencilerinin Kendilerine İlişkin Bazı Değişkenlerin Denetim Odakları Üzerine Etkisi, Hacettepe Üniversitesi, Eğitim Fakültesi Dergisi, cilt:6, ss:135-141 İstanbul
21. Köknel, Ö., (1989). Zorlanan , İnsan.: Altın Kitaplar Yayınevi. İstanbul
22. Köknel, Ö., (1997). Kaygıdan Mutluluğa Kişilik, ss: 20, 21, 23, 119, Altın Kitaplar Yayın Evi, İstanbul
23. Lök, S., İnce, A. ve Lök, N., (2008) Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Özel Yetenek Sınavına Girecek Adayların Kaygı Durumlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi, Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Cilt:2, Sayı:2, Niğde
24. Öner, N., Le Compte, A., (1983). Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı. Boğaziçi Üniversitesi Yayınları. İstanbul.
25. Öner, N., (1977), Durumluluk ve Sürekli Kaygı Envanterinin Türk Toplumunda Geçerliliği, ss: 15-79, Doçentlik Tezi, Ankara,
26. Özdemir, Ö., Karaboga, K., Aktop, A. ve Çetin, E., (2006). Yağlı Güres İle Ugrasan Sporcuların Durumluluk Kaygı Düzeyleri İncelenmesi, 8.SPK poster sunumu, Muğla
27. Öztürk, O., (1994). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları, Hekimler Yayın Birliği, Cilt:5, Ankara,
28. Spielberger, C. ve Charles, D., (1970). Strees and Anxiety İn Sports, Anxiety İn Sports:An İnternaional Persvective. Hemisphere Publishing, N.Y.USA.
29. Tavacıoğlu, L., (1997). Kaygının Reaksiyon Zamanı Üzerine Etkisi. 1. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu. Mersin, Bildiriler Kitabı, ss:47-50.
30. Tol, A., (1995). Kaygının Performansa Etkisi. Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi. Konya
31. Yılmaz, V., Koruç, Z. ve Acar, Z., (2002). Voleybolcuların Yarışma Öncesi Ve Yarışma Sonrası Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması, Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Ve Teknolojisi dergisi, Sayı.2, ss.2 Ankara.