



## Öfke ve Kişilerarası İlişki Tarzları: Takım Sporları Üzerine Bir Çalışma\*

Beste NORMAN<sup>1</sup> , Mehmet Ersin ALTIPARMAK<sup>2</sup> 

### Özet

**Amaç:** Bu araştırmanın amacı takım sporlarıyla uğraşan bireylerin öfke boyutlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının bazı demografik özelliklere göre belirlenmesi ve bu kavramlar arasındaki ilişkinin ortaya konmasıdır.

**Yöntem:** Araştırmanın örneklemini seçkisiz olmayan basit örneklem yöntemi ile seçilmiş çeşitli illerden spor kulüplerinde aktif ve lisanslı 127 kadın, 157 erkek olmak üzere 284 spor yapan katılımcı oluşturmuştur. Veri toplama amacıyla katılımcılara kişisel bilgi formu, Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ) ve Kişilerarası İlişkiler Ölçeği (KİÖ) uygulanmıştır. Elde edilen veri setinin analizlerinde yüzde, frekans, t-testi, tek yönlü varyans (ANOVA) analizi ve Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır.

**Bulgular:** Araştırma bulgularına göre cinsiyete göre öfkeyi dış vurma boyutunda erkeklerin kadınlara kıyasla ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir. SÖÖTÖ spor türü değişkenine göre incelendiğinde sürekli öfke alt boyutunda hentbolcuların futbolculara kıyasla ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Ayrıca SÖÖTÖ ve KİÖ spor yapma yılı değişkenine göre incelendiğinde anlamlı farklılıklar belirlenmiştir.

**Sonuç:** SÖÖTÖ ve KİÖ ölçekleri arasında ilişkinin incelenmesi sonucunda öfkeyi içte tutma boyutu ile zehirleyici tarz boyutu arasında negatif yönlü ve çok zayıf ilişki olması sahip olduğu olumsuz duyguları içsel yönden yaşayan bireylerin sosyal ortamlarındaki bireylerle kendilerini eşit seviyede konumlandıkları şeklinde açıklanabilir.

### Anahtar Kelimeler

Kişilerarası İlişki Tarzları,  
Sürekli Öfke,  
Öfke İfade Tarzları,  
Sporcu,  
Takım Sporları.

### Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 28.11.2023

Kabul Tarihi: 23.01.2024

Online Yayın Tarihi: 15.03.2024

DOI:10.18826/useeabd.1397510

## Anger and Interpersonal Relationship Styles: A Study on Team Sports

### Abstract

**Aim:** The aim of research is to determine anger style and interpersonal relationship styles of individuals involved in team sports according to some demographic characteristics and to reveal the relationship between these concepts.

**Methods:** The sample of the research consists of 284 sports participants, 127 women and 157 men, who are active and licensed in sports clubs from various provinces, selected by a simple non-random sampling method. In order to collect data in the study personal information form, Interpersonal Relationship Styles Scale (IRS) and The State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI) were used. Percentage, frequency distributions, t-test, one-way analysis of variance (ANOVA) and Pearson Correlation Analysis were used in the analysis of the obtained data set.

**Results:** It was determined that average of men was higher than women in the anger out dimension according to gender. When STAXI was examined according to the sport type variable, it was determined that the mean scores of handball players were higher than football players in the trait anger sub-dimension. In addition, significant differences were revealed when STAXI and IRS were examined according to the variable of years of doing sports.

**Conclusion:** As a result of the examination of the relationship between the STAXI and IRS, there is a negative and very weak relationship between the dimension of anger-in and the dimension of toxic relationship style can be explained as individuals who experience negative emotions internally position themselves on an equal level with the individuals in their social environment.

### Keywords

Interpersonal Relationship Styles,  
Trait Anger,  
Anger Style,  
Athlete,  
Team Sports.

### Article Info

Received: 28.11.2023

Accepted: 23.01.2024

Online Published: 15.03.2024

DOI:10.18826/useeabd.1397510

## GİRİŞ

Toplumsal bir varlık olan insan, sosyal yaşamın bir gerekliliği olduğu için çevresinde bulunan insanlar ile ilişki kurmaya yönelmiştir. Kişiler kurmuş oldukları ilişkileri niteliğine göre devam ettirebilmekte veya sonlandırmaktadır. Kişilerarası diyaloglarda kişilerin pozitif yönde ilişki geliştirebilmeleri ve bu diyalogu devamlı hale getirebilmeleri için kurulan ilişkide karşılıklı bir doyumun gerçekleşmesi gerekmektedir. Bu durum kişilerin birbirlerine rahat bir şekilde duygu, düşünce ve beklentilerini iletebilmeleri ile mümkün olabilmektedir (Sorias, 1986). Bu bağlamda kişilerarası ilişkiler kavramına bakıldığında iki veya daha fazla kişi etrafında gelişim gösteren, birbirinden farklı gereksinimlerden

<sup>1</sup> Sorumlu Yazar: Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, bestenorman.bn@gmail.com

<sup>2</sup> Ege Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, ersin.altiparmak@ege.edu.tr

\* Bu araştırma 1. yazarın yüksek lisans tezinden üretilmiştir.



kaynaklanan, tanışıklık aşamasından samimiyet aşamasına kadar farklı yoğunluklarda yaşanan duygusal etkileşim şeklinde tanımlanabilmektedir (İmamoğlu ve Aydın, 2009). Son yıllarda alan yazında antrenörler ve sporcuların farklı özellikleri ve kişilerarası ilişki türleri ile ilgili birçok çalışma mevcuttur (Wilson ve ark., 2009; Bartholomew ve ark., 2010; Stebbings, 2015; Matosic ve ark., 2016). Ryff ve Singer (2002) tarafından yapılan çalışmada fiziksel aktivitenin kişilerarası ilişki bakımından stresi azalttığı, uzun dönemli gelişimi olumlu etkilediği gözlemlenmiştir. Bir başka çalışmada ise öznel iyi oluş ile besleyici ilişki tarzının pozitif, zehirleyici ilişki tarzının negatif yönde ilişkili olduğu belirlenmiştir (Doğan ve Sapmaz, 2012). Buna karşılık lise öğrencileriyle yapılan araştırmada cinsiyet, yaş gibi demografik özelliklerin kişilerarası ilişki tarzları bağlamında etkisinin olmadığı belirlenmiştir. Aynı çalışmada bağlanma stilleri, iletişim becerileri ve problem çözmenin ise kişilerarası ilişki tarzları bağlamında yordayıcı olduğu göze çarpmaktadır (Erözkan, 2009).

İnsanın sosyalleşmek ve içerisinde bulunduğu toplumun bir parçası olmak adına kendisini hayatın bazı alanlarında var etme çabası olduğunu söylemesi mümkün olabilmektedir. Bu alanlardan birisi olan spor, kültürel, sosyal ve ekonomik olarak zenginleşmenin temel bileşeni olarak insanın ruhsal ve fiziki sağlığını iyileştirmek, kişilik özelliklerinin gelişimini sağlamak, kişiliğin oluşumunu tamamlamak, yetenek, beceri ve bilgi kazanımını artırarak çevreyle uyumu kolay hale getirmek, uluslararası boyutta kişiler ve toplumların kaynaşma, dayanışma, barışı tayin etme, kişinin karşılaştığı zorluklarla mücadele etme gücünü yükseltmesinin yanı sıra belirli kurallar çerçevesinde, rekabet koşulları dâhilinde heyecanlanma, savaşma, yarışma ve yarışmada başarılı olmak için yapılmakta olan aktiviteler bütünü şeklinde tanımlanmıştır (Türkel, 2010). Ancak her zaman istenilen pozitiflik doğrultusunda bireyler arasında ilişki kurulmayabilir. Kişiler duygu ve düşünce yönlü ayrımlar yaşayabilir. Kişilerarası ilişkilerde yaşanmakta olan bazı problemler, ilişki içerisinde bulunan taraflardan en az birisinin rahatsızlık duymaya başlamasıyla meydana gelmektedir (Öğülmüş, 2001). Bu bağlamda bakıldığında öfke duygusu, kişinin beklenti ve isteklerinin engellenmesi, haksızlığa uğraması ya da kişiliğine yönelik bir saldırının gerçekleşmesi durumunda yaşanmaktadır (Kısaç, 1997). Öte yandan uygun şekilde ifadesi gerçekleştirildiğinde yapıcı bir özelliğe bürünen öfke duygusu tam tersi durumda ise birey ve çevresi için zararlı olabilmektedir (Cenkseven, 2003). Bu bağlamda yoğun öfke duygusu yaşayan birey iletişim becerileri yönünden kısıtlanarak kendini ifade etmekte zorluk yaşar ve kişilerarası ilişkilerinde olumsuz yönde etkilenebilir (Davilla ve Beck, 2002; Heerey ve Kring, 2007). Şahin ve ark., (2011) yaptıkları çalışmada negatif kişilerarası ilişki puanları yüksek kişilerin öfke ortalamalarının yüksek olduğunu belirlemiştir. Öte yandan Kurt ve ark., (2012) futbolcular üzerine yaptıkları çalışmada sürekli öfke ve öfke ifade bakımından anlamlı farkın olmadığı belirlenmiştir. Bir diğer çalışmada öfke ifadesi bağlamında kişilerarası iletişim problemleri bakımından gruplar arasında anlamlı farklılığın olduğunu belirlenmiştir (Han ve ark., 2015). Tüm bunlar göz önünde bulundurulduğunda spor ortamlarındaki kişilerin öfke duygusunu uygun şekilde ifade etmeleri, kontrol altında tutmaları onların iletişimlerini etkili kılacağı ve bununla birlikte performanslarına olumlu yönde katkıda bulunacağı düşünülmektedir.

Bu araştırmanın amacı takım sporlarıyla uğraşan bireylerin öfke boyutlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının bazı demografik özelliklere göre belirlenmesi ve bu kavramlar arasındaki ilişkinin ortaya konmasıdır.

## YÖNTEM

### *Araştırmanın modeli*

Araştırmada sporcularının öfke düzeylerinin kişilerarası ilişki tarz düzeyleri ile ilişkisinin tespit edilmesi için betimsel nitelikli ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Tarama araştırması, bir grubun belirli özelliklerini belirlemek için elde edilen verilerin toplanmasını amaçlamaktadır. Geçmişte veya mevcut bir durumu haliyle tanımlamayı amaçlayan araştırma yaklaşımı tarama modelleridir. İlişkisel tarama modelleri ise iki veya daha çok değişkenle arasında değişimin olup olmadığını ve miktarını belirlemeye çalışan araştırma modelleridir (Altunışık ve ark., 2007).

### *Araştırmanın çalışma grubu*

Araştırmanın evrenini İstanbul, İzmir, Ankara, Samsun, Antalya, Bursa, Çanakkale, Konya, Afyon olmak üzere Türkiye'nin farklı illerinden spor kulüplerindeki sporcular oluşturmaktadır. Örneklem ise belirlenen illerden farklı kulüpler ve spor dallarında aktif ve lisanslı 127 kadın, 157 erkek olmak üzere 284 spor yapan katılımcı oluşturmaktadır. Evreni temsil edebilmesi için örneklem sayısı ise seçkisiz olmayan basit örneklem yöntemi ile belirlenmesi uygun görülmüştür (Coşkun ve ark., 2017).

### Araştırmanın veri toplama araçları

*Kişisel Bilgi Formu:* Araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu sporcunun cinsiyeti, yaşı, spor branşı, spor yapma yılı ve sporcu düzeyi ile ilgili bilgi sağlamaktadır.

*Kişilerarası İlişkiler Ölçeği (KİÖ):* Şahin ve ark., (1994) tarafından geliştirilen Kişilerarası İlişkiler Ölçeği (KİÖ) besleyici tarz (1,3,5,7,9,11,13,15,17,19,21,23,25,27,29,31) 16 madde ve ketleyici tarzda (2,4,6,7,10,12,14,16,18,20,22,24,26,28,30) 15 madde olmak üzere toplam 31 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte 4'lü likert tipi puanlama yöntemi (1-Hiç, 2-Bazen, 3-Sık Sık, 4-Sürekli) seçilmiştir.

*Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ):* Spielberger (1983) tarafından geliştirilen (Anger Expression Scale) Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nin (SÖÖTÖ) Türkçe'ye uyarlanması, geçerliliği ve güvenilirliği Özer (1994) tarafından yapılmıştır. Ölçeğin ilk 10 maddesi bireylerin sürekli öfke düzeyini ölçerken kalan 24 madde öfke tarzları (öfkeyi içte tutma, öfkeyi dışa vurma, öfkeyi kontrol etme) ile ilgilidir. Ölçekte 4'lü likert tipi puanlama yöntemi (1-Hiç, 2-Bazen, 3-Sık Sık, 4-Tümüyle) seçilmiştir.

### Araştırmanın veri analizi

Demografik değişkenlere göre dağılımların belirlenmesi amacıyla frekans (n) ve yüzdeler (%) hesaplanmıştır. Alt boyutlarla ilgili skewness ve kurtosis değerleri -0,54 ile 0,98 arasında değiştiği dolayısıyla parametrik test teknikleri kullanılmıştır (Johnson ve ark., 1994). Araştırmada Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği'nin güvenilirlik katsayıları 0,69 ve 0,83 arasında değişmektedir. Ölçeğin toplam Cronbach Alpha değeri 0,81 olarak belirlenmiştir. Kişilerarası İlişki Ölçeği'nin Cronbach Alpha değerleri besleyici tarz alt boyutu için 0,83, ketleyici tarz alt boyutu için 0,86 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin toplam Cronbach Alpha değeri ise 0,79 olarak belirlenmiştir. Çalışmada demografik bilgilerin, sporcuların öfke düzeyleri ve kişilerarası ilişki tarz düzeyleri açısından oluşabilecek farkların ortaya konması için t- testi, tek yönlü varyans (Anova) analizi yapılmış, anova sonuçlarında anlamlı farkın tespiti için Tukey metodundan yararlanılmıştır. Ayrıca sporcuların öfke düzeyleri ve kişilerarası ilişki düzeyleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi için korelasyon analizi uygulanmıştır. Korelasyon analizinde iki alt boyut arasındaki ilişkinin kuvveti belirlenirken  $r=0,00-0,25$  arasında ise çok zayıf;  $r=0,26-0,49$  arasında ise zayıf;  $r=0,50-0,69$  arasında ise orta;  $r=0,70-0,89$  arasında ise yüksek;  $r=0,90-1,00$  arasında ise çok yüksek olarak kabul edilmiştir (Kalaycı, 2018). Bu analizlerde istatistiksel anlamlılık değeri  $p<0,05$  olarak ele alınmıştır.

## BULGULAR

**Tablo 1.** Katılımcıların demografik özellikleri

Değişkenler	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	127	44,7
	Erkek	157	55,3
Spor Türü	1. Futbol	64	22,5
	2. Basketbol	59	20,8
	3. Voleybol	123	43,3
	4. Hentbol	38	13,4
Spor Yapma Yılı	1. 0-5 Yıl	45	15,8
	2. 5-10 Yıl	107	37,7
	3. 10> Yıl	132	46,5
Toplam		284	100

Katılımcıların (n=284) 127'si (%44,7) kadın ve 157'si (%55,3) erkek sporcudan oluşmuştur. 64'ünün futbol (%22,5), 59'unun basketbol (20,8), 123'ünün voleybol (43,3) ve 38'inin hentbol (13,4) ile uğraştığı belirlenmiştir. Bu katılımcıların spor yapma yılları 45'inin (%15,8) 0-5 yıl arası, 107'sinin (%37,7) 5-10 yıl arası, 132'sinin (%46,5) 10 yıl ve üzerinde olduğu tespit edilmiştir.

**Tablo 2.** Katılımcıların cinsiyet değişkenine göre SÖÖTÖ alt boyutlarının değerlendirilmesi

Alt Boyutlar	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	SS	t	p
Sürekli Öfke	Kadın	127	20,21	5,22	1,67	0,14
	Erkek	157	22,28	6,16		
Öfkeyi Dışa Vurma	Kadın	127	14,72	3,87	2,21	0,000***
	Erkek	157	16,44	5,04		
Öfkeyi İçte Tutma	Kadın	127	17,44	4,47	0,62	0,89
	Erkek	157	17,29	4,52		
Öfkeyi Kontrol Etme	Kadın	127	24,46	4,73	0,72	0,14
	Erkek	157	23,57	5,34		

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ , \*\*\* $p < 0,001$ ; SÖÖTÖ: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği

Katılımcıların cinsiyete göre öfke tarzları incelendiğinde öfkeyi dışa vurma alt boyutunda anlamlı farkın olduğu belirlenmiştir ( $t=2,21$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre erkeklerin ( $\bar{X}=16,44$ ,  $SS=5,04$ ) kadınlara ( $\bar{X}=14,72$ ,  $SS=3,87$ ) kıyasla ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların cinsiyete göre kişilerarası ilişki tarzları incelendiğinde alt boyutlarda anlamlı farkın olmadığı belirlenmiştir. Benzer şekilde iki ölçekte de yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 3.** Katılımcıların spor türü değişkenine göre SÖÖTÖ alt boyutlarının değerlendirilmesi

Alt Boyutlar	Spor Türü	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Tukey
Sürekli Öfke	1. Futbol	64	19,78	5,83	3,88	0,01	4>1*
	2. Basketbol	59	22,68	4,66			
	3. Voleybol	123	21,03	5,88			
	4. Hentbol	38	23,00	6,71			
	5. Toplam	284	21,36	5,84			
Öfkeyi Dışa Vurma	1. Futbol	64	15,25	5,11	0,19	0,82	-
	2. Basketbol	59	15,95	3,75			
	3. Voleybol	123	15,67	4,92			
	4. Hentbol	38	15,97	4,10			
	5. Toplam	284	15,67	4,63			
Öfkeyi İçte Tutma	1. Futbol	64	16,45	3,90	1,26	0,17	-
	2. Basketbol	59	17,39	4,57			
	3. Voleybol	123	17,47	4,80			
	4. Hentbol	38	18,47	4,16			
	5. Toplam	284	17,36	4,50			
Öfkeyi Kontrol Etme	1. Futbol	64	22,81	6,58	1,05	0,16	-
	2. Basketbol	59	23,80	3,91			
	3. Voleybol	123	24,41	4,63			
	4. Hentbol	38	24,76	5,09			
	5. Toplam	284	23,97	5,09			

\* $p < 0,05$ ; SÖÖTÖ: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği

Spor türü değişkenine göre sürekli öfke alt boyutunda anlamlı fark bulunmuştur ( $F=3,88$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre farklılıkların nerden kaynaklandığına yönelik uygulanan Post Hoc Tukey testi sonuçlarına göre sürekli öfke alt boyutunda hentbolcular ( $\bar{X}=23,00$ ,  $SS=6,71$ ) futbolculara ( $\bar{X}=19,78$ ,  $SS=5,83$ ) kıyasla ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Öfkeyi dışa vurma, öfkeyi içte tutma ve öfkeyi kontrol etme alt boyutlarında ise anlamlı fark bulunmamaktadır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 4.** Katılımcıların spor türü değişkenine göre KİÖ ortalamalarının değerlendirilmesi

Alt Boyutlar	Spor Türü	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Tukey
Besleyici Tarz	1. Futbol	64	2,34	0,39	3,45	0,02	3,4>2*
	2. Basketbol	59	2,19	0,43			
	3. Voleybol	123	2,36	0,35			
	4. Hentbol	38	2,41	0,40			
	5. Toplam	284	2,33	0,39			
Zehirleyici Tarz	1. Futbol	64	0,81	0,48	0,44	0,61	-
	2. Basketbol	59	0,91	0,47			
	3. Voleybol	123	0,90	0,55			
	4. Hentbol	38	0,89	0,51			
	5. Toplam	284	0,88	0,51			

\* $p < 0,05$ ; KİÖ: Kişilerarası İlişkiler Ölçeği

Katılımcıların spor türü değişkenine göre KİÖ’de besleyici tarz boyutunda anlamlı fark bulunmuştur ( $F=3,45$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre farkın yönünü belirlemek amacıyla Tukey testi kullanıldığında besleyici tarz alt boyutunda voleybol ( $\bar{X}=2,36$ ,  $SS=0,35$ ), hentbol ( $\bar{X}=2,41$ ,  $SS=0,40$ ) branşıyla uğraşan

sporcuların basketbol ( $\bar{X}=2,19$ ,  $SS=0,43$ ) branşıyla uğraşanlara göre ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Zehirleyici tarz alt boyutunda anlamlı fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 5.** Katılımcıların spor yapma yılı değişkenine göre SÖÖTÖ ortalamalarının değerlendirilmesi

Alt Boyutlar	Spor Yapma Yılı	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Tukey
Sürekli Öfke	1. 0-5 Yıl	45	20,24	5,53	0,87	0,21	-
	2. 5-10 Yıl	107	22,01	5,85			
	3. 10> Yıl	132	21,20	5,90			
	4. Toplam	284	21,36	5,84			
Öfkeyi Dışa Vurma	1. 0-5 Yıl	45	14,49	4,59	3,26	0,02	2>1*
	2. 5-10 Yıl	107	16,60	4,98			
	3. 10> Yıl	132	15,33	4,22			
	4. Toplam	284	15,67	4,63			
Öfkeyi İçte Tutma	1. 0-5 Yıl	45	18,11	4,53	1,33	0,10	-
	2. 5-10 Yıl	107	17,79	4,43			
	3. 10> Yıl	132	16,76	4,49			
	4. Toplam	284	17,36	4,50			
Öfkeyi Kontrol Etme	1. 0-5 Yıl	45	24,53	4,48	2,55	0,04	3>2*
	2. 5-10 Yıl	107	22,97	4,88			
	3. 10> Yıl	132	24,58	5,35			
	4. Toplam	284	23,97	5,09			

\* $p < 0,05$ , \*\* $p < 0,01$ ; SÖÖTÖ: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği

Katılımcıların spor yapma yılı değişkenine göre SÖÖTÖ'de öfkeyi dışı vurma ve öfkeyi kontrol etme alt boyutlarında anlamlı fark bulunmuştur ( $F=3,26$ ,  $p<0,05$ ;  $F=2,55$ ,  $p<0,05$ ). Buna göre farkın yönünü belirlemek amacıyla Tukey testi kullanıldığında öfkeyi dışı vurma alt boyutunda 5-10 yıl arası spor yapan bireylerin ( $\bar{X}=16,60$ ,  $SS=4,98$ ), 0-5 yıl arası spor yapan bireylere ( $\bar{X}=14,49$ ,  $SS=4,59$ ) göre; öfkeyi kontrol etme alt boyutunda 10 yıl ve üzeri spor yapan bireylerin ( $\bar{X}=24,58$ ,  $SS=5,35$ ), 5-10 yıl arası spor yapan bireylere ( $\bar{X}=22,97$ ,  $SS=4,88$ ) göre ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Sürekli öfke ve öfkeyi içte tutma alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ( $p>0,05$ ).

**Tablo 6.** Katılımcıların spor yapma yılı değişkenine göre KİÖ ortalamalarının değerlendirilmesi

Alt Boyutlar	Spor Yapma Yılı	n	$\bar{X}$	SS	F	p	Tukey
Besleyici Tarz	1. 0-5 Yıl	45	2,34	0,40	3,86	0,01	2>3**
	2. 5-10 Yıl	107	2,41	0,34			
	3. 10>Yıl	132	2,25	0,41			
	4. Toplam	284	2,33	0,39			
Zehirleyici Tarz	1. 0-5 Yıl	45	0,91	0,52	0,44	0,91	-
	2. 5-10 Yıl	107	0,87	0,50			
	3. 10>Yıl	132	0,88	0,52			
	4. Toplam	284	0,88	0,51			

\*\* $p < 0,01$ ; KİÖ: Kişilerarası İlişkiler Ölçeği

Katılımcıların KİÖ'de spor yılı değişkenine göre besleyici tarz alt boyunda anlamlı fark bulunmuştur ( $F=3,86$ ,  $p<0,01$ ). Buna göre farkın yönünü belirlemek amacıyla Tukey testi kullanıldığında besleyici tarz boyutunda 5-10 yıl arası spor yapan bireylerin ( $\bar{X}=2,41$ ,  $SS=0,34$ ), 10 yıl ve üzeri spor yapan bireylere ( $\bar{X}=2,25$ ,  $SS=0,41$ ) göre ortalamalarının yüksek olduğu gözlemlenmiştir.

**Tablo 7.** SÖÖTÖ ve KİÖ'ye ilişkin korelasyon sonuçları

Değişkenler	Besleyici Tarz	Zehirleyici Tarz
Sürekli Öfke	r	-0,02
	p	0,79
Öfkeyi Dışa Vurma	r	-0,06
	p	0,30
Öfkeyi İçte Tutma	r	-0,15*
	p	0,01
Öfkeyi Kontrol Etme	r	-0,01
	p	0,88

\* $p < 0,05$ ; SÖÖTÖ: Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Ölçeği; KİÖ: Kişilerarası İlişkiler Ölçeği

Öfkeyi içte tutma boyutu ile zehirleyici tarz boyutu arasında negatif yönlü ve çok zayıf bir ilişki tespit edilmiştir ( $r=-0,15$ ). KİÖ ile öfkeyi içte tutma alt boyutunda da negatif yönlü ve çok zayıf bir ilişki ortaya koyulmuştur ( $r=-0,17$ ).

## TARTIŞMA

Toplumsal bir varlık olan insan, sosyal yaşamın bir gerekliliği olduğu için çevresinde bulunan insanlar ile ilişki kurmaya yönelmiştir. Kişiler kurmuş oldukları ilişkileri niteliğine göre devam ettirebilmekte veya sonlandırmaktadır. Bireylerin bu ilişkileri kurdukları alanlardan biri olan spor alanında da ilişkinin yönü her zaman pozitif şekilde sonuçlanmayabilmektedir. Kişiler, duygu ve düşünce yönlü ayrımlar yaşayabilmektedirler. Kişilerarası ilişkilerde yaşanmakta olan bazı problemler, ilişki içerisinde bulunan taraflardan en az birisinin rahatsızlık duymaya başlamasıyla meydana gelmektedir (Öğülmüş, 2001). Bu problemlerden biri olan öfke duygusunu yaşayan birey iletişim becerileri yönünden kısıtlanarak kendini ifade etmekte zorluk yaşayabilmekte ve kişilerarası ilişkilerinde olumsuz yönde etkilenmektedir (Davilla ve Beck, 2002; Heerey ve Kring, 2007). Bu çalışmada takım sporlarıyla uğraşan bireylerin öfke boyutlarının ve kişilerarası ilişki tarzlarının bazı demografik özelliklere göre belirlenmesi ve bu kavramlar arasındaki ilişkinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

Çalışmada SÖÖTÖ cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde öfkeyi dışa vurma boyutunda anlamlı farkın olduğu belirlenmiştir. Buna göre takım sporlarıyla uğraşan erkekler sporcuların öfkeyi dışa vurma alt boyut ortalamaları kadın sporcuların ortalamalarına kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Benzer şekilde Özmen ve ark., (2016) yaptıkları çalışmada öfkeyi dışa vurma boyutunda erkeklerin ortalamaları daha yüksek bulunmuştur. Öte yandan Certel ve Bahadır (2012) takım sporlarıyla uğraşan bireyler üzerine yaptıkları çalışmalarında cinsiyet değişkenine göre anlamlı farkın olmadığını belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde yaygın görüşün öfke tarzlarında erkeklerin ortalamalarının kadınlara kıyasla yüksek olduğu görülmektedir (Albayrak ve Kutlu, 2009; Bozkurt ve Çam, 2009; Erdur ve ark., 2009). Araştırmadan elde edilen sonucun benzer şekilde çıkması toplum normlarının, kültürel etkileşimlerin etkisinde kalan erkeklerin öfkelerini diğer insanlara yansıtma konusunda daha cesur, olumlu duygularını belirtmekte daha çekingen olması şeklinde açıklanabilir.

Araştırmada KİÖ'de cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı farkın olmadığı ortaya konmuştur. Buna karşılık Mutlu (2023) zehirleyici tarz alt boyutunda erkeklerin ortalamalarının yüksek olduğunu belirlemiştir. Yine yapılan diğer çalışmalarda kadınların erkeklere göre besleyici kişilik tarzını daha fazla tercih ettikleri belirlenmiştir (Park ve ark., 2006; Hasta ve Güler, 2013). Lise öğrencilerinde kişilerarası ilişkilerle ilgili yapılan çalışmada erkek öğrencilerin saldırganlık düzeyinde ortalamalarının kadınlara göre yüksek olduğu gözlemlenmiştir (Uğur ve Murat, 2014). Araştırmada gözlemlenen cinsiyet değişikliğine ilişkin anlamlı farkın olmaması katılımcıların hepsinin aktif sporcu olmalarıyla açıklanabilir. Yaptıkları branşta uzmanlaşan sporcuların onlara bir kimlik kazandırmış olması yoluyla cinsiyet farklılığının ortadan kalkması söz konusu olabilmektedir.

SÖÖTÖ spor türü değişkenine göre incelendiğinde sürekli öfke alt boyutunda hentbolcular futbolculara kıyasla ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Ziaee ve ark., (2012) öfke boyutlarında judocuların yüzücülere göre ortalamalarının yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Buna karşılık Biricik ve Sivrikaya (2022) yaptıkları çalışmada spor türü göre öfke tarzlarında fark olmadığını ortaya koymuştur. Çalışmadan elde edilen farklılık branşa özgü özelliklerin farklılaşmasıyla açıklanabilir. Hentbol branşı futbola göre temasın daha yoğun olduğu bir türdür. Bu bağlamda kişilerin sürekli öfkeleri bu öfkelerini kontrol etmeyi ve yönetme yoluyla performanslarını artırıcı etkiye sahip olabileceği düşünülmektedir. Benzer şekilde KİÖ spor türü değişkenine göre incelendiğinde besleyici tarz alt boyutunda voleybol ve hentbol branşıyla uğraşan sporcuların basketbol branşıyla uğraşanlara göre ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu farklılığın branş türüne özgü olduğu bu branşı seçen bireylerin iletişimlerinde empatik, iletişimde yapıcı ve sosyal ortamlarda rahat olması sebebiyle ortaya konmuş olabilir.

Araştırmada katılımcıların spor yapma yılları SÖÖTÖ'ye göre incelendiğinde öfkeyi dışı vurma ve öfkeyi kontrol etme alt boyutlarında anlamlı farkın olduğu gözlemlenmiştir. Buna göre öfkeyi dışı vurma alt boyutunda 5-10 yıl spor yapan bireylerin 0-5 yıl bireylere göre, öfkeyi kontrol etme alt boyutunda 10 ve üzeri yıl spor yapan bireylerin 5-10 yıl spor yapan bireylere göre ortalamalarının yüksek olduğu belirlenmiştir. Buna karşılık Biricik ve Sivrikaya (2022) bireysel spor yapan sporcular üzerine yaptıkları çalışmada spor yapma yılına göre öfke tarzlarında fark olmadığını ortaya koymuştur. Muaytahi sporuyla uğraşan sporcuların öfke türleri incelenen çalışmada öfkeyi dışı vurma boyutunda 3-4 yıldır spor yapan katılımcılar 1-2 yıla göre düşüken, öfke kontrol etme boyutunda 9 yıl ve üzeri spor yapan katılımcıların ortalamaları 1-8 yıl arası spor yapan katılımcılara göre yüksek çıkmıştır (Ustun ve Taşkın, 2020). Çalışmadan elde edilen veri ışığında branşlarında diğer sporculara göre tecrübelilerin zor durumlarla başa çıkma, problem çözme anlarında kendilerini kontrol ederek, sahip oldukları öfke

duygusunu dışarı yansıtma konusunda daha katı olduklarını ortaya koymaktadır. Bu becerinin spor tecrübeleri ile ilgili olduğu düşünülmektedir. Bu sonuca dayananak farklı branşlardan spor yılları daha çeşitli şekilde planlanarak yeni çalışmalar yapılandırılabilir.

Katılımcıların spor yapma yılları KİÖ'ye göre incelendiğinde spor yılı değişkenine göre besleyici tarz alt boyunda 5-10 yıl arası spor yapan bireylerin 10 yıl ve üzeri spor yapan bireylere göre ortalamalarının yüksek olduğu gözlemlenmiştir. Literatür incelendiğinde ilgili değişken özelinde çok fazla çalışmaya rastlanmamakla birlikte Gönen (2015) iletişim becerileri yönünden spor yapma sıklığında anlamlı farkın olmadığını ortaya koymuştur. Çalışmada ortaya çıkan farklılığın branşı ile ilgili yıpranma payı düşük sporcuların iletişimlerinin, sosyal ortamlarda kendilerini ifade etme şekillerinin spor yılı bakımından daha eski sporculara oranla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu konu ile ilgili değişkeni içeren çalışmaların bir hayli az olduğu göze çarpmaktadır. Dolayısıyla ilgili konuda daha fazla çalışmanın literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

SÖÖTÖ ve KİÖ ölçekleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamaktadır. Buna karşın Şahin ve ark., (2011) yaptıkları çalışmada negatif kişilerarası ilişki puanları yüksek kişilerin öfke ortalamalarının yüksek olduğunu belirlemiştir. Sürekli öfke, öfkeyi içte tutma ve öfkeyi dışa vurma alt boyutları ile küçükseyici ve saygısız ilişki arasında pozitif yönde ilişki saptanmıştır (Engin ve ark., 2006). Alt boyutlar incelendiğinde bu çalışmada öfkeyi içte tutma boyutu ile zehirleyici tarz boyutu arasında negatif yönlü ve çok zayıf bir ilişki tespit edilmiştir. Bu durum öfkelerini içlerinde yaşayan kişilerarası anlamda dışa vurmaya daha fazla tercih eden bireylerin başkalarıyla alay etme, kendisini üstün görme, diğer bireylere sözel şekilde iğneleme gibi davranışları daha az sergilemektedirler.

## SONUÇ

Araştırmada öfkeyi dışa vurma alt boyutunda erkek ortalamalarının kadınlara göre yüksek olması içinde bulunulan toplumda yer alan erkek bireylerin öfke duygusunu sosyal çevrelerine iletme konusunda daha cesur oldukları şeklinde açıklanabilir. Spor türü değişkenine göre öfke düzeylerinin incelenmesi sonucunda hentbolcuların futbolculara kıyasla ortalamalarının yüksek olması kurallar dahilinde olacak şekilde branşlarının daha sert olması ve temas içeriğinin görece fazla olmasıyla açıklanabilir. Katılımcıların spor yapma yılları SÖÖTÖ'ye göre incelendiğinde öfkeyi kontrol etme alt boyutunda tecrübeleri sporcuların daha az tecrübeli sporculara göre ortalamalarının yüksek olması zor durumlarla başa çıkma, problem çözme anlarında öfkelerini dışa vurma konusunda katı oldukları, öfke duygusunu yönetme konusunda sportif tecrübelerinin onlara faydalı olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın temel amaçlarından olan kişilerarası iletişim ve öfke düzeylerinin incelenmesi sonucunda öfkeyi içte tutma boyutu ile zehirleyici tarz boyutu arasında negatif yönlü ve çok zayıf ilişki olması sahip olduğu olumsuz duyguları içsel yönden yaşayan bireylerin diğer bireylere karşı olumsuz sözlerden kaçındıkları sosyal ortamlarındaki bireylerle kendilerini eşit seviyede konumlandıkları şeklinde açıklanabilir.

## Etik Onay İzin Bilgileri

**Etik Kurul Komitesi:** Ege Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler, Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu  
**Protokol Numarası:** 887

## KAYNAKÇA

- Albayrak B. & Kutlu, Y. (2009). Ergenlerde öfke ifade tarzı ve ilişkili faktörler. *Maltepe Üniversitesi Hemşirelik Bilim ve Sanatı Dergisi*, 2, 57-69.
- Altunişik, R., Coşkun, R., Bayraktaroğlu, S. & Yildirim, E. (2007). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri*. Sakarya Yayıncılık, Sakarya, 226, 103-118.
- Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N. & Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32(2), 193-216. DOI:10.1123/jsep.32.2.193
- Biricik, Y.S. & Sivrikaya, M. H. (2022). The effect of the covid-19 pandemic on trait anger-anger expression style in individual athletes: The predictive role of psychological resilience. *Synesis Universidade Católica de Petrópolis*, 14(1), 291-308.
- Bozkurt, S. & Çam, O. (2010). Çalışan ergenlerde öfke bileşenleri ile ruhsal belirtiler arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 47, 105-110.

- Cenkseven, F. (2003). Öfke yönetimi becerileri programının ergenlerin öfke ve saldırganlık düzeylerine etkisi. *Eğitim Bilimleri ve Uygulama*, 2(2), 153-167.
- Certel, Z. & Bahadır, Z. (2012). Takım sporu 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.
- Coşkun, R., Altunışık, R. & Yıldırım, E. (2017). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri SPSS uygulamalı*. Sakarya Kitabevi.
- Davila, J. & Beck, J. G. (2002). Is social anxiety associated with impairment in close relationships? A preliminary investigation. *Behavior Therapy*, 33(3), 427-446. DOI:10.1016/S0005-7894(02)80037-5
- Doğan, T. & Sapmaz, F. (2012). Kişiler arası ilişki tarzları ve öznel iyi oluş. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(3), 585-602.
- Engin, E., Gültekin, K., Coşkunol, H. & Horozoğlu, N. (2006). Alkol ve madde bağımlılarında öfke ifadesi ve kişilerarası ilişki tarzı. *Ege Üniversitesi Hemşirelik Fakültesi Dergisi*, 22(1), 211-223.
- Erdur-Baker, Ö., Özgülük, S. B., Turan, N. & Danışık, N. D. (2009). Ergenlerde görülen psikolojik belirtilerin yordayıcıları olarak ruminasyon ve öfke/öfke ifade tarzları. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi* 4(32), 43-53.
- Gönen, M. (2015). *Akdeniz Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinin iletişim beceri düzeyleri ile atılganlık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Akdeniz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Antalya.
- Han, A., Won, J., Kim, O. & Lee, S. E. (2015). Anger expression types and interpersonal problems in nurses. *Asian Nursing Research*, 9(2), 146-151. DOI:10.1016/j.anr.2015.04.001
- Hasta, D. & Güler, M. E. (2013). Saldırganlık: Kişilerarası ilişki tarzları ve empati açısından bir inceleme. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(1), 64-104.
- Heerey, EA. & Kring, A. M. (2009). Interpersonal consequences of social anxiety. *Journal of Abnormal Psychology*, 116, 125-134. DOI:10.1037/0021-843X.116.1.125
- Kalaycı, Ş. (2018). *Spss Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri* (9. Baskı). Dinamik Akademi.
- Kurt, C., Çatikkas, F., Ömürlü, İ. K. & Atalay, O. (2012). Comparison of loneliness, trait anger-anger expression style, self-esteem attributes with different playing position in soccer. *Journal of Physical Education & Sport*, 12(1), 39-43.
- Matosic, D., Ntoumanis, N. & Quested, E. (2016). Antecedents of need supportive and controlling interpersonal styles from a self-determination theory perspective: A review and implications for sport psychology research. *Sport and Exercise Psychology Research*, 145-180. DOI:10.1016/B978-0-12-803634-1.00007-8
- Mutlu, C. (2023). *Üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki tarzlarının bağlanma stilleri ve duygusal zeka açısından incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Özer, K. (1994). Sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9, 26-35.
- Özmen, D., Özmen, E., Çetinkaya, A. & Akil, I. Ö. (2016). Ergenlerde sürekli öfke ve öfke ifade tarzları. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 17(1). 65-73. DOI:10.5455/apd.176085
- Park, H. S., Schepp, K. G., Jang, E. H. & Koo, H. Y. (2006). Predictors of suicidal ideation among high school students by gender in South Korea. *Journal of School Health*, 76(5), 181-188. DOI:10.1111/j.1746-1561.2006.00092.x
- Spielberger, C. D., Jacobs, G., Dussel, S. & Crane, R. S. (1983). *Assesment of anger: The State-Trait Anger Scale*. In NJ Butcherand, Spielberger CD, (Eds.), *Anvances in Personality Assesment* (ss. 159-188). Hillsdale: NJ: Lea.
- Stebbing, J., Taylor, I. M. & Spray, C. M. (2015). The relationship between psychological well-and ill-being, and perceived autonomy supportive and controlling interpersonal styles: A longitudinal study of sport coaches. *Psychology of Sport and Exercise*, 19, 42-49. DOI:10.1016/j.psychsport.2015.02.002
- Şahin, N. H., Durak, A. & Yasak, Y. (1994). *Kişilerarası ilişkiler ölçeği: Psikometrik özellikleri*. VIII. Ulusal Psikoloji Kongresinde Sunulmuş Bildiri, 21-23.
- Şahin, N. H., Koç, V. & Batıgün, A. D. (2011). The Relationship between Depression, and Interpersonal Style, Self-Perception, and Anger. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(1), 1-8.



- Uğur, E. & Murat, M. (2014). Lise öğrencilerinin kişilerarası ilişkilerle ilgili bilişsel çarpıtmaları ve saldırganlık tepkileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Gaziantep University Journal of Social Sciences*, 13(2), 525-543.
- Ustun, F. & Tasgin, E. (2020). Trait anger and anger expression styles in muay thai athletes. *Journal of Education and Learning*, 9(1), 258-267. DOI:10.5539/jel.v9n1p258
- Wilson, P. M., Gregson, J. P. & Mack, D. E. (2009). *The importance of interpersonal style in competitive sport: A self-determination theory approach*. Handbook of Sport Psychology, ed CH Chang (Hauppauge, NY: Nova Science), 259-276.
- Ziaee, V., Lotfian, S., Amini, H., Mansournia, M. A. & Memari, A. H. (2012). Anger in adolescent boy athletes: A comparison among judo, karate, swimming and non athletes. *Iranian Journal of Pediatrics*, 22(1), 9-14.

## KAYNAK GÖSTERİMİ

Norman, B. & Altıparmak, M.E. (2024). Öfke ve Kişilerarası İlişki Tarzları: Takım Sporları Üzerine Bir Çalışma. *Uluslararası Spor, Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi - USEABD*, 10(1), 8-16. DOI: 10.18826/useabd.1397510