



Sporcularda Saldırganlık: Tükenmişlik ve Yarışma Kaygısının Rolü
Aggression in Athletes: The Role of Burnout and Competition Anxiety

Aslı SÖZEREN^{1*}, Selen KELECEK²

¹Serbest Araştırmacı

²Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Fakültesi, Spor Bilimleri Bölümü, Ankara, Türkiye

Özet

Amaç: Bu çalışmanın amacı sporcularda kaygı ve tükenmişliğin saldırganlığı belirleyip belirlemediğinin test edilmesidir. Aynı zamanda ikinci bir çalışma olarak Buss ve Perry (1992) tarafından geliştirilmiş olan Saldırganlık Ölçeği'nin Türk sporcuları için güvenilirliğinin yapılması amaçlanmıştır.

Gereç ve Yöntem: Çalışmaya 154'ü kadın ($X_{yaş} = 22.01 \pm 3.96$) ve 174'ü erkek ($X_{yaş} = 22.23 \pm 2.65$) olmak üzere toplamda 328 sporcu ($X_{yaş} = 22.01 \pm 3.96$), gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcılara Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği, Sporcu Tükenmişlik Ölçeği ve Yarışma Kaygısı Testi uygulanmıştır. Verilerin analizinde betimleyici istatistik, Pearson korelasyon Analizi ve Çoklu Adımsal Regresyon Analizi kullanılmıştır.

Bulgular: Pearson Korelasyon Analizi sonuçları, yarışma kaygısının saldırganlığın tüm alt boyutları ile istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir ($p < 0.01$). Bunun yanında, sporcu tükenmişliğine ait duygusal/fiziksel tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarının fiziksel saldırganlık ($p < 0.01$), düşmanlık ($p < 0.05$) ve öfke ($p < 0.01$) alt boyutları ile anlamlı pozitif ilişkili olduğu görülmektedir; azalan başarı hissi alt boyutunun yalnızca düşmanlık ($p < 0.05$) alt boyutu ile ilişkili olduğu görülmektedir. Çoklu Adımsal Regresyon Analizi sonuçları ise; duyarsızlaşma alt boyutunun fiziksel saldırganlık alt boyutunu ($R = 0.20$; $R^2 = 0.04$; $F(1,326) = 13.63$); duygusal/fiziksel tükenme alt boyutu ve yarışma kaygısının düşmanlık alt boyutunu ($R = 0.41$; $R^2 = 0.17$; $F(1,325) = 32.48$); duyarsızlaşma alt boyutu ve yarışma kaygısının öfke alt boyutunu ($R = 0.41$; $R^2 = 0.08$; $F(1,325) = 14.98$); yarışma kaygısının da tek başına sözel saldırganlık alt boyutunu ($R = 0.15$; $R^2 = 0.02$; $F(1,327) = 7.50$) pozitif yönde belirlediğini göstermektedir ($p < 0.01$).

Sonuç: Sonuç olarak çalışmaya katılan sporcuların tükenmişlik ve kaygı deneyimlerinin saldırgan davranışları tetiklediği söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Sporcu, Yarışma Kaygısı, Tükenmişlik, Saldırganlık

Abstract

Objective: The aim of this study is to test whether anxiety and exhaustion in athletes determines aggression. At the same time, as a second study, it was aimed to test the reliability of the Aggression Scale developed by Buss and Perry (1992) for Turkish athletes.

Material and Method: 154 women ($M_{age} = 22.01 \pm 3.96$) and 174 men ($M_{age} = 22.23 \pm 2.65$) totally 328 athletes ($M_{age} = 22.01 \pm 3.96$) participated in the study voluntarily. Buss-Perry Aggression Scale, Sports Burnout Scale and Competition Anxiety Test were applied to the all participants. Data were analyzed by using descriptive statistics, Pearson correlation analysis and Stepwise Multiple Regression Analysis.

Results: Pearson Correlation Analysis results show that competition anxiety has a statistically significant and positive correlation with all sub-dimensions of aggression ($p < 0.01$). Beside this, the sub-dimensions of emotional / physical exhaustion and devaluation related to athletes burnout were significantly associated with physical aggression ($p < 0.01$), hostility ($p < 0.05$) and anger ($p < 0.01$) sub-dimensions. The diminishing achievement sensation sub-dimension only appears to be associated with the hostility ($p < 0.05$) sub-dimension. The results of Stepwise Multiple Regression Analysis are; the sub-dimension of physical aggression of the devaluation subscale ($R = 0.20$; $R^2 = 0.04$; $F(1,326) = 13.63$); the sub-dimension of emotional / physical exhaustion and the hostility of competition anxiety ($R = 0.41$; $R^2 = 0.17$; $F(1,325) = 32.48$); the sub-dimension of devaluation and the anger subscale of competition anxiety ($R = 0.41$; $R^2 = 0.08$; $F(1,325) = 14.98$); it was also found that the anxiety of competition was positively determined by verbal aggression sub-dimension ($R = 0.15$; $R^2 = 0.02$; $F(1,327) = 7.50$) ($p < 0.01$).

Conclusion: In conclusion, it can be said that burnout and anxiety experiences of athletes participating in the study triggered aggressive behaviors.

Key Words: Athlete, Competition Anxiety, Burnout, Aggression

© 2019 Başkent Üniversitesi Sağlık Bilimleri Fakültesi Dergisi. Tüm Hakları Saklıdır.

1. Giriş

Saldırganlık, insanın varoluşundan bugüne doğasında bulunan ve değişmeyen bir kavramdır. Psikodinamik kurama göre saldırganlık, bebeklerin doğduğu ilk andan itibaren oral dönemde başlayan ağlama ve ısırma gibi hem duygu hem de davranış olarak ortaya çıkmaktadır (Freud, 1927). Bu durumu

destekler nitelikte olan Freud (1927), Gillespie (1971) ve Loewald (1971) gibi içgüdü kuramcıları saldırganlığı içsel sebeplerle açıklayıp, saldırganlığın doğuştan geldiğine inanırlar. Diğer taraftan, insan sosyal bir varlıktır, yaşamını sürdürebilmesi için yaşamının her döneminde başka canlılarla iletişim halinde olması gerekir (Dökmen, 2002). Sosyal öğrenme kuramı ise burada devreye girer ve saldırganlığı içsel durumlara atıf eden kuramlara karşı olarak saldırganlığı dışsal faktörlerle açıklar. Bandura'ya (1973) göre saldırganlık birey-çevre-davranış üçgeninin etkileşimiyle öğrenilir, diğer bir deyişle birey saldırgan doğmaz ancak gözlem veya model alma yoluyla saldırganlığı öğrenir.

İnsan davranışını açıklamada bireysel (Freud, 1927) ve sosyal (Bandura, 1973) yaklaşımların yanında, değişen dünya şartlarının bireyleri bedensel ve ruhsal olarak etkilediği, bunun sonucunda da bireylerin saldırgan tutumlar sergileyebildiği düşünülmektedir. Sosyal psikologlar saldırganlığı kişinin karşısındaki bireye niyetli olarak fiziksel veya psikolojik zarar verme eğilimi olarak tanımlamışlardır (Patrick ve Zempolich, 1998). Bireysel veya sosyal bakış açısı fark etmeksizin etkileşimsel bir süreç ya da sonuç olarak karşımıza çıkan saldırganlık çok boyutlu bir kavram olarak ele alınmaktadır. Berkowitz (1993) saldırganlığı düşmanca saldırganlık veya araçsal saldırganlık olarak iki boyutta incelerken; Buss (1961), saldırganlığı fiziksel veya sözel saldırganlık, aktif veya pasif saldırganlık, doğrudan veya dolaylı saldırganlık olmak üzere üç boyutta incelemiştir. Buss'ın (1961) pasif saldırganlığı ve Berkowitz'in (1963) araçsal saldırganlığı eş değer niteliktedir, ikisinde de amaç karşısındaki bireye zarar vermek değil, saldırganlık belirli bir amaca giden yolu engellemek için bir araçtır.

Sosyal psikologlar için geniş çaplı bir çalışma alanı oluşturan saldırganlık kavramı, spor ortamında saldırganlığın artmasıyla spor psikologlarının da üzerine çalıştıkları bir konu haline gelmiştir (Tenenbaum, Stewart, Singer ve Duda, 1997). Temelde sporcunun ve sporun bütünlüğüyle her ne kadar çelişse de, alanın önemli bir problemi haline gelen saldırganlık (Nas ve Çolakoğlu, 2017), birçok olguyla ilişkilendirilmiştir.

Spor branşlarında görülen saldırganlık nitelikleri değişiklik gösterebilmektedir. Kerr (1999); spor müsabakalarındaki saldırganlığı kabul edilebilir ve kabul edilemez saldırganlık olarak ikiye ayırmıştır; kabul edilebilir saldırganlık belirli bir amaca giden yolu engellemek için yapılan saldırganlıktır diye açıklanabilirken bu duruma örnek olarak sayı atmaya giden rakip oyuncuya faul yapılması veya boksörün rakibini alt etmek için vurduğu bir yumruk kabul edilebilir saldırganlık olarak nitelendirilebilir. Bu durumda bahsedilen branşın kuralları çerçevesinde sergilenen rakibi engelleme olarak adlandırılabilir. Yani saldırganlık rakibe zarar

vermek amacıyla değil, müsabakanın sonucuna etki etmek için kullanılan bir araçtır (Özen, Eygü ve Kabakuş, 2013). Kabul edilemeyen saldırganlık ise branşa özgü kurallar dışında rakibe kasti zarar verme olarak nitelendirilebilir.

Engellenme ile artış gösteren (Dolard, Miller, Doob, Mowrer ve Sears, 1939) saldırgan davranışların, hem kadın hem de erkekler tarafından sergilendiği; ancak erkeklerin daha çok fiziksel saldırganlık gösterirken, kadınların ilişkisel saldırganlık gösterdiklerini ortaya konmuştur (Archer, 2004; Blakemore, Berenbaum ve Liben, 2009). Yapılan çalışmalara bakıldığında saldırganlık kavramının sosyal psikoloji alanında öz-farkındalık (Scheier, 1976) depresyon (Garber, Quiggle, Panak ve Dodge, 1991) ve düşük öz-saygı (Donnellan, Trzesniewski, Robins, Moffitt ve Caspi, 2005) gibi konular ile ilişkilendirildiği görülürken; spor ortamında ise tutkunluk (Donahue, Rip ve Vallerand, 2009), kaygı (Bekiari, Patsiaouras, Kokaridas ve Sakellariou, 2006) ve tükenmişlik (Gümüşdağ, Bastık, Yamaner, Kartal ve Ünlü, 2013) kavramları ile birlikte irdelenmiştir.

Saldırganlığın ilişkilendirildiği önemli olgulardan biri kaygıdır. Kaygı, bireyin bir durum karşısında algıladığı tehdit veya tehlikeye karşı hissettiği huzursuzluk, korku hissi şeklinde tanımlanır (Başaran, 2008). Kaygı, bireyler tarafından farklı ortam ve durumlarda deneyimlenebilir. Spor, doğası gereği içerisinde yarışma olgusunu barındırdığından, bireylerin bu ortamda deneyimlediği kavram, yarışma kaygısıdır. Martens'e (1990) göre, spor ortamındaki kaygı (yarışma kaygısı), bilişsel ve somatik kaygı olmak üzere iki alt boyuttan oluşmaktadır. Bilişsel kaygı; kaygının zihinsel bileşeni olarak tanımlanır (Martens, Burton, Vealey, Bump ve Smith, 1990) ve bu durum sporcunun yineleyici başarısız olma beklentisi veya kendisine karşı olumsuz öz-değerlendirmesinden kaynaklanır. Somatik kaygı ise; kaygının fizyolojik bileşeni olarak tanımlanır ve bu durum istem dışı bir uyarılmadan gelişen ve birey üzerinde fizyolojik etkisi olan bir durumdur. Somatik kaygı, sporcunun yaşadığı yoğun terleme, normalden daha hızlı kalp atımı, gergin kaslar gibi tepkisel reaksiyonlarla kendini göstermektedir. Yarışma kaygısının performans üzerine etkileri araştırılmış ve bu iki değişken arasında anlamlı fark bulunmuştur (Smith, Smoll ve Schutz 1990). Sporda yapılan kaygı çalışmaları, sporcuların kaygı düzeyleri ile tükenmişlik düzeyleri (Wiggins, Lai ve Deiters, 2005; Smith, Smoll, Cumming ve Grossbard, 2006) ve mükemmeliyetçilik düzeylerinin pozitif ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (Çepikkurt, 2011).

Literatürde popüler bir konu olarak karşımıza çıkan tükenmişlik kavramı, saldırganlık çalışmalarında da araştırmacıların sorularına yanıt aramak için kullanılmıştır. İlk Freunderberger (1974) tarafından öne atılan

tükenmişlik kavramı, bireyin yaptığı iş sonucu elindeki kaynakların tükendiği düşüncesine kapılması, fiziksel ve psikolojik yorgunluk, yaşadığı olumsuz duygu durumları ve çevresine de yansıttığı olumsuz davranışlar olarak tanımlanmıştır (Maslach ve Jackson, 1981). Sporda tükenmişlik ise; yapılan yoğun aktivite sonucu hem fiziksel hem psikolojik anlamda tükenme, fiziksel aktiviteden geri çekilme ve zevk alamama şeklinde tanımlanmıştır (Cox, 2007). Sporda yapılan tükenmişlik çalışmaları, tükenmişliğin sporcu performansını olumsuz etkilediği yönündedir, tükenmişlik yaşayan sporcuların kaygı düzeylerinde artış gözlemlenmiştir (Cremades, Wated, ve Wiggins, 2011). Bir diğer araştırmaya göre futbolcuların tükenmişlik seviyesine bağlı olarak yarışma durumluk kaygısı, yarışma kaygısı ve saldırganlık düzeylerinde anlamlı artış saptanmıştır, bunların yanı sıra tükenmişliği belirlemede yaş, eğitim düzeyi, mevki, lig ve medeni durumunda etkisi araştırılmıştır (Gümüşdağ ve ark., 2013).

Yukarıda aktarılan kuramsal bilgi ve literatür kapsamında bu çalışmanın amacı, psikolojide önemli yere sahip olan ve bilimsel çalışmalarda saldırganlık konusunda kullanılan Buss-Perry Saldırganlık Ölçeğinin, sporcu örneklemini üzerinde geçerlik ve güvenilirliğini test etmektir. Devamında ise sporcularda kaygı ve tükenmişliğin saldırganlığı belirleyip belirlemediğinin test edilmesi bu çalışmanın ikinci amacını oluşturmaktadır.

Çalışma 1

2. Gereç ve Yöntem

Katılımcılar

Araştırma örneklemini Ankara'da bulunan farklı spor branşlarında (basketbol, voleybol, futbol vb.) ve farklı kulüplerde yarışan 328 lisanslı sporcu oluşturmuştur. Çalışmaya 154 kadın ($X_{yaş}=22.01 \pm 3.96$) ve 174 erkek ($X_{yaş}= 22.23 \pm 2.65$) toplamda 328 ($X_{yaş}= 22.12 \pm 3.33$) sporcu gönüllü katılım sağlamıştır.

Veri Toplama Araçları

Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği (BPSÖ): Buss – Perry Saldırganlık Ölçeği, Buss-Durkee Düşmanlık Envanterinden uyarlanan, 29 maddeden oluşan ve 5'li Likert tipinde değerlendirilen bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Madran (2012) tarafından üniversite öğrencileri örnekleminde yapılmıştır. BPSÖ; fiziksel saldırganlık (9 soru), sözel saldırganlık (5 soru), düşmanlık (8 soru) ve öfke (7 soru) olmak üzere dört alt boyuttan oluşmaktadır. Buss ve Perry'nin (1992) özgün çalışmalarında elde ettikleri iç tutarlılık katsayıları sırasıyla fiziksel saldırganlık alt boyutu için 0.85, sözel saldırganlık alt boyutu için 0.72, öfke alt boyutu için 0.83, düşmanlık alt boyutu için 0.77 ve toplam puan için 0.89 olarak belirlenmiştir. Ölçeğin Çin

(Maxwell, 2007), Rusya (Ruchkin ve Eisemann, 2000) ve Slovakya (Lovas ve Trenkova 1996) örneklemelerinde uyarılama çalışmaları yapılmış ve tüm uyarlamalarda ölçeğin 4 faktörlü yapısını koruduğu görülmüştür.

Verilerin Toplanması

Ölçekler dağıtılmadan önce, araştırmacılar tarafından sporculara gerekli bilgilendirme ve açıklamalar yapılmıştır. Ölçekler araştırmacıların gözetiminde, antrenmanlardan önce uygulanmıştır.

Verilerin Analizi

Buss–Perry Saldırganlık Ölçeği'nin Türkçe versiyonunun sporcu örnekleminde geçerlik ve güvenilirliğini test etmek için doğrulayıcı faktör analizi yapılmış ve Cronbachs Alpha katsayılarına bakılmıştır. Verilerin analizinde AMOS ve SPSS paket programı kullanılmıştır. Çalışmanın faktör analizi kısmında ölçeklendirilmiş ki-kare değeri (χ^2), ortalama hata karekök yaklaşımı (RMSEA), karşılaştırmalı uyum indeksi (CFI; Bentler, 1990), uyum iyilik indeksi (GFI) ve normlaştırılmış uyum indeksi (NFI) gibi uyum indeksleri incelenmiştir. Uyum indekslerinde, RMSEA değerinin 0-0.05 aralığı iyi uyumu, 0.05-0.08 kabul edilebilir uyumu; CFI değerinin 0.97-1.00 aralığı iyi uyumu, 0.95-0.97 kabul edilebilir uyumu; NFI ve GFI değerlerinin 0.95-1.00 aralığı iyi uyumu, 0.90-0.95 aralığı kabul edilebilir uyumu işaret etmektedir (Çelik ve Yılmaz, 2016).

Tablo 1: Buss – Perry Saldırganlık Ölçeği'nin Sporcu Örneklemini İçin Uyum İndeksleri

	İndeksler					
	χ^2	df	RMSEA	NFI	CFI	GFI
Buss-Perry	1044.475	371	0.08	0.90	0.95	0.95
Saldırganlık Ölçeği						

İç Tutarlık

Ölçeğin sporcu örneklemini için güvenilir olup olmadığının anlaşılması amacı ile Cronbach alfa katsayısı hesaplanmıştır. Ölçek maddelerinin birbirleri ile aynı yapıyı ölçüp ölçmediğinin belirlenmesi için kullanılan iç tutarlık, Cronbach alfa katsayısı hesaplanarak değerlendirilmiştir. Ölçeğe ait Cronbach alfa katsayıları Fiziksel Saldırganlık alt boyutu için 0.85, Düşmanlık alt boyutu için 0.71, Öfke alt boyutu için 0.80 ve Sözel Saldırganlık alt boyutu için ise 0.70 olarak belirlenmiştir. Cronbach alfa katsayısının .70 ve üzerinde değer alması, ölçek ya da ölçeğe ait alt boyutun güvenilir olduğu şeklinde yorumlanmaktadır (Alpar, 2001).

4. Tartışma

Türkiye’de daha önce geçerlik ve güvenilirliği yapılmış olan Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği, farklı bir örneklem olan sporcular özelinde değerlendirmeye alınmıştır. Analiz sonucu elde edilen değerler kabul edilebilir aralıktadır. Elde edilen analiz sonuçları doğrultusunda Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği’nin sporcu örnekleminde de kullanılabilmesi söylenebilir.

Çalışma 2

5. Yöntem

Katılımcılar

Araştırmanın örneklemini, Ankara da bulunan farklı üniversite ve kulüplerde lisanslı olan 154 kadın, 173 erkek olmak üzere toplam 328 sporcu oluşturmaktadır. Farklı branşlarda yarışan (basketbol, voleybol, futbol, tenis vb.) ve çalışmaya gönüllü olarak katılan sporcuların yaş aralığı 18-42 olarak belirlenmiştir ($X_{yaş}=22.01 \pm 3.96$).

Veri Toplama Araçları

Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği: Buss-Durkee Düşmanlık Envanterinden uyarlanan Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği, 29 maddeden oluşmakta ve 5’li Likert tipinde değerlendirilmektedir. Fiziksel saldırganlık (9 soru), sözel saldırganlık (5 soru), düşmanlık (8 soru) ve öfke (7 soru) olmak üzere dört alt boyuttan oluşan ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Madran (2012) tarafından yapılmıştır. Bu çalışmada alt boyutların Cronbach alpha iç tutarlılık katsayıları fiziksel saldırganlık alt ölçeği için .70; düşmanlık alt ölçeği için .85; öfke alt ölçeği için .71 ve sözel saldırganlık alt ölçeği için .80 olarak belirlenmiştir.

Sporcu Tükenmişlik Ölçeği: Sporcu Tükenmişlik Ölçeği, Raedeker ve Smith (2001) tarafından sporcuların tükenmişlik düzeylerini belirlemek için geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlanması Kelecek, Kara, Kazak Çetinkalp ve Aşçı (2016) tarafından yapılmıştır. Beşli Likert tipinde değerlendirilen ölçeğin Türkçe uyarlaması 13 maddeden oluşmakta ve “Azalan Başarı Hissi”, “Duygusal/Fiziksel Tükenme” ve “Duyarsızlaşma” olmak üzere 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Bu çalışma için ölçeğe ait alt boyutların Cronbach alpha değerleri sırası ile .83, .78 ve .75 olarak bulunmuştur.

Yarışma Kaygı Testi (Sport Competition Anxiety Test-Adult): Martens, Burton, Vealey, Bump ve Smith (1990) tarafından geliştirilen yarışma kaygı ölçeği 15 sorudan oluşmaktadır. Ölçek 3’lü Likert tipi bir ölçektir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması Koruç, Öztürk Kuter, Yılmaz Anaca, Bayar ve Kağan (2005) tarafından yapılmıştır. Ölçek 3 alt boyuttan oluşmaktadır, bunlar; bilişsel kaygı, bedensel kaygı ve kendine

güven alt boyutlarıdır. Testten alınan puanlar arttıkça, kaygı düzeylerinin de arttığı belirtilmiştir. Ölçeğin Türkçe uyarlamasındaki iç tutarlılık katsayısının 0.79 olduğu belirtilmiştir.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu; sporcuların yaş, cinsiyet, eğitim durumu, branşı ve spor yaşı gibi demografik bilgilerin yanı sıra, hayatının büyük bölümünü nerede geçirdiği, haftada kaç gün antrenman yaptığı ve sosyo-ekonomik durumu araştıran bilgileri de içermektedir.

Verilerin Toplanması

Araştırmacılar, sporculara ölçekler dağıtılmadan önce gerekli açıklamaları yapmışlardır. Bütün ölçekler araştırmacıların gözetiminde gönüllü katılımcılara uygulanmıştır.

Verilerin Analizi

Elde edilen verilerin analizinde betimsel istatistik, Korelasyon Analizi ve Regresyon Analizi kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüş ve Pearson Çarpımlar Moment Korelasyon Analizi; sporcuların saldırganlık, tükenmişlik ve kaygı düzeyleri arasında ilişki olup olmadığını test etmek, Çoklu Adımsal Regresyon Analizi ise sporcuların tükenmişlik ve kaygı düzeylerinin; saldırganlık düzeylerini belirlemedeki rolünü test etmek amacı ile kullanılmıştır. Tahmin değişkenleri olasılığı kontrolü için tüm faktörlerde tolerans (TOL) ve varyans enflasyon faktörü (VIF) değerleri hesaplanmıştır. Tolerans değerinin .10'un altında, varyans enflasyon faktörü değerinin ise 10'un üzerinde olması bağımsız değişkenler arasında yüksek ilişki olduğunu belirtmektedir (Dormann ve diğ., 2013). Analiz sonucu, bu çalışmadaki tüm bağımsız değişkenlerin tolerans değerleri 0.92 ile 1 arasında; varyans enflasyon faktörü değerleri ise 1 ile 1.09 arasında olarak bulunmuştur. Elde edilen bu bulgular da tahmin değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığını belirtmektedir. Analizler SPSS paket programında yapılmış ve çalışmada anlamlılık düzeyi 0.01 olarak alınmıştır.

6. Bulgular

Çalışmaya katılan sporcuların sporcu tükenmişlik, yarışma kaygısı ve saldırganlık alt boyut puanlarına ait ortalama ve standart sapma değerleri Tablo 2'de verilmiştir.

Tablo 2: Sporcuların Sporcu Tükenmişliği, Yarışma Kaygısı ve Saldırganlık Alt Boyut Puanlarına Ait Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	X	Ss
<u>Sporcu Tükenmişliği</u>		
Duyusal/Fiziksel tükenme	1.95	0.77
Azalan Başarı Hissi	2.27	0.60
Duyarsızlaşma	1.99	0.83
<u>Saldırganlık</u>		
Fiziksel Saldırganlık	2.49	0.86
Düşmanlık	2.73	0.69
Öfke	2.68	0.84
Sözel Saldırganlık	3.02	0.71
<u>Yarışma Kaygısı</u>	1.74	0.28

Yapılan betimsel istatistik sonucu elde edilen bulgular çalışmaya katılan sporcuların Sporcu Tükenmişlik Ölçeği'nde en yüksek puanı "azalan başarı hissi" alt boyutunda aldıklarını, "duygusal/fiziksel tükenme" ve "duyarsızlaşma" alt boyutlarında ise birbirine yakın değerler aldıklarını göstermektedir. Yarışma Kaygısı Testi'nde elde edilen değerler, sporcuların yarışma kaygılarının orta seviyede olduğunu belirtmektedir. Buss–Perry Saldırganlık Ölçeği'nde ise en yüksek puanların "sözel saldırganlık" alt boyutuna, en düşük puanların "fiziksel saldırganlık" alt boyutuna ait olduğu görülmektedir.

Çalışmaya katılan sporcuların saldırganlık, sporcu tükenmişliği ve yarışma kaygısı puanları arasındaki ilişkiyi belirlemek amacı ile yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçları Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3: Sporcuların Saldırganlık, Sporcu Tükenmişliği ve Yarışma Kaygısı Düzeyleri Arasındaki İlişki

	<u>Sporcu Tükenmişliği</u>			<u>Yarışma Kaygısı</u>
	Duyusal / Fiziksel Tükenme	Azalan Başarı Hissi	Duyarsızlaşma	
	r	r	r	r
<u>Saldırganlık</u>				
Fiziksel Saldırganlık	0.19**	0.05	0.20**	0.14**
Düşmanlık	0.23**	0.13*	0.14*	0.39**
Öfke	0.20**	0.03	0.20**	0.26**
Sözel Saldırganlık	0.09	0.03	0.10	0.15**

**p<0.01; *p<0.05

Pearson Korelasyon Analizi bulguları, yarışma kaygısının saldırganlığın tüm alt boyutları ile istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir ($p<0.01$). Bunun yanında, sporcu tükenmişliğine ait duygusal/fiziksel tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarının fiziksel saldırganlık ($p<0.01$), düşmanlık ($p<0.05$) ve öfke ($p<0.01$) alt boyutları ile anlamlı pozitif ilişkili olduğu görülürken; azalan başarı hissi alt boyutunun yalnızca düşmanlık ($p<0.05$) alt boyutu ile ilişkili olduğu görülmektedir (Tablo 3).

Sporcuların tükenmişlik ve yarışma kaygısı düzeylerinin saldırganlıklarını belirlemedeki rolünü incelemek amacı ile yapılan regresyon analizi sonuçları Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4: Sporcuların Tükenmişlik ve Yarışma Kaygısı Düzeylerinin Saldırganlıklarını Belirlemedeki Rolü

	<u>Sporcu Tükenmişliği</u>			<u>Yarışma Kaygısı</u>
	<u>Duygusal/Fiziksel Tükenme</u>	<u>Azalan Başarı Hissi</u>	<u>Duyarsızlaşma</u>	
	β	β	β	β
<u>Saldırganlık</u>				
Fiziksel Saldırganlık R=0.20; R ² =0.04; Düzeltilmiş R ² =0.04; F _(1,326) =13.63	0.11	-0.00	0.20*	0.10
Düşmanlık R=0.41; R ² =0.17; Düzeltilmiş R ² =0.16; F _(1,325) =32.48	0.13*	0.01	-0.04	0.35*
Öfke R=0.29; R ² =0.08; Düzeltilmiş R ² =0.08; F _(1,325) =14.98	0.08	-0.08	0.14*	0.22*
Sözel Saldırganlık R=0.15; R ² =0.02; Düzeltilmiş R ² =0.02; F _(1,327) =7.50	0.06	-0.01	0.06	0.15*
*p<0.01				

Analiz sonucu elde edilen bulgular; duyarsızlaşma alt boyutunun fiziksel saldırganlık alt boyutunu (R=0.20; R²=0.04; F_(1,326)=13.63; $p<0.01$); duygusal/fiziksel tükenme alt boyutu ve yarışma kaygısının düşmanlık alt boyutunu (R=0.41; R²=0.17; F_(1,325)=32.48; $p<0.01$); duyarsızlaşma alt boyutu ve yarışma kaygısının öfke alt boyutunu (R=0.41; R²=0.08; F_(1,325)=14.98; $p<0.01$); yarışma kaygısının da tek başına sözel saldırganlık alt boyutunu (R=0.15; R²=0.02; F_(1,327)=7.50; $p<0.01$) belirlediğini göstermektedir. Analiz sonuçları, yarışma kaygısı ve tükenmişlik alt boyutlarının saldırganlığı pozitif yönde belirlediğini göstermektedir (Tablo 4).

7. Tartışma ve Sonuç

Bu çalışma sporcularda tükenmişlik, yarışma kaygısı ve saldırganlık arasındaki ilişkinin incelenmesi ve tükenmişlik ve yarışma kaygısının saldırganlığı belirlemedeki rolünü incelemek amacı ile yapılmıştır.

Korelasyon analizi bulguları, yarışma kaygısının saldırganlığın tüm alt boyutları ile pozitif ilişkili olduğunu göstermektedir. Bunun yanında, sporcu tükenmişliğine ait duygusal/fiziksel tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarının fiziksel saldırganlık, düşmanlık ve öfke alt boyutları ile azalan başarı hissi alt boyutunun ise yalnızca düşmanlık alt boyutu ile pozitif ilişkili olduğu görülmektedir. Analiz sonuçlarından yola çıkarak çalışmaya katılan sporcuların, yarışma sonucunun bilinmezliği ve yarışma süresince yüksek düzeyde sportif performans gösterebilme endişesi yaşamalarıyla; olumsuz duygulara yenik düştükleri, yarışma ortamında çabuk sinirlendikleri bunun sonucunda ise fiziksel ve sözel olarak daha agresif davranışlar sergiledikleri düşünülmektedir. Bunun yanında sporcuların kendilerini eskisi kadar başarılı görmemeleri ya da başarıya ulaşmak için eskisi kadar çaba sarf etmeme eğilimleri, kendilerinde o enerjiyi bulamamalarının; bireyleri, başkalarının kendileri hakkında olumsuz duygular besledikleri veya sportif performanslarını engellemeye yönelik girişimlerde bulunabilecekleri yönünde düşünceler üretmesiyle de ilişkili olabileceği görülmektedir. Sporcuların takım arkadaşları, antrenörler ya da taraftarlar gibi çevrelerinde olan bireylere karşı oluşturdukları olumsuz düşüncelere, hissettikleri olumsuz duygulara kapılmalarına, bu duygu ve düşünceler doğrultusunda öfkelenmelerine/düşmanlık beslemelerine ve bunun dışı vurumunu fiziksel olarak sergilemelerine; bireylerin spora karşı ilgilerini kaybetmelerinin, spor ortamlarında eskisi kadar yoğun ve olumlu duygular ile bulunmamalarının veya yaşadıkları yorgunluk, odaklanmada zorluk ve ilgisizlik gibi sorunların yol açıyor olabileceği göz önünde bulundurulmalıdır.

Yapılan analiz sonucunda, duyarsızlaşma alt boyutunun fiziksel saldırganlık alt boyutunu pozitif yönde belirlediği görülmüştür. Beklenmedik bir sonuç olarak karşılaşılan bu bulgu; sporcuların tükenme durumu ile başa çıkma stratejileri geliştiriyor olabilecekleri ya da içinde buldukları ortama ait çevresel beklentilere göre farklı davranış kalıpları sergileme eğilimlerinde oldukları yönünde yorumlanabilir. Strese bağlı bir değişken olarak tanımlanan duygusal/fiziksel tükenme (Raedeke ve Smith, 2001), sporcunun yorgunluk sonrası toparlanamaması, sürantrenman veya yaşadığı tatminsizlik sonucu takım arkadaşlarına veya rakibe karşı yaşadığı bilişsel olumsuzlukları fiziksel tepki olarak dışı vuruyor olabileceği şeklinde yorumlanabilmektedir. Sporcuların, fiziksel olarak agresif davranışlarda bulunmaları ya da duygularını yoğunlukla olumsuz fiziksel kalıplarda dışı vurmaları; içinde buldukları spor/yarışma ortamına karşı

hissizleşmeleri sonucu yaşadıkları bilişsel soyutlanma ile başa çıkma stratejisi ya da bu durumu değiştirme çabasının bir sonucu olarak görülebilir. Analiz sonucu elde edilen ikinci bulgu, duygusal/fiziksel tükenme alt boyutu ve yarışma kaygısının, birlikte, düşmanlık alt boyutunu pozitif yönde belirlediğidir. Bu sonuç, sporcularda kendilerini psikolojik veya fiziksel anlamda yorgun hissetmelerinin, yarışma sürecinde yaşadıkları bilişsel veya fiziksel huzursuzluk ile birleştiğinde, takım arkadaşlarına veya taraftara karşı olumsuz düşünceler beslemelerine sebep olabileceğini göstermektedir. Sporcuların yarışma hakkındaki olumsuz düşünceleri, yarışma ile ilgili endişeleri ve spor ortamına karşı olan isteksiz duygu durumlarının, çevrelerindeki bireylere karşı düşmanca tavır sergileme eğilimlerini arttırdığı söylenebilir. Benzer şekilde, akademik personel örneklemleri ile yapılmış bir çalışmada da (Budak ve Sürgevil, 2005) bu durumu destekler nitelikte sonuçlar elde edilmiştir. Çalışma sonucunda bireyler hissedilen değer, sahip olunan iş yükü ve kontrol konularında sorun yaşadıkça, duygusal olarak tükenme düzeylerinde de artış gözlenmiştir.

Elde edilen bulgular, duyarsızlaşma alt boyutu ve yarışma kaygısının öfke alt boyutunun belirleyicisi olduğunu göstermektedir. Diğer bir deyişle, bireyin yaptığı spor branşına karşı olumlu ya da olumsuz bir duygu beslememesine rağmen yarışma kaygısı yaşamasının, sporcunun olaylarla baş edebilme yetisini kaybedip yerine ani tepkiler verme, kendisini kontrol etmekte güçlük çekme ve kızgın hissetmesine sebep olabileceği düşünülmektedir. Bu buldu bireylerin kendini soyutladığı, bir anlam yüklemeyeceği ve kendilerinde olumlu /olumsuz bir etki ya da duygu yaratmadığını düşündükleri bir konudaki performansları hakkında duydukları endişe sonucu sakin kalamadıkları, çabuk sinirlendikleri ve kızgınlıklarını kontrol edemedikleri şeklinde yorumlanabilir. Ancak, bireylerin spora karşı hem duyarsızlaşıp hem de yarışma ile ilgili kaygı yaşaması, çalışmada ele alınan kavramların sosyal boyutta da irdelenmesi gerektiğini gösteren bir bulgu olarak karşımıza çıkmaktadır. Benzer şekilde, analiz sonucu elde edilen bir diğer bulgu ise yarışma kaygısının tek başına sözel saldırganlık alt boyutunu pozitif yönde belirlediğidir. Bu sonuç, sporcuların performanslarını sergiledikleri yarışmanın içerisinde çok fazla değişken barındırması ve hem sürecin hem de sonucun öngörülemezliğinin; sporcuların, takım arkadaşları, taraftar veya rakiple sözel tartışma yaşaması, görüş ayrılığına düşme olasılığının artması ve bu durumda kolayca tartışma yaşama ihtimalini arttırdığını düşündürmektedir.

İlgili alan yazında bu çalışmada irdelenen kavramların tümünü içeren bir çalışmaya rastlanmamasına rağmen, çalışma sonuçları ile benzerlik gösteren araştırmaların varlığı dikkat çekmiştir. Elde edilen sonuçlar, Gümüşdağ ve arkadaşları (2013) tarafından sporcular ile yapılan benzer bir çalışma sonuçları ile

kısmen desteklenmektedir. Gümüşdağ ve arkadaşları (2013) tarafından yapılan çalışma kaygının tükenmişliğin belirleyicisi olduğunu ancak saldırganlık ve tükenmişlik arasındaki belirleyicilik ilişkisinin istatistiksel olarak anlamlı olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Robazza ve Bortoli'nin 2007 yılında rugby oyuncularını ile yaptıkları ve yarışma kaygısının agresifliğin önemli belirleyici olduğunu buldukları çalışma ise, bu çalışma sonuçlarını destekler niteliktedir. Türk sporcular ile yapılan bu çalışma sonucu elde edilen bulgulara paralel olarak, Bekiari, Patsiaouras, Kokaridas ve Sakellariou (2006) tarafından voleybol oyuncularını ile yapılan araştırma sonucunda ise kaygı ve sözel saldırganlık arasında pozitif ilişki bulunmuştur.

Sonuç olarak çalışmaya katılan sporcuların tükenmişlik ve kaygı deneyimlerinin saldırgan davranışları tetiklediği söylenebilir. Bireysel ve sosyal pek çok değişken süreci içerisinde barındıran spor ortamında, bireylerin fiziksel olarak zorlanması, kendileri ile özdeşleştirmedikleri bir ortamda bulunmaya devam etmeleri ve bu ortamda bir performans sergileme çabalarının, bir takım belirsizlikler ile birleşmesi sonucu, bireylerin çevresindeki olayları düşmanca düşünceler ile değerlendirdiği, olumsuz duygularını kontrol edemeyip fiziksel ve sözel olarak agresifleştiği söylenebilir. Sporcuların başarılı olabilmek adına yaptıkları yoğun antrenmanlar, zihinsel ve fiziksel zorlanmalar, hissettikleri sosyal baskı ve stres düşünüldüğünde, saldırganlığa yol açabileceği düşünülen değişkenlerin incelenmesinin alana katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu doğrultuda spor branşları arasındaki farklılıklar, takım ve bireysel sporun bireylerin davranış kalıpları üzerindeki etkisi, kişilik, yarışılan kategori ya da deneyim gibi değişkenlerin incelenmesinin ilgili çalışma konusunu detaylandırarak daha ileri götürebileceği düşünülmektedir.

Kaynaklar

- Alpar R. (2001). Spor Bilimlerinde Uygulamalı İstatistik. 2. Baskı. İstanbul: Nobel Yayın Dağıtım.
- Archer J. (2004). Sex differences in aggression in real world settings: A Meta-analytic review. *Review of General Psychology*, 8, 291-322.
- Bandura A, Ross D, Ross S. (1963). Imitation of film-mediated aggressive models. *Journal of Abnormal and Social Psychology*, 66, 3-11.
- Bandura A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Englewood Cliffs, N J: Prentice-Hall.
- Başaran H. (2008). Sporcularda Durumluk ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Selçuk Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

- Bekiari A, Patsiaouras A, Kokaridas D, Sakellariou K. (2006). Verbal aggression and state anxiety of volleyball players and coaches. *Psychological Reports*, 99, 630-634.
- Bentler P. (1990). *Quantitative Methods in Psychology*. *Psychological Bulletin*, vol.107, No.2, 238-246.
- Berkowitz L. (1993). *Aggression: Its causes, consequences, and control*. New York: McGraw-Hill.
- Blakemore J, Berenbaum S, Liben S. (2009). *Gender Development*. New York: Psychology Press.
- Budak G, Sürgevil O. (2005). Tükenmişlik ve tükenmişliği etkileyen örgütsel faktörlerin analizine ilişkin akademik personel üzerinde bir uygulama. *D.E.Ü.İ.B.F. Dergisi*, 20(2), 95-108.
- Buss A, Perry M. (1992). The aggression questionnaire, *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452-459.
- Buss A. (1961). *The psychology of aggression*. New York: Wiley.
- Cox, R.H., (2007). *Sport psychology: concepts and applications* (Eds). Boston: McGraw-Hill Higher Education. p.430.
- Cremades JG, Wated G, Wiggins MS. (2011). Multiplicative measurements of a trait anxiety scale as predictors of burnout. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 15, 220-233.
- Çelik, H.E. ve Yılmaz, V. (2016). *Lisrel 9.1 ile Yapısal Eşitlik Modellemesi: Temel Kavramlar Uygulamalar-Programlama* (Yenilenmiş 3. Baskı), Ankara: Anı Yayıncılık
- Çepikkurt F. (2011). *Üniversiteli Hentbolcuların Mükemmeliyetçilik ve Kaygı Düzeyleri ile Başarı Hedefleri ve Müsabaka Sonuçlarına Yaptıkları Yükleme Biçimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Doktora Tezi. Çukurova Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Dollard J, Doob L, Miller N, Mowrer O, Sears R. (1939). *Frustration and Aggression*. New Haven, CT: Yale University Press.
- Donahue E, Rip B, Vallerand R. (2009). On passion, identity, and aggression in sport, *Psychology of Sport and Exercise*, 10, pp.526-534.
- Donnellan B, Trzesniewski K, Robins R, Moffitt T, Caspi A. (2005). Low self-esteem is related to aggression, antisocial behavior, and delinquency. *American Psychological Society*. Volume 16, Number 4, 328-335.
- Dormann, C. F., Elith, J., Bacher, S., Buchmann, C., Carl, G., Carré, G., Marquéz, J. R. G., Gruber, B., Lafourcade, B., Leitão, P. J., Münkemüller, T., McClean, C., Osborne, P. E., Reineking, B., Schröder,

- B., Skidmore, A. K., Zurell, D., Lautenbach, S. (2013). Collinearity: a review of methods to deal with it and a simulation study evaluating their performance. *Ecography*, 36, 27-46.
- Dökmen Ü. (2002). *İletişim Çatışmaları ve Empati* (20.Baskı). İstanbul: Sistem Yayıncılık.
- Freud S. (1927). The Future of an Illusion. The Standard Edition of the Complete Psychological Works of Sigmund Freud, Volume XXI (1927-1931): The Future of an Illusion, Civilization and its Discontents, and Other Works, 1-56.
- Freudenberger HJ. (1974). Staff Burnout. *Journal of Social Issues*, 30(1), 159-165.
- Garber J, Quiggle N, Panak W, Dodge K. (1991). Aggression and depression in children. Internalizing and Externalizing Expression of Dysfunction. Volume 2.
- Gillespie WH. (1971). Aggression and Instinct Theory. *The International Journal of Psychoanalysis*, 52, 155.
- Gümüüşdağ H, Bastık C, Yamaner F, Kartal A, Ünlü C. (2013). Burnout in professional soccer players: The role of aggression and anxiety, *IBB International Refereed Academic Social Sciences Journal*, 10(4).
- Kelecek S, Kara FM, Kazak Çetinkalp FZ, Aşçı FH. (2016). "Sporcu Tükenmişlik Ölçeği"nin Türkçe uyarlaması, *Hacettepe Journal of Sport Sciences*, 27 (4), 149-161.
- Kerr JH. (1999). The role of aggression and violence in sport: A Rejoinder to the ISSP position stand. *The Sport Psychologist*, 13(1), 83-88.
- Koruç Z, Öztürk Kuter F, Yılmaz Anaca V, Bayar P, Kağan S. (2005). Sporda yarışma Kaygısı yetişkin Formu. *Spor Bilimleri Dergisi*, 16(3), 131-139.
- Loewald HW. (1971). On Motivation and instinct theory, *The Psychoanalytic Study of the Child*, 26(1), 91-128, DOI: 10.1080/00797308.1971.11822267
- Madran A. (2012). Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği'nin Türkçe formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması, *Türk Psikiyatri Dergisi*; 23, 1-6.
- Martens R, Burton D, Vealey RS, Bump LA, Smith DE. (1990). Development and validation of the Competitive State Anxiety Inventory-2. In R. Martens, R.S. Vealey, & D. Burton, *Competitive anxiety in sport* (pp. 117-190). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Maslach C, Jackson S. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behaviour*. 2, 99-113.

- Maxwell JP. (2007). Development and preliminary validation of a chinese version of the buss-perry aggression questionnaire in a population of hong kong chinese, *Journal of Personality Assessment*, 88:3, 284-294, DOI: 10.1080/00223890701317004
- Nas K, Çolakoğlu T. (2017). Sporcuların Saldırganlık Düzeyleri ile Öfke Tarzları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 10(53), 971-977.
- Özen Ü, Eygü H, Kabakuş K. (2013). Üniversite öğrencilerinin sporda şiddet ve saldırganlık Algıları. *Sosyal Bilimler Elektronik Dergisi*. 7, 323-343
- Patrick CJ, Zempolich KA. (1998). Emotion and aggression in the psychopathic personality, *Aggression and Violent Behavior*, 3(4), 303-338.
- Raedeke T, Smith A. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23, 281–306.
- Robazza C. Bortali L. (2007). Perceived impact of anger and anxiety on sporting performance in rugby players. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(6), 875-896.
- Ruchkin V, Eisemann M. (2000). Aggression and psychological symptoms in juvenile male criminals: Alternative ways of "letting off steam"? *Aggression & Violent Behavior* 5(2), 217-225.
- Scheir M. (1976). Self-awareness, Self-consciousness and Angry Aggression. *Journal of Personality*, 44(4), 627-644.
- Sierra, Juan Carlos, and José Ricardo Gutiérrez Quintanilla. (2007). "Validacion de la version española del Cuestionario de Agresion de Buss-Perry en estudiantes universitarios salvadoreños (1)." *Psicología y Salud*, 17(1), 103+.
- Smith R, Smoll F, Cumming S, Grossbard J. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 28, 479-501.
- Smith RE, Smoll FL, Schutz RW. (1990). Measurement and correlates of sport-specific cognitive and somatic trait anxiety: The sport anxiety scale, *Anxiety Research*, 2(4), 263-280, DOI: 10.1080/08917779008248733
- Tenenbaum G, Stewart E, Singer RN, Duda J. (1997). 'Aggression and violence in sport: An ISSP position stand' *The Sport Psychologist*, 11(1), 1-7.

Wiggins M, Lai C, Deiters J. (2005). Anxiety and burnout in female collegiate ice hockey and soccer athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 101, 519-524.