

Üniversite Spor Şenlikleri İçerisinde Yer Alan Sportif Faaliyetlere Katılan Personelin Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi

Elif AYDIN

Yrd. Doç. Dr. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Özet: Bu araştırma; Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan üniversite personelinin kaygı düzeylerinin belirlemek ve çeşitli değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymak amacıyla yapılmıştır. Araştırma grubunu üniversite içi sportif rekreasyon aktivitelerine katılan 122 üniversite personeli oluşturmaktadır. Araştırma da “Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin çözüm ve yorumlanmasında, parametrik testler kullanılmıştır. Araştırmanın sonucu olarak, katılımcıların boş zamanlarının yeterli olduğu, katılımcıların boş zamanlarını çoğunlukla sportif ve sosyal aktivitelere katılarak değerlendirdikleri, bunun yanı sıra, sürekli kaygı düzeylerinin düşük, durumluk kaygı düzeylerinin ise yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Anahtar Kelimeler: Kaygı, Rekreasyon, Üniversite Spor Şenlikleri

The Determination of The Anxiety Levels of The University Staff Participating Sportive Recreative Activities in Sports Festivals

Elif AYDIN

Yrd. Doç. Dr. Karamanoğlu Mehmetbey University Physical Education And Sports High School

Abstract: This research was done with the aim of determination of the level of anxiety and to state whether differentiation or not according to various variables of the University' staff who participate sportive recreative activities which in sports festival of Karamanoglu Mehmetbey University. In this qualitative study, the research group consists of 122 university' staff. At the research, the Spielberger State and Trait Anxiety Questionnaire and demographic information questions was used. paramatric tests were used to analise and comment the datas. As a result of study, it was identified that leisure time of participants is sufficent, participants mostly evaluate their leisure times with sportive and social activities, and also, participant's state anxiety levels were low, on the contrary level of trait anxiety were high.

Keywords: Anxiety, Recreation, University sports festivals

1. Giriş

Kaygı sözcüğünün kökü eski Yunanca'da "anxietas" olup sözcük, endişe, korku, merak anlamına gelmektedir (Kaya ve Varol, 2004). Kaygı, kişinin tehlikeyle baş etmesine yardım eden uyum sağlayıcı bir mekanizma, temel bir insani duygu ve çok yönlü bir duygu durumu olup; bilimsel öğeleri, öznel duyguları, fizyolojik belirtileri ve davranışları içermektedir (Tektaş, 2014). Kaygı, tehdit edilen, meydan okunan bir ortamda, bireyin kendisini yetersiz görmesidir. Kaygı, olaylar tarafından oluşturulmaz, kişilerin mantıksız inançları kaygıya sebep olur. Yani önemli olan o duruma yüklenen anlamdır (Wilde, 1995) Alan yazında, işe yönelik doyumsuzluğun pek çok psikosomatik rahatsızlığa ve kaygıya neden olduğu yer almaktadır (Zalewska, 2011). İşle ilişkili doyumsuzluk, aynı zamanda ılımlı kaygıdan yoğun kaygıya varıncaya kadar değişik derecede kaygı yaratabilmektir (Köknel, 1989).

Günlük yaşamda kaygı, insanı bazen dürtüleyerek yaratıcı ve yapıcı davranışlara teşvik eder bazen de yaratıcı ve yapıcı davranışları engeller ve huzursuzluk yaratır. Genel anlamda bireyin çevresinde yaşanan ve psikolojik olaylara karşı göstermiş olduğu bir tepki olarak tanımlanan kaygı, belirli şartlarda evrensel ve olağan kabul edilir. Kaygının hoş olmama özelliği, kaygıyı olumsuzlaştırmış ve kaygının normal davranışlardan çok normal olmayan davranışlar grubunda ele alınmasına neden olmuştur. Kaygı, hem normal hem de patolojik insan davranışlarında önemli bir yere sahiptir, bu nedenle kaygı

psikolojide çok yaygın olarak incelenen kavramlardan biri haline gelmiştir (Başarı, 1990).

Kendisi ve çevresiyle bir bütün olan birey, zaman zaman var olan düzeni içerisinde, bütünlüğünün ve uyumunun sekteye uğradığı birtakım sıkıntılar ile karşılaşır. Özellikle de küreselleşme ile değişen dünyayla beraber bireyler, kendilerini doğrudan etkileyen psikolojik sorunlarından daha çok bahsetmeye başlamıştır. Korku, yalnızlık, depresyon, stres, sosyal fobi, tükenmişlik, yabancılaşma, rekabetçilik, benmerkezcilik, yalıtılmışlık gibi sorunlar bunlardan bazılarıdır (Tümlü ve Recepoğlu, 2013).

Kaygı, durumluk ve sürekli olmak üzere iki açıdan ele alınabilir. Buna göre durumluk kaygı; belli bir zamanda öznel gerginlik, evham (kuruntu) duyguları ve otonom sinir sistemi uyarılması ile karakterize geçici bir duygusal durumdur. Dolayısıyla geçici ve kısa süreli olarak kabul edilen durumluk kaygı, belli bir koşulda tehlikeli ya da tehdit edici durumlarla mücadele ederken söz konusudur. Sürekli kaygı ise, zaman içinde tezahür etmiş kaygı durumları olarak yansıtılan kaygı eğiliminde ve gelecekte yaşanabilecek kaygı olasılığında, göreceli olarak sabit bireysel farklılıklardır ve devamlı bir kişilik özelliğidir (Spielberger, 1972).

Çağımızın tekdüze günlük yaşamı içerisinde insanların yaşam zorunlulukları dışında kalan zamanlarını değerlendirmeleri sağlıklı kalabilmeleri için çok önemlidir. Teknolojik gelişmeler neticesinde çalışma saatleri giderek azalmakta, kişilerin kendilerine daha çok

zaman ayırabilmeleri mümkün olmaktadır. Bu noktada sporun büyük bir işlevi vardır. Boş

zamanların sportif aktivitelerle değerlendirilmesi, teknoloji ve şehirleşmenin birey ve toplum üzerinde meydana getireceği gerilimi önlemek için önerilmektedir (Ramazanoğlu, Altungül, Özer, 2004)

İnsan biyolojik bir varlık olduğundan dolayı her şeyden önce açlık, susuzluk ve neslini sürdürme gibi fiziksel ihtiyaçlarını karşılama ihtiyacı hisseder. Güvenlik ihtiyaçları insanın, yaşamını sürdürdüğü ortamda ve zor durumlar karşısında, yaşamını devam ettirmek ve ya yaşam kalitesini korumak amacıyla bir takım güvenceleri elde etme çabasında olur. Sosyal ihtiyaçlar ise, yaşadıkları ya da çalıştıkları ortamlarda kişilerin, kabul görölme, iyi ilişkiler kurma, olumlu duygular hissetme gibi ihtiyaçları yansıtır. Her insan yaşadığı veya çalıştığı ortamlarda; takdir ve saygı görme ihtiyacı hisseder. Bu ihtiyacını karşılamak için sorumluluk sahibi, iyi bir imaj ve güzel bir statüye sahip olmak için çaba gösterir (Furat, 2016).

Gelecek endişesi tüm canlılar içinde sadece insanda olan bir özelliktir. İnsan diğer canlılardan farklı olarak zamanın farkına varır; kendisini bekleyen bir gelecek olduğunu ve onu kontrol edemediğini görür, gelecek kaygısı yaşamaya başlar (Tarhan, 2012). Kaygı ile ilgili yapılan tanımlar incelendiğinde ortak olarak tehlike, endişe, korku ve olay kavramlarının yer aldığı görülmektedir. Bu tanımlardan yola çıkarak kaygıyı; bireylerin yakın bir zamanda karşılaçacaklarını düşündükleri olay veya durumun bireyin davranışlarına veya çevreden

gelen uyarıcılara bağlı olarak kendi isteğinin aksine sonuçlanacağını düşünmesi durumunda, kişide oluşan endişe, korku ve huzursuzluk durumu olarak tanımlayabiliriz.

Kaygı bireylerde görölme şekillerine göre farklı türlere ayrılmaktadır. Bireyler kendilerini ilgilendiren bazı anlık olaylar karşısında o olayın etkisi altında kaldıkları süre içerisinde kaygı yaşayabilecekleri gibi, bazen de yaşamları boyunca içten kaynaklanan sürekli bir kaygı durumu içerisinde olabilmektedirler (Saraç, 2015). Sosyal yaşamda giderek yaygınlık gösteren örgütlerin, hızlı değişime ayak uydurmaları ve sürekli değişimin örgütlerde temel hedef haline gelmesi, örgütlerde çalışan bireyleri iş kaybetme konusunda tedirgin etmekte ve artan geçici ilişkilerin yaygınlaşması da bireylerde duygusal açıdan doyumsuzluğu artırmaktadır (Öke, 2001).

Çokluk (2000)'a göre; gelecek tasarımı iyi yapamayan ve beklentilerini gerçekleştiremeyen kişilerin yoğun bir ümitsizlik duygusu yaşaması, stresle baş başa kalması muhtemeldir. İş yaşamında stresin iş taleplerinin sonucu olarak kabul edilebilir bir yanı olmasına karşın, bireyin kendini ortaya koyma fırsatı bulamaması ve bu yönde desteklenmemesi uzun süreli strese neden olarak tükenmişliğe dönüşebilmektedir (Tuncer 2011).

Aksu ve Yüksel (1999)'in aktardığına göre; işyerinde kaygıyı meydana getirebilecek faktörler, iş yükünün fazlalığı, rollerin belirsizliği, rol çatışması, bireyin engellenmesi, politik nedenler, birey ile görevi arasındaki uyumsuzluk, örgütün aşırı biçimsel olması,

çalışma ortamının uygun olmaması, ekonomik sıkıntı, doyum verici kişilerarası ilişkilere sahip olamama, örgütün değerleri ile bireyin değerleri arasındaki uyumsuzluk biçiminde özetlenebilir (Stephan ve Stephan, 1985; Pehlivan, 1991; Cluskey ve Vaux, 1997; Morrison ve Clements, 1997).

Bu çalışma ile, sportif rekreasyon etkinliklerine katılan üniversite personelinin bazı değişkenlere göre kaygı düzeylerinin tespit edilmesi amaçlanmıştır. Böylelikle araştırmadan elde edilecek verilere göre; olumlu veya olumsuz etkileri göz önüne alınarak, bu tarz organizasyonların üniversite personelinin kaygı düzeylerine etkisinin olup olmadığı ve devamlılığının gerekliliğinin tartışılmasına imkân sağlayacağı düşünülmektedir.

2. Yöntem

Bu bölümde; araştırmanın modeli, araştırma grubu, verilerin toplanması, veri toplama araçları ve verilerin analizi sürecinde yapılan işlemler hakkında bilgiler yer almaktadır.

2.1. Araştırma Modeli

Araştırma, betimsel tarama modelindedir. Betimsel istatistik, bir değişkene ilişkin sayısal değerlerin toplanması, betimlenmesi ve sunulmasına olanak sağlayan istatistiksel işlemlerdir (Büyüköztürk, 2010).

2.2. Araştırma Grubu

Araştırma grubunu; Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi (KMÜ) 2015-2016 Eğitim-Öğretim yılında spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan 122 (Atletizm 2 kişi, Badminton 20 kişi, Basketbol 18 kişi, Futbol 40 kişi, Voleybol 8 kişi, Satranç 10 kişi ve Masa tenisi 24 kişi) üniversite personeli oluşturmuştur.

2.3. Verilerin Toplanması

İlk olarak araştırmanın amacına ilişkin mevcut bilgiler, literatürün taranmasıyla sistematik bir şekilde verilmiştir. Böylece konu hakkında teorik bir çerçeve oluşturulmuştur. İkinci olarak, Spielberger, Gorsuch ve Lushene tarafından (1970), geliştirilen Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği kullanılmıştır.

2.3.1. Veri Toplama Araçları

Araştırma ile ilgili belirlenen amaçlara ulaşabilmek için gerekli olan veri toplama araçları sıra ile aşağıda verilmiştir:

2.3.1.1. Kişisel Bilgi Formu

Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi (KMÜ) 2015-2016 Eğitim-Öğretim yılında spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan 122 üniversite personelinin kişisel özellikleri hakkında bilgi toplamak ve araştırmada inceleme konusunun bağımsız değişkenlerini oluşturmak amacıyla araştırmacı tarafından 8 sorudan oluşan bilgi formu hazırlanmıştır.

2.3.1.2. Spielberger Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği

Spielberger, Gorsuch ve Lushene tarafından (1970), geliştirilen envanter, durumluk ve sürekli kaygıyı ölçen 20'şer madde ile iki alt ölçekten oluşmaktadır. *Durumluk Kaygı Alt Ölçeği (STAI-S)*, bireyin belli bir anda ve belli koşullarda; *Sürekli Kaygı Alt Ölçeği (STAI-T)* ise, genellikle nasıl hissettiğini betimlemek amacı ile kullanılmaktadır. Envanter 4 noktalı ölçekler aracılığıyla cevaplanmaktadır Durumluk Kaygı Alt Ölçeği maddelerinde ifade edilen duygu ve davranışlar, bu tür yaşantıların şiddet derecesine göre “(1) Hiç”, “(2) Biraz”, “(3) Çok” ve “(4) Tamamıyla” seçeneklerinden biri seçilerek belirtilir. Sürekli Kaygı Alt Ölçeği maddelerinde ifade edilen duygu ve davranışlar ise, sıklık derecelerine göre; “(1) Hemen Hiçbir Zaman”, “(2) Bazen”, “(3) Çok Zaman” ve “(4) Hemen Her Zaman” şeklinde işaretlenir. Her bir alt ölçekten alınan yüksek puanlar, kaygı düzeyinin yüksek olduğunu göstermektedir.

2.3.2. Veri Toplama Süreci

Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi (KMÜ) 2015-2016 Eğitim-Öğretim yılında spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan 122 üniversite personeline aktivite öncesi ulaşılarak veri toplama aracı uygulanmıştır.

2.3.3. Verilerin Analizi

Verilerin çözüm ve yorumlanmasında tek yönlü ANOVA ve t-testi kullanılarak anlamlılık $P>0.05$ alınmıştır. Aradaki fark için ise, Tukey HSD testi yapılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde ve

hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 21 (Statistical package for social sciences) paket programı kullanılmıştır.

3. Bulgular

3.1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin veriler ve yorumları aşağıda verilmiştir.

Tablo 1. Araştırmaya Katılan Örneklem Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Dağılımı

Katılımcıların Kişisel Özellikleri	N	%
Yaş	18-25	8,2
	26-33	49,2
	34 ve +	42,6
Mezuniyet	Lisans	47,5
	Önlisans	23,0
	Lisansüstü	29,5
Aylık gelir	2001-3000	39,3
	3001-4000	50,8
	4000 ve +	9,8
Baba öğrenim	İlkokul	30,3
	Ortaokul	39,3
	Lise	30,3
	Lisans ve +	-
Medeni durum	Evli	59,0
	Bekar	41,0
Anne öğrenim	İlkokul	12,3
	Ortaokul	35,2
	Lise	41,8
	Lisans ve +	10,7
Boş zamanınız yeterli mi?	Yeterli	38,5
	Kesinlikle yeterli	61,5
Boş zamanınızı nasıl değerlendirirsiniz?	Sportif etkinliklere katılarak	37,7
	Sosyal etkinliklere katılarak	35,2
	Dinlenerek	27,0

Tablo 1 incelendiğinde, katılımcıların yaş değişkenine göre; 10 (%8,2)'u 18-25 yaş, 60 (%49,2)'i 26-33 yaş, 52 (%42,6)'si, 34 ve üzeri yaş aralığında oldukları, mezuniyet değişkenine göre; 58 (%47,5)'i lisans, 28 (%23,0)'i önlisans, 36 (%29,5)'sı lisansüstü mezundur. Katılımcıların aylık gelir değişkenine göre 48 (%39,3)'i 2001-2000 TL, 62 (%50,8)'si 3001-4000 TL, 12 (%9,8)'si ise 4001 ve üzeri gelir durumuna sahip oldukları; katılımcıların babalarının öğrenim durumlarının 37 (%30,3)'sinin ilkokul, 48 (%39,3)'inin ortaokul, 37 (%30,3)'sinin ise lise mezunu, lisans ve üzeri mezunu olmadıkları, katılımcıların medeni durum değişkenine bakıldığında 72 (%59,0)'sinin evli, 50 (%41,0)'inin bekar olduğu; katılımcıların annelerinin öğrenim durumlarının 15 (%12,3)'inin ilkokul, 43 (%35,2)'ünün ortaokul, 51 (%41,8)'inin ise lise, 13 (%10,7)'ünün lisans ve üzeri mezunu olduğu; katılımcıların boş zamanlarının yeterli mi değişkenine göre 47 (%38,5)'si yeterli, 75 (%61,5)'i kesinlikle yeterli cevabını verdikleri; katılımcıların boş zamanlarını nasıl değerlendirdikleri değişkenini ise 46 (%37,7)'sı sportif etkinliklere katılarak, 43 (%35,2)'ü sosyal etkinliklere katılarak, 33 (%27,0)'ü ise dinlenerek şeklinde belirtmişlerdir.

3.2. Kaygı Ölçeğine İlişkin Bulgular

Bu bölüm de araştırmaya katılan üniversite personelinin durumluluk ve sürekli kaygı düzeylerine yönelik uygulanacak analizler için normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek için

yapılan One-Sample Kolmogorov-Smirnov analizinin sonuçları Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Sportif Rekreasyon Aktivitelerine Katılan Bireylerin Kaygı Düzeylerini Gösteren One-Sample Kolmogorov-Smirnov Testi Sonuçları

	Durumluluk	Sürekli
N	122	122
\bar{X}	63,5984	48,3689
Ss	11,89948	8,18000
Kolmogorov-Smirnov Z	1,366	1,340
P	,068	,065

Tablo 2 incelendiğinde, durumluluk kaygı ve süreklilik kaygı boyutlarının $P>0.05$ olduğu görülmektedir. Bu bulgular verilerin normal dağılıma uygun olduğunu göstermektedir.

Tablo 3. Katılımcıların Genel Olarak Durumluk Kaygı ve Süreklilik Kaygı Puanına İlişkin Sonuçları

	n	Ort.	Ss	Min	Max	Ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek puan
Durumluk	122	63,5984	11,89948	45,00	100,00	20-80
Sürekli	122	48,3689	8,18000	28,00	62,00	20-80

Tablo 3 incelendiğinde, katılımcıların durumluk kaygı puanları $\bar{X} = 63,59$ olarak bulunmuştur. Buna göre; durumluk kaygı puanı \bar{X}

=63,59, ölçekten alınabilecek değerler göz önüne alındığında (Ölçekten alınabilecek değer en düşük 20 en yüksek 80) ortalamanın üstünde olduğu anlaşılmaktadır. Buradan da katılımcıların durumluk kaygı puanlarının yüksek olduğu söylenebilir.

Katılımcıların sürekli kaygı puanları $\bar{X}=48,36$ olarak bulunmuştur. Buna göre; sürekli kaygı puanı $\bar{X}=48,36$, ölçekten alınabilecek değerler göz önüne alındığında (Ölçekten alınabilecek değer en düşük 20 en yüksek 80) ortalamanın altında olduğu anlaşılmaktadır. Buradan da katılımcıların sürekli kaygı puanlarının düşük olduğu söylenebilir.

Tablo 4. Katılımcıların Baba Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Kaygı Ölçeği Puanına Ait F Testi Sonuçları

		n	\bar{X}	Ss	Sd	F	P-değer i	Fark
Durumlu k	İlkokul	3	62,837	11,2113				
		7	8	9				
	Ortaokul	4	61,750	11,1689	11	1,99	,141	-
		8	0	2	9	0		
	Lise ve +	3	66,756	13,1136				
		7	8	2				
Sürekli	İlkokul	3	45,783	8,04203				
		7	8					
	Ortaokul	4	48,166	9,05617	11	4,33	,015	1-3
		8	7		9	0		
	Lise ve +	3	51,216	6,15600				
		7	2					

Tablo 4 incelendiğinde, katılımcıların baba öğrenim durumu değişkenine göre durumluk kaygı ($F=1,990$, $p:0,141$) düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmazken, sürekli kaygı düzeyinde ($F=4,330$, $p:0,015$) ilkokul, lise ve daha üst seviyede eğitim alan babaların öğrenim durumlarında anlamlı bir fark bulunmuştur.

Tablo 5. Katılımcıların Boş Zamanlarını Değerlendirme Değişkenine Göre Kaygı Ölçeği Puanına Ait F Testi Sonuçları

	n	\bar{X}	Ss	Sd	F	P-Değeri	Fark	
Durumluk	Fiziksel etkinliklere katılarak	46	59,2174	10,71844	119	6,475	,002	1-2
	Sosyal etkinliklere katılarak	43	67,8837	12,20111				
	Dinlenerek	33	64,1212	11,22151				
Sürekli	Fiziksel etkinliklere katılarak	46	45,7826	8,45882	119	3,964	,022	1-2
	Sosyal etkinliklere katılarak	43	50,2791	6,52951				
	Dinlenerek	33	49,4848	8,97956				

Tablo 5 incelendiğinde, katılımcıların boş zamanlarını değerlendirme durumlarına göre durumluk kaygı ($F=6,475$ $p:0,002$) ve sürekli kaygı ($F=3,964$, $p:0,022$) düzeylerinde ise fiziksel etkinliklere katılarak ve sosyal etkinliklere katılarak değişkenleri arasında anlamlı bir fark bulunmuştur.

4. Tartışma ve Sonuç

Katılımcıların çoğunluğunun boş zamanlarını sportif ve sosyal aktivitelere katılarak değerlendirmelerinin nedenini, diğer bireylerle etkileşim içerisinde bulunabileceği ortamların temelini sportif ve sosyal aktiviteler oluşturduğu için bu tür aktiviteleri tercih ettikleri şeklinde yorumlanabilir. Suiçmez (2000)'in çalışmasında, belirtmiş olduğu boş zamanların aktif ve etkin bir şekilde değerlendirilmesi çalışan nüfusun iş saatleri dışında karşılaşacağı can sıkıntısı ile savaşıma ve böylece kişisel ve toplumsal mutluluk duygusunu elde etmek gibi değerlere önem kazandıracığı yorumu, boş zamanlarını dinlenmek yerine sportif ve sosyal aktivitelere katılımla değerlendireceğini tespit ettiğimiz çalışma sonucumuzla paralellik göstermektedir.

Sürekli kaygı düzeylerinin düşük olmasını, devlet memuru statüsünde çalışıyor olmasından kaynaklı maddi açıdan gelecekle ilgili bir endişe duymuyor olmalarıyla ve yaşamış oldukları rutin hayat şartlarıyla ilişkilendirebiliriz. Durumluk kaygı düzeylerinin yüksek çıkmasının ise; müsabaka öncesinde katılacakları sportif rekreasyon aktivitelerinin sonucunun belli olmayışı ve sonucun kendisi için önemli olabileceğinden dolayı olduğu düşünülmektedir. Koç (2014)'un çalışmasındaki, durumluluk kaygının müsabakalar

öncesinde ve sonrasında sporcular için önemli bir kaygı türü olabileceği sonucu çalışma ile paralellik göstermektedir.

Katılımcıların baba öğrenim durumu değişkenine göre sürekli kaygı düzeylerinde; babasının öğrenim durumu ilkökul ile lise ve üstü olanlar arasında fark anlamlı bulunmuştur. Bunun nedeni olarak, ilkökul mezunu bir bireyle lise ve üzeri bir öğrenim düzeyine sahip birey arasında yaşamla ilgili duyulan kaygıda farklılık olabileceği düşünülmektedir. Böyle bir baba profiliyle yetişen bir bireyde de aynı seviyede bir kaygının olabileceğinden söz edebiliriz. Birol (2014) tarafından yapılan çalışmada, babaların öğrenim seviyelerinin, üniversite öğrencilerinin kaygı düzeyleri üzerinde anlamlı bir etkisinin olmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuç, bulguları destekler nitelikte değildir. Fiziksel aktiviteye katılan bireylerin, buldukları aktivite esnasında sürekli bir performans harcama durumuyla karşı karşıya bulunmaları ve o sportif aktivite dışında başka hiç bir şeye odaklanmıyor olmaları, durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin sosyal aktivitelere katılanlara nazaran daha düşük olmasını açıklar niteliktedir.

5. Kaynaklar

Aksu, A. ve Yüksel, F. (1999). Kocaeli üniversitesi öğretim elemanlarının kaygı düzeyleri. *Eğitim ve Bilim*, 23 (111), 61.

Başarır, D. (1990). *Ortaokul Son Sınıf Öğrencilerinde Sınav Kaygısı, Durumluk Kaygı, Akademik Başarı ve Sınav Başarısı Arasındaki*

İlişkiler. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Biol, S.Ş. (2014). The Research Of State And Continual Anxiety Effects On University Students, *Prime Journal of Social Science*, 3 (9), 854.

Büyüköztürk,Ş.(2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.

Cluskey, G. R. and Vaux, A. (1997). Vocational Misfit: Source of Occupational Stress Among Accountants, *Journal Of Applied Business Research*, 13, Issue 3, 43-55.

Çokluk, Ö. (2000). *Örgütlerde Tükenmişlik: Yönetimde Çağdaş Yaklaşımlar*. (Edit: Cevat Elma ve Kamile Demir). Ankara: Anı Yayıncılık.

Furat, H. (2016). *Çalışma Hayatı, Duygusal Zekâ, İş Doyumu ve Karşılıklı İlişkileri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Yönetimi Anabilim Dalı,

Kaya, M. ve Varol, K. (2004). İlahiyat Fakültesi öğrencilerinin durumluksüreklilik kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri (Samsun örneği). *Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17; 31-63.

Koç, İ.Y. (2014). *KPSS'ye Hazırlanan Öğretmen Adaylarının Öğrenme Stilleri İle Sınav Kaygıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Köknel Ö. (1989). *Genel ve Klinik Psikiyatri*, İstanbul: Nobel Kitapevi,

Morrison, D. and Clements, R. (1997) The Effect of One Partner's Job Characteristic On The Other Partner's Distress: A Serendipitous, But Naturalistic, Experiment, *Journal Of Occupational and Organizational Psychology*, 70 (4), 307-325.

Öke, M. K. (2001). *Küresel Toplum*, İstanbul, Avrasya Stratejik Araştırmalar Vakfı Yayınları,

- Pehlivan, İ. (1991). Örgütsel Stres Kaynakları ve Verimlilik. *Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 24 (2), 791-802.
- Ramazanoğlu, F., Altungül, O. ve Özer, A. (2004). Sportif Açıdan Rekreasyon Etkinliklerinin Değerlendirmesi. *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, 177-178.
- Saraç, T. (2015). *Son Sınıf Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı ve Umutsuzluklarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi Ahi Evran Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.
- Spielberger, C.D., Gorsuch, R.L., and Lushene, R.E. (1970). Manual for the State-Trait Anxiety Inventory. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Spielberger, C.D. (1972). Anxiety as an Emotional State, Current Trend in Theory and Research içinde, Spielberger, Charles D. (derl.), Vol. 1, New York: Academic Press, s.24-49.
- Suiçmez, H. (2000). *Türkiye ve İngilteredeki Sportif Rekreasyon Yöneticilerinin Karakteristik Özellikleri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Stephan, W.G. and Stephan, C. (1985). Intergroup Anxiety, *Journal of Social Issues*, Vol. 41, 157- 176.
- Tarhan, N. (2012). *Genç Arkadaşım*. İstanbul: Timaş Yayınları
- Tektaş, N. (2014). Üniversite mezunlarının kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, Dr. Mehmet YILDIZ Özel Sayısı; 243- 253.
- Tuncer, M. (2011). Yükseköğretim Gençliğinin Gelecek Beklentileri Üzerine Bir Araştırma, *International Periodical For the Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*. 6 (2), 936.
- Tümlü, G.Ü. ve Recepoğlu, E. (2013). Üniversite Akademik Personelinin Psikolojik Dayanıklılık ve Yaşam Doyumu Arasındaki İlişki, *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 3 (3), 206.

Wilde, J. (1995). Treating anger, anxiety, and depression in children and adolescents. United States of America: Taylor&Francis Ltd.

Zalewska, A.M. (2011). Relationships between anxiety and job satisfactionthree approaches: 'Bottom-up', 'top-down' and 'transactional'. *Personality and Individual Differences*, 50 (7), 977-986.

Extended Abstract

The word anxiety is rooted in ancient Greek, "anxietas" and there is a word, anxiety, fear, curiosity (Kaya and Varol, 2004). Work-related dissatisfaction can also cause anxiety at different levels from moderate to intense (Köknel, 1989). This work is to aim the determination of the anxiety levels of the university staff participating sportive recreative activities in sports festivals. Thus, according to the information obtained without research; It is considered that such organizations will be able to discuss the necessity and continuity of university staff's anxiety levels and whether they are affected by the positive or negative effects. Research is a descriptive study. Descriptive statistics are statistical processes that allow the collection, description and presentation of numerical values for a variable (Büyüköztürk, 2010). Research group; 120 Universty staff (Athletics 2 people, Badminton 20 people, Basketball 18 people, Soccer 40 people, Volleyball 8 people, Chess 10 people and Table tennis player) participating participated in sports recreation activities included in sports festivals in 2015-2016 academic year in Karamanoglu Mehmetbey University. First, the available information on the purpose

of the research was given in a systematic way by searching the literature. Thus, a theoretical framework has been established. Secondly, the developed State and Trait Anxiety Inventory was used by Spielberger, Gorsuch, and Lushene (1970). A questionnaire consisting of 8 questions was prepared by the researcher in order to gather information about personal characteristics and also for his work, State Anxiety Subscale (STAI-S) developed by Spielberger, Gorsuch and Lushene (1970) was used. One-way ANOVA and t-test were used for the interpretation and interpretation of the data. For the difference, the Tukey test was done. SPSS 21 (Statistical package for social sciences) package program was used to evaluate the data and to calculate the calculated values. As a result of study, it was identified that leisure time of participants is sufficient, participants mostly evaluate their leisure times with sportive and social activities, and also, participant's state anxiety levels were low, on the contrary level of trait anxiety were high.