

SPORTİF REKREASYON AKTİVİTELERİNE KATILAN ÖĞRENCİLERİN SÜREKLİ ÖFKE VE ÖFKE İFADE TARZLARININ BELİRLENMESİ

¹Elif AYDIN, ²Alparslan İNCE

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Karaman, TÜRKİYE.

²Ordu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Ordu, TÜRKİYE.

Özet

Bu araştırma; Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını belirlemek amacıyla yapılmıştır. Araştırma modeli olarak nicel araştırma yöntemlerinden betimsel yöntem benimsenmiştir. Araştırma grubunu sportif rekreasyon aktivitelerine katılan 258 öğrenci oluşturmaktadır. Spielberger ve arkadaşları tarafından 1980 yılında geliştirilen ve 1997 yılında Savaşır ve Şahin tarafından Türkçeye uyarlanan “Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği” ve beden eğitimi öğretmenlerinin kişisel özelliklerini belirlemek için araştırmacı tarafından geliştirilen “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. Ölçümlerin, normal dağılıma uygun olup olmadığını belirlemek için tek örneklem Kolmogorov Smirnov Testi uygulanmıştır. Normal dağılım gösterdiği için verilerin çözüm ve yorumlanmasında, Normal dağılım göstermeyen veriler için non-parametrik testlerden Kruskal-Wallis Testi ve Mann Whitney U testleri kullanılarak anlamlılık $P<0,05$ alınmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 21 (Statistical Package for Social Sciences) paket programı kullanılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerin sürekli öfke puan ortalamaları (Ort.=20,64), öfke ifade tarzı alt boyutlarından içe vurulan öfke puan ortalamaları (Ort.=18,42), dışa vurulan öfke puan ortalamaları (Ort.=18,04) düşük seviyelerde olduğu fakat, kontrol altına alınmış öfke puan ortalamaları (Ort.=19,38) ise orta seviyeye yakın olduğu söylenebilir. Kişisel özelliklere göre ise sürekli öfke ve öfke ifade tarzı sporcuların yaş, sınıf, yaşadığı yer, baba mesleği, anne iş durumu, baba ve anne öğrenim durumu, boş zaman yeterli mi? ve boş zamanlarınız nasıl değerlendirirsiniz? değişkenlerine göre anlamlı bir farklılık bulunurken, aktif spor yapma ve spor türü değişkenlerine göre ise anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Anahtar Kelimeler: Öfke, Sporcu, Üniversite

DETERMINATION OF STUDENTS’ TRAIT ANGER AND ANGER EXPRESSION STYLES PARTICIPATING IN SPORTIVE RECREATIONAL ACTIVITIES

Abstract

This research was done with the aim of determining of the students’ trait anger and anger expression styles participating in sportive recreational activities in Karamanoglu Mehmetbey University. Descriptive method, one of the quantitative research methods, was adopted as the search model. Research group consisted of 258 male athletes who participated in sportive recreational activities. “The State-Trait Anger Scale (STAS)” developed by Spielberger and adapted into Turkish by Savaşır and Sahin in 1997 and “Personal Information Form” which was developed by researcher in order to determine personal characteristic of athletes, were used as data collection tool. Unique sample Kolmogorov Smirnov Test was used in order to see whether measurements were proper for normal dispersion. Kruskal-Wallis Test and Mann Whitney U test were used on analyzing and interpreting of data since it was a unnormal dispersion and meaningfulness was determined as $P<0,05$. SPSS 21 (Statistical package for social sciences) packet programme was used for evaluating data and finding calculated values. It can be said that the trait anger point average of the athletes participated in the research with (Mean=20,64), internalized anger point average (Mean=18,42), sub dimension of anger locution, and externalized anger point average (Mean=18,04) was low but, their controlled anger point average was mid-level with (Ort.=19,38). Meaningful difference was found in terms of personal characteristic on trait anger and anger types of participants’ age, class which they study at, place where they live, parents occupation, parents education, Is your free time enough? and How do you spend your free time? variables, whereas meaningful difference was not found on active sports situation and sports type variables.

Key Words: Anger, Athlete, University

Giriş

Biyolojik ve sosyal bir varlık olan insanın, yaşamını sürdürebilmesi için birtakım fizyolojik, psikolojik ve sosyal gereksinimleri vardır. Bu gereksinimlerinin karşılanması sürecinde olumlu veya olumsuz gelişmeler, bireyin uyum düzeyini etkilemektedir. Birey bu uyum sürecinde hem kendine yönelik hem de çevresine yönelik tutumlar geliştirebilmektedir. (Avşaroğlu, 2007). Spor, çoğu rekreasyon formları arasında boş zamanın artmasıyla, yerini almıştır (Ramazanoğlu, Altungül ve Özer, 2004). Rekreasyon dendiğinde genellikle insanların zihninde büyük oranda fiziksel aktivitelere dayalı sportif faaliyetler gelmektedir. Spor aktiviteleri veya diğer bir deyişle rekreasyonel sporlar çağımızda gittikçe popüler hale gelen ve yaygınlaşan bir boş zaman etkinliği olarak rekreasyonun büyük bir bölümünü oluşturmaktadır. Her kesime hitap etmesi, ulaşılabilirliğinin kolay olması, sağlıklı yaşam ve zinde kalma gibi olumlu nitelikler taşıması sportif rekreasyonun güçlü yanları arasındadır. yapılan bilimsel araştırmalar sonucunda, rekreasyon amaçlı sportif faaliyetleri tercih eden insanların sayısının, diğer rekreatif faaliyetlere katılanların sayısından daha fazla olduğu ortaya çıkmıştır (Şahin ve Kocabulut, 2014). Günümüzde serbest zamanı değerlendirme bir yaşam biçimi haline almıştır. Bu sebeple; serbest zaman faaliyetlerinin artması ve serbest zamanın değerlendirme yelpazesinin genişletilmesi için çeşitli program ve projelerin üretilmesi bir zorunluluk haline gelmiştir. Aktif veya pasif dâhil olunan aktiviteler, bireylerin uğraş alanı içindeki yaşam biçimini etkileyen çabaları da içine alarak bireylerin toplumun içinde yer almalarına yardım etmekte (Yerlisu Lapa ve Ardahan, 2011), sosyalleşmeyi, özgüven becerisini, sosyal uyum becerisini ve yaşam motivasyonunu hedeflemektedir (Yazıcıoğlu 2010). İnsanlar doğal özellikleri itibarıyla sosyal özellikleri ile beraber yaratılmışlardır. İnsanlar birbiriyle olan ilişkilerinde sadece temel fizyolojik ihtiyaçlarını karşılamazlar. Aynı zamanda katılım, kabullenme, yakınlık gibi sosyal ihtiyaçlarını da giderirler. Sosyalleşme uzun bir süreçtir. Boş zaman aktiviteleri de sosyalleşme için bir hizmet sürecidir. Özellikle boş zamanlarda kazanılan davranışlar bütün yaşamı etkiler (Kaya 2011). Sosyalleşme sürecinde bireyin içinde yaşadığı toplumun rol beklentilerini ve değerlerini öğrenir. Sosyalleşme sürecinde katılımcılar sosyal ihtiyaçlarını karşılar. Bu kişide bir tatmin yaratır ve kendini tanımasına yardımcı olur. Kişi boş zaman faaliyetlerine katılarak kendisi için ikinci bir kimlik oluşturma sürecine de girebilir. Birçok insan için boş zaman etkinliklerine katılmak, onların sosyal statüsünü yükseltir (Karaküçük, 2005). Öfke, Türk Dil Kurumu sözlüğünde, engellenme, incinme veya gözdağı karşısında gösterilen saldırganlık tepkisi; kızgınlık, şiddet olarak tanımlanmaktadır (Türk Dil Kurumu [TDK], 2014). Ruh Bilimleri sözlüğünde ise, “engellenme, saldırıya uğrama, tehdit edilme, yoksun bırakma, kısıtlama vb. durumlarda hissedilen ve genellikle neden olan şeye ya da kişiye yönelik su ya da bu biçimde saldırgan davranışlarla sonuçlanabilen oldukça yoğun olumsuz bir duygu (Budak, 2000) olarak tanımlanmaktadır. Öfke ifade tarzları bireyden bireye farklılık göstermektedir. Bu ifade tarzları ise, dışa dönük öfke, içe dönük öfke ve kontrol edilebilen öfke değişkenleri ile ölçülmektedir. Spielberger’ e (1991) göre, duyguları bastırma eğilimi, içe dönük öfke; insanlara ve/veya nesnelere yönelik saldırgan davranışlar gösterme

eğilimi dışa dönük öfke; öfke ifadesini önleme eğilimi ise kontrol edebilme yeteneğini göstermektedir (Spielberger, 1991'den aktaran: Bridewell ve Change, 1997). Bastırılan öfkeler birikir, ancak belirli bir sınırı aşınca ilk olayda tümünden dışa vurulur, ancak bu kez de verilen tepki, yaşanmış olan en son olaya göre şiddetli olur. Bunun sonucunda ortaya çıkan durum kişinin suçluluk duygusu yaşamasına yol açar. Bu suçluluk duygusu daha sonraki öfke tepkilerinin tekrar bir patlama olana kadar bastırılmasına neden olur. Böylece “Biriktirme-Boşaltma-Suçlama-Yeniden Biriktirme” biçiminde işleyen bir döngü yerleşir (Geçtan, 1990). Sürekli öfke ise durumsal öfkenin genelde ne sıklıkla yaşandığını yansıtan bir kavramdır. Kişiler öfkelerini içte tutma ya da dışa vurma şeklinde ifade ederler. Bazen ise öfke tepkilerini kontrol edebilirler. Öfkenin içte tutulması, bastırılması, tepkilerin belli edilmemesidir. Öfkenin dışa vurulması, tepkilerin kişilere veya objelere yansıtılmasıdır. Öfkeyi kontrol etmek ise, kişilerin başkalarıyla olan ilişkilerinde ne derece sabırlı, soğukkanlı, hoşgörülü, anlayışlı davrandığı ve mantığa bürünme, bastırma, inkâr gibi savunmalarını ne derece kullandığı ile ilgilidir (Özer, 1994).

Her insanın doğasında olan öfke duygusunun yaşanmasında ve ifade edilmesinde 3 temel boyut vardır:

1. Fizyolojik boyut
2. Bilişsel ve duygusal boyut
3. Davranış ve tepki boyutu

Fizyolojik olarak öfke, öfkenin kaynağı olan durum ortaya çıktığı andan itibaren bedende oluşan değişiklikleri içermektedir. İnsandaki duygular, heyecanlar ve bedenini kendini korumasıyla ilgili başlıca merkezler limbik sistem ve bu sistemde yer alan hipotalamusta bulunmaktadır. Hipotalamusun uyarılması öfkeli davranışı yaratacak olan süreci başlatır (Stearns, 1972). Yapılan araştırmalar sonucunda, fizyolojik (genel sempatik uyarılma, tansiyon düzensizliği), bilişsel (akılcı olmayan inançlar, otomatik düşünceler), algısal (öfkeyi öznel fark ediş, öfke duygularını etiketleme) ve davranışsal (yüz ifadeleri, sözel ve davranışsal ifade ediş) değişkenlerden oluşan çok yönlü bir yapıdır (Yılmaz, 2004). Öfkenin açıkça ifade edilmemesi ve içe atılarak bastırılması öfkeyi ve öfke kaynağı olan sorunu ortadan kaldırmaz. Öfkenin sürekli bastırılması çeşitli bedensel ve duygusal sorunlara neden olabilir. Öfkeyi içe yöneltmek ve bastırmak bireyde alışkanlığa dönüştüğünde kişisel ilişkilerinde de sorunlara zemin hazırlar ve sorun devam eder. Sürekli biriken öfke kişiler arasında gücenmelere, beklenmedik bir anda kişinin denetimsiz ve aşırı öfke tepkileri sergilemesi ve çok daha yıkıcı sonuçlara neden olabilir (Yılmaz, 2004).

Materyal ve Yöntem

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

Araştırma Modeli

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

Araştırma Grubu

Araştırma grubunu; Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi (KMÜ) 2015-2016 Eğitim-Öğretim yılında spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan 258 öğrenci (Atletizm 8 kişi, Badminton 10 kişi, Basketbol 31 kişi, Futbol 133 kişi, Voleybol 38 kişi, Tenis 14 kişi, Satranç 10 kişi ve Masa tenisi 14 kişi) oluşturmuştur.

Verilerin Toplanması

İlk olarak araştırmanın amacına ilişkin mevcut bilgiler, literatürün taranmasıyla sistematik bir şekilde verilmiştir. Böylece konu hakkında teorik bir çerçeve oluşturulmuştur. İkinci olarak, “Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği” (The State Trait Anger Scale-STAS) tesadüfi örneklem yoluyla araştırmaya katılan katılımcılara yerinde uygulanmıştır.

Veri Toplama Araçları

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

Kişisel Bilgi Formu

Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi (KMÜ) 2015-2016 Eğitim-Öğretim yılında spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan 258 öğrencilerin kişisel özellikleri hakkında bilgi toplamak ve araştırmada inceleme konusunun bağımsız değişkenlerini oluşturmak amacıyla araştırmacı tarafından 11 sorudan oluşan bilgi formu hazırlanmıştır.

Sürekli Öfke ve Öfke Tarz Ölçeği (SÖÖTÖ)

Durumluk Sürekli Öfke İfadesi Ölçeği iki aşamada geliştirilmiştir. İlk aşamada 20 maddelik Durumluk Sürekli Öfke Ölçeği, Spielberger ve arkadaşları tarafından 1980 ile 1983 yılları arasında yapılan çalışmalar sonucu oluşturulmuştur. 30 maddelik ilk ölçek formu 146 üniversite öğrencisi ile 270 askere uygulanmış, en uygun geçerli ve yüksek iç tutarlılığı olan maddeler (20) madde seçilmiştir. Dörtlü likert tekniğiyle değerlendirilen 20 maddenin 10 tanesi durumluk öfkeyi, 10 tanesi de sürekli öfkeyi ölçmeye yönelik olarak hazırlanmıştır. Ölçeğin geliştirilmesindeki ikinci aşamada, öfkenin ifade edilme tarzının da önemli olduğu göz önünde bulundurularak, bastırılmış, içe yönelik ve dışa yönelik öfke ifadelerini ölçmeyi amaçlayan 24 maddelik bir ölçek eklenmiştir (Savaşır ve Şahin, 1997). Sürekli Öfke Ölçeği'nin yönergesinde kişinin genelde kendisini nasıl hissettiği; öfke tarz ölçeğinde ise genelde ne kadar sıklıkla sözü edilen şekilde davrandığını belirtmesi istenmektedir. Öfke

ifade Tarzı Ölçeği'nde maddeler rastgele bir dağılıma göre sıralanmışlardır. Bu dağılım ölçeğin İngilizce orijinaline göre yapılmıştır. Ölçekte öfkelendiğimde ya da kızdığımında ortak cümlesi her üç maddede bir tekrarlanmaktadır. Ölçeğin ilk 10 maddesi Sürekli Öfke düzeyini ölçen maddeleri içermektedir. Geriye kalan 24 madde ise Öfke İfade Tarzı ile ilgilidir. Bu maddelerin 8 tanesi öfkeyi dışa vurma, 8 tanesi öfkeyi içte tutma, 8 tanesi de öfkeyi kontrol etme ile ilgilidir (Özer, 1994).

Yapılan bu çalışmanın sürekli öfke tarzı iç tutarlık (Cronbach Alpha) güvenilirlik katsayısı ,84 ve öfke ifade tarzlarından öfke içe ,82, öfke dışa ,68 ve kontrol altına alınmış öfke katsayısı ,76 olarak bulunmuştur.

Verilerin Analizi

Verilerin çözüm ve yorumlanmasında Kruskal Wallis-H testi ve Mann Whitney-U testi kullanılarak anlamlılık $P < 0,05$ alınmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 21 (Statistical package for social sciences) paket programı kullanılmıştır.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Testleri

Bu bölüm de araştırmaya katılan öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarına yönelik uygulanacak analizler için normal dağılım veya normal olmayan dağılımı gösteren One-Sample Kolmogorov-Smirnov testlerinin tablosuna yer verilmiştir.

Tablo 2. Sportif Rekreasyon Aktivitelerine Katılan Bireylerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarını Gösteren One-Sample Kolmogorov-Smirnov Testi

| | Sürekli Öfke | İçe Vurulan Öfke | Dışa Vurulan Öfke | Öfke Kontrol |
|-----------------------------|--------------|------------------|-------------------|--------------|
| n | 258 | 258 | 258 | 258 |
| Mean | 20,6395 | 18,4186 | 18,0465 | 19,3837 |
| Std. Deviation | 5,28616 | 4,12961 | 3,51065 | 3,71505 |
| Kolmogorov-Smirnov Z | 1,462 | 1,428 | 1,522 | 1,930 |
| p | ,028 | ,023 | ,019 | ,001 |

Tablo 2'ye bakıldığında Sürekli öfke boyutu, öfke içe vurma, öfke dışa vurma ve öfke kontrol alt boyutları $P < 0,05$ olduğu görülmektedir. Buda bize verilerin normal dağılıma uygun olmadığını göstermektedir.

Bulgular

Araştırma Grubunun Kişisel 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 | 17-18 | 15 5,8 |
| | 19-20 | 66 25,6 |
| | 21-22 | 135 52,3 |
| | 23-24 | 42 16,3 |
| Sınıf | 1. sınıf | 57 22,1 |
| | 2. sınıf | 96 37,2 |
| | 3. sınıf | 66 25,6 |
| | 4. sınıf | 39 15,1 |
| Yaşadığı Yerleşim Yeri | Büyükşehir | 78 30,2 |
| | Şehir | 102 39,5 |
| | İlçe | 57 22,1 |
| | Köy | 21 8,1 |
| Baba Mesleği | Memur | 39 15,1 |
| | İşçi | 90 34,9 |
| | Esnaf | 39 15,1 |
| | Çiftçi | 18 7,0 |
| | Emekli | 42 16,3 |
| | Serbest meslek | 30 11,6 |
| Anne İş Durumu | Çalışıyor | 24 9,3 |
| | Çalışmıyor | 234 90,7 |
| Baba Eğitim | İlkokul mezunu | 72 27,9 |
| | Ortaokul mezunu | 102 39,5 |
| | Lise mezunu | 63 24,4 |
| | Lisans mezunu | 21 8,1 |
| Anne Eğitim | Okur yazar değil | 30 11,6 |
| | Okur yazar | 72 27,9 |
| | İlkokul mezunu | 105 40,7 |
| | Ortaokul mezunu | 27 10,5 |
| Aktif Spor Yapma Durumu | Lise mezunu | 24 9,3 |
| | Spor yapıyor | 168 65,1 |
| | Spor yapmıyor | 90 34,9 |
| Aktif Spor Yapma Türü | Bireysel spor | 81 31,4 |
| | Takım sporu | 177 68,6 |
| Boş Zaman Yeterli mi? | Yetersiz | 63 24,4 |
| | Normal | 108 41,9 |
| | Yeterli | 63 24,4 |
| | Kesinlikle yeterli | 24 9,3 |
| Boş Zaman Değerlendirme Aktivitesi | Fiziksel etkinliklere katılarak | 54 20,9 |
| | Sosyal etkinliklere katılarak | 99 38,4 |
| | Sanatsal etkinliklere katılarak | 12 4,7 |
| | Turistik etkinliklere katılarak | 18 7,0 |
| | Dinlenerek | 75 29,1 |

Tablo 3. Katılımcıların Genel Olarak Sürekli Öfke-Öfke İfade Tarzı Ölçeği Alt Boyutlarıyla Toplam Puna İlişkin Sonuçları

| | n | Ort. | Ss | Min | Max | Ölçekten alınabilecek en düşük ve en yüksek puan |
|-----------------------------|-----|---------|---------|-------|-------|--|
| Sürekli Öfke | 258 | 20,6395 | 5,28616 | 10,00 | 34,00 | 10-40 |
| İçe Vurulan Öfke | 258 | 18,4186 | 4,12961 | 8,00 | 28,00 | 8-32 |
| Dışa Vurulan Öfke | 258 | 18,0465 | 3,51065 | 9,00 | 27,00 | 8-32 |
| Kontrol altına alınmış Öfke | 258 | 19,3837 | 3,71505 | 12,00 | 30,00 | 8-32 |

Tablo 3'e bakıldığında Sürekli öfke boyutu, öfke içe vurma, öfke dışa vurma ve öfke kontrol alt boyutları incelenmiştir. Buna göre; sürekli öfke puanı ortalamasının altında olduğu anlaşılmaktadır. Buradan da katılımcıların sürekli öfke puanlarının düşük, içe vurulan öfke puanı ortalamasının altında, dışa vurulan öfke puanı ortalamasının altında ve öfke kontrolü puanları ortalamasının altında olduğu anlaşılmaktadır. Buradan çıkan sonuca göre, katılımcıların sürekli öfke, içe vurulan öfke, dışa vurulan öfke ve öfke kontrolü alt boyutlarının düşük olduğu söylenebilir.

Tablo 4. Katılımcıların Yaş Değişkenine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Boyutlarına İlişkin Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

| | Yaş | N | Sıra Ortalaması | Sd | X ² | P | Fark |
|-----------------------------|-------|-----|-----------------|----|----------------|------|------|
| Sürekli Öfke | 17-18 | 15 | 101,90 | 3 | 22,425 | ,000 | 4-1 |
| | 19-20 | 66 | 140,89 | | | | 4-3 |
| | 21-22 | 135 | 114,10 | | | | |
| | 23-24 | 42 | 170,96 | | | | |
| İçe Vurulan Öfke | 17-18 | 15 | 81,80 | 3 | 3,995 | ,003 | 1-2 |
| | 19-20 | 66 | 135,30 | | | | 1-3 |
| | 21-22 | 135 | 122,97 | | | | 1-4 |
| | 23-24 | 42 | 158,43 | | | | |
| Dışa Vurulan Öfke | 17-18 | 15 | 172,68 | 3 | 19,849 | ,000 | 4-2 |
| | 19-20 | 66 | 152,60 | | | | 4-3 |
| | 21-22 | 135 | 119,48 | | | | |
| | 23-24 | 42 | 118,40 | | | | |
| Kontrol Altına Alınmış Öfke | 17-18 | 15 | 130,40 | 3 | 26,312 | ,000 | 4-1 |
| | 19-20 | 66 | 100,73 | | | | 4-2 |
| | 21-22 | 135 | 129,03 | | | | 4-3 |
| | 23-24 | 42 | 175,89 | | | | |

Tablo 4'de katılımcıların sürekli öfke ve alt boyutlarına ait puan ortalamalarının yaş değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Kruskal-Wallis testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; sürekli öfke boyutu puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur

($X^2:22,425$ P:0,000<0,05). İçe vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:3,995$ P:0,003<0,05). Dışa vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:19,849$ P:0,000<0,05). Kontrol altına alınmış öfke alt boyutu puan ortalamaları yaş değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:26,312$ P:0,000<0,05).

Tablo 5. Katılımcıların Sınıf Değişkenine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Boyutlarına İlişkin Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

| | Sınıf | N | Sıra Ortalama | Sd | X^2 | P | Fark |
|------------------------------------|----------|----|---------------|----|--------|------|-------------------|
| Sürekli Öfke | 1. sınıf | 57 | 129,89 | 3 | 28,549 | ,000 | 2-4 |
| | 2. sınıf | 96 | 112,67 | | | | |
| | 3. sınıf | 66 | 120,16 | | | | |
| | 4. sınıf | 39 | 186,15 | | | | |
| İçe Vurulan Öfke | 1. sınıf | 57 | 127,53 | 3 | 15,319 | ,002 | 4-1 4-2 4-3 |
| | 2. sınıf | 96 | 123,13 | | | | |
| | 3. sınıf | 66 | 115,80 | | | | |
| | 4. sınıf | 39 | 171,27 | | | | |
| Dışa Vurulan Öfke | 1. sınıf | 57 | 177,73 | 3 | 19,878 | ,000 | 1-2 1-3 1-4 |
| | 2. sınıf | 96 | 125,07 | | | | |
| | 3. sınıf | 66 | 122,79 | | | | |
| | 4. sınıf | 39 | 116,94 | | | | |
| Kontrol Altına Alınmış Öfke | 1. sınıf | 57 | 87,50 | 3 | 33,518 | ,000 | 1-2 1-3 1-4 |
| | 2. sınıf | 96 | 147,45 | | | | |
| | 3. sınıf | 66 | 119,27 | | | | |
| | 4. sınıf | 39 | 164,00 | | | | |

Tablo 5’de katılımcıların sürekli öfke ve alt boyutlarına ait puan ortalamalarının öğrenim gördüğü sınıf değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Kruskal-Wallis testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; sürekli öfke boyutu puan ortalamaları sınıf değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:28,549$ P:0,000<0,05). İçe vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları sınıf değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:15,319$ P:0,002<0,05). Dışa vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları sınıf değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:19,878$ P:0,000<0,05). Kontrol altına alınmış öfke alt boyutu puan ortalamaları sınıf değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:33,518$ P:0,000<0,05).

Tablo 6. Katılımcıların Yaşadığı Yer Değişkenine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Boyutlarına İlişkin Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

| | Yaşadığı Yer | N | Sıra Ortalaması | Sd | X ² | P | Fark |
|------------------------------------|--------------|-----|-----------------|----|----------------|------|-------------------|
| Sürekli Öfke | Büyükşehir | 78 | 152,98 | 3 | 14,103 | ,003 | 1-2 1-4 |
| | Şehir | 102 | 120,68 | | | | |
| | İlçe | 57 | 126,26 | | | | |
| | Köy | 21 | 93,93 | | | | |
| İçeride Vurulan Öfke | Büyükşehir | 78 | 151,83 | 3 | 13,949 | ,003 | 1-2 1-4 |
| | Şehir | 102 | 112,96 | | | | |
| | İlçe | 57 | 135,74 | | | | |
| | Köy | 21 | 110,00 | | | | |
| Dışarı Vurulan Öfke | Büyükşehir | 78 | 104,86 | 3 | 12,283 | ,006 | 1-2 1-3 1-4 |
| | Şehir | 102 | 117,58 | | | | |
| | İlçe | 57 | 123,28 | | | | |
| | Köy | 21 | 152,98 | | | | |
| Kontrol Altına Alınmış Öfke | Büyükşehir | 78 | 173,21 | 3 | 36,636 | ,000 | 1-2 2-3 2-4 |
| | Şehir | 102 | 156,18 | | | | |
| | İlçe | 57 | 141,27 | | | | |
| | Köy | 21 | 96,59 | | | | |

Tablo 6’da katılımcıların sürekli öfke ve alt boyutlarına ait puan ortalamalarının yaşadığı yer değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Kruskal-Wallis testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; sürekli öfke boyutu puan ortalamaları yaşadığı yer değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:14,103$ $P:0,003<0,05$). İçeride vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları yaşadığı yer değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:13,949$ $P:0,003<0,05$). Dışarı vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları yaşadığı yer değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:12,283$ $P:0,006<0,05$). Kontrol altına alınmış öfke alt boyutu puan ortalamaları yaşadığı yer değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:36,636$ $P:0,000<0,05$).

Tablo 7. Katılımcıların Baba Mesleği Değişkenine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Boyutlarına İlişkin Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

| | Baba Mesleği | N | Sıra Ortalaması | Sd | X ² | P | Fark |
|------------------------------------|----------------|----|-----------------|----|----------------|------|---------------------------------|
| Sürekli Öfke | Memur | 39 | 97,50 | 5 | 23,478 | ,000 | 6-2 6-4 5-4 5-2 |
| | İşçi | 90 | 107,80 | | | | |
| | Esnaf | 39 | 130,65 | | | | |
| | Çiftçi | 18 | 137,12 | | | | |
| | Emekli | 42 | 157,68 | | | | |
| | Serbest meslek | 30 | 162,95 | | | | |
| İçe Vurulan Öfke | Memur | 39 | 167,15 | 5 | 15,103 | ,010 | 1-4 1-3 1-6 1-5 |
| | İşçi | 90 | 123,82 | | | | |
| | Esnaf | 39 | 138,62 | | | | |
| | Çiftçi | 18 | 132,96 | | | | |
| | Emekli | 42 | 122,50 | | | | |
| | Serbest meslek | 30 | 87,75 | | | | |
| Dışa Vurulan Öfke | Memur | 39 | 130,19 | 5 | 13,195 | ,022 | 6-1 6-2 6-4 5-4 6-5 |
| | İşçi | 90 | 129,65 | | | | |
| | Esnaf | 39 | 113,81 | | | | |
| | Çiftçi | 18 | 93,75 | | | | |
| | Emekli | 42 | 132,39 | | | | |
| | Serbest meslek | 30 | 165,95 | | | | |
| Kontrol Altına Alınmış Öfke | Memur | 39 | 171,25 | 5 | 12,249 | ,032 | 1-2 1-3 2-4 |
| | İşçi | 90 | 117,62 | | | | |
| | Esnaf | 39 | 141,35 | | | | |
| | Çiftçi | 18 | 146,46 | | | | |
| | Emekli | 42 | 125,75 | | | | |
| | Serbest meslek | 30 | 116,75 | | | | |

Tablo 7’de katılımcıların sürekli öfke ve alt boyutlarına ait puan ortalamalarının baba mesleği değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Kruskal-Wallis testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; sürekli öfke boyutu puan ortalamaları baba mesleği değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:23,478$ $P:0,000<0,05$). İçe vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları baba mesleği değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:15,103$ $P:0,010<0,05$). Dışa vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları baba mesleği değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:13,195$ $P:0,022<0,05$). Kontrol altına alınmış öfke alt boyutu puan ortalamaları baba mesleği değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:12,249$ $P:0,032<0,05$).

Tablo 8. Katılımcıların Anne İş Durumu Değişkenine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Boyutlarına İlişkin Mann Whitney U Test Sonuçları

| | Anne İş Durumu | N | Sıra Ortalaması | Sıra Toplamı | U | Z | P |
|------------------------------------|----------------|-----|-----------------|--------------|----------|--------|-------|
| Sürekli Öfke | Çalışıyor | 24 | 129,50 | 3108,00 | 2808,000 | ,000 | 1,000 |
| | Çalışmıyor | 234 | 129,50 | 30303,00 | | | |
| İç Vurulan Öfke | Çalışıyor | 24 | 102,13 | 2451,00 | 2151,000 | -1,895 | ,058 |
| | Çalışmıyor | 234 | 132,31 | 30960,00 | | | |
| Dış Vurulan Öfke | Çalışıyor | 24 | 105,69 | 2536,50 | 2236,500 | -1,649 | ,099 |
| | Çalışmıyor | 234 | 131,94 | 30874,50 | | | |
| Kontrol Altına Alınmış Öfke | Çalışıyor | 24 | 97,25 | 2334,00 | 2034,000 | -2,234 | ,025 |
| | Çalışmıyor | 234 | 132,81 | 31077,00 | | | |

Tablo 8’de katılımcıların sürekli öfke ve öfke ifade tarzları alt boyutlarına ait puan ortalamalarının anne iş durumu değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Mann-Whitney U testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; sürekli öfke boyutu puan ortalamaları anne iş durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur (U:2808,000 P:1,00>0,05). İç vuruş öfke alt boyutu puan ortalamaları anne iş durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur (U:2151,000 P:0,06>0,05). Dış vuruş öfke alt boyutu puan ortalamaları anne iş durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur (U:2236,500 P:0,09>0,05). Kontrol altına alınmış öfke alt boyutu puan ortalamaları anne iş durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur (U:2034,000 P:0,02<0,05).

Tablo 9. Katılımcıların Baba Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Boyutlarına İlişkin Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

| | Baba Öğrenim | N | Sıra Ortalaması | Sd | X ² | P | Fark |
|------------------------------------|-----------------|-----|-----------------|----|----------------|------|------------|
| Sürekli Öfke | İlkokul Mezunu | 72 | 111,81 | 3 | 29,629 | ,000 | 4-2 4-3 |
| | Ortaokul Mezunu | 102 | 120,15 | | | | |
| | Lise Mezunu | 63 | 138,93 | | | | |
| | Lisans Mezunu | 21 | 207,29 | | | | |
| İç Vurulan Öfke | İlkokul Mezunu | 72 | 111,06 | 3 | 7,053 | ,070 | Yok |
| | Ortaokul Mezunu | 102 | 134,66 | | | | |
| | Lise Mezunu | 63 | 135,00 | | | | |
| | Lisans Mezunu | 21 | 151,14 | | | | |
| Dış Vurulan Öfke | İlkokul Mezunu | 72 | 104,38 | 3 | 14,01 5 | ,003 | 1-2 1-3 |
| | Ortaokul Mezunu | 102 | 138,41 | | | | |
| | Lise Mezunu | 63 | 147,71 | | | | |
| | Lisans Mezunu | 21 | 117,71 | | | | |
| Kontrol Altına Alınmış Öfke | İlkokul Mezunu | 72 | 132,81 | 3 | 5,076 | ,166 | Yok |
| | Ortaokul Mezunu | 102 | 117,72 | | | | |
| | Lise Mezunu | 63 | 138,14 | | | | |
| | Lisans Mezunu | 21 | 149,43 | | | | |

Tablo 9’da katılımcıların sürekli öfke ve alt boyutlarına ait puan ortalamalarının baba öğrenim durumu değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Kruskal-Wallis testi ile incelenmiştir. İnceleme

sonucunda; sürekli öfke boyutu puan ortalamaları baba öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:29,629$ P: $0,000 < 0,05$). İçe vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları baba öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ($X^2:7,053$ P: $0,070 > 0,05$). Dışa vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları baba öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:14,015$ P: $0,003 < 0,05$). Kontrol altına alınmış öfke alt boyutu puan ortalamaları baba öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ($X^2:5,076$ P: $0,166 > 0,05$).

Tablo 10. Katılımcıların Anne Öğrenim Durumu Değişkenine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Alt Boyutlarına İlişkin Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

| Anne Öğrenim | | N | Sıra Ortalaması | Sd | X ² | P | Fark |
|-----------------------------|------------------|-----|-----------------|----|----------------|------|--|
| Sürekli Öfke | Okur yazar değil | 30 | 127,55 | 4 | 3,049 | ,550 | Yok |
| | Okur yazar | 72 | 138,00 | | | | |
| | İlkokul mezunu | 105 | 120,59 | | | | |
| | Ortaokul mezunu | 27 | 139,50 | | | | |
| | Lise mezunu | 24 | 134,19 | | | | |
| İçe Vurulan Öfke | Okur yazar değil | 30 | 177,50 | 4 | 18,215 | ,001 | 1-2 1-3 1-4 |
| | Okur yazar | 72 | 129,06 | | | | |
| | İlkokul mezunu | 105 | 113,21 | | | | |
| | Ortaokul mezunu | 27 | 129,83 | | | | |
| | Lise mezunu | 24 | 141,69 | | | | |
| Dışa Vurulan Öfke | Okur yazar değil | 30 | 102,46 | 4 | 31,287 | ,000 | 1-2 1-3 1-4 2-3 3-4 3-5 |
| | Okur yazar | 72 | 135,13 | | | | |
| | İlkokul mezunu | 105 | 138,67 | | | | |
| | Ortaokul mezunu | 27 | 176,45 | | | | |
| | Lise mezunu | 24 | 161,94 | | | | |
| Kontrol Altına Alınmış Öfke | Okur yazar değil | 30 | 101,00 | 4 | 15,523 | ,004 | 1-4 1-5 5-2 5-3 5-4 |
| | Okur yazar | 72 | 118,94 | | | | |
| | İlkokul mezunu | 105 | 130,14 | | | | |
| | Ortaokul mezunu | 27 | 141,20 | | | | |
| | Lise mezunu | 24 | 175,81 | | | | |

Tablo 10'da katılımcıların sürekli öfke ve alt boyutlarına ait puan ortalamalarının anne öğrenim durumu değişkenine göre farklılaşp farklılaşmadığı Kruskal-Wallis testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; sürekli öfke boyutu puan ortalamaları anne öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ($X^2:3,049$ P: $0,550 > 0,05$). İçe vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları anne öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:18,215$ P: $0,001 < 0,05$). Dışa vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları anne öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir fark

bulunmuştur ($X^2:31,287$ P:0,000<0,05). Kontrol altına alınmış öfke alt boyutu puan ortalamaları anne öğrenim durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:15,523$ P:0,004<0,05).

Tablo 13. Katılımcıların “Boş Zaman Yeterli mi?” Değişkenine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzı Alt Boyutlarına İlişkin Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

| Boş Zaman Yeterli mi? | | N | Sıra Ortalaması | Sd | X ² | P | Fark |
|-----------------------------|--------------------|-----|-----------------|----|----------------|------|------|
| Sürekli Öfke | Yetersiz | 63 | 164,19 | 3 | 14,169 | ,003 | 1-2 |
| | Normal | 108 | 141,50 | | | | 2-3 |
| | Yeterli | 63 | 136,29 | | | | 2-4 |
| | Kesinlikle yeterli | 24 | 110,83 | | | | |
| İçe Vurulan Öfke | Yetersiz | 63 | 151,64 | 3 | 13,485 | ,004 | 2-3 |
| | Normal | 108 | 110,63 | | | | |
| | Yeterli | 63 | 138,07 | | | | |
| | Kesinlikle yeterli | 24 | 133,81 | | | | |
| Dışa Vurulan Öfke | Yetersiz | 63 | 144,14 | 3 | 6,576 | ,087 | Yok |
| | Normal | 108 | 116,71 | | | | |
| | Yeterli | 63 | 138,21 | | | | |
| | Kesinlikle yeterli | 24 | 125,75 | | | | |
| Kontrol Altına Alınmış Öfke | Yetersiz | 63 | 131,14 | 3 | 9,228 | ,026 | 1-4 |
| | Normal | 108 | 116,83 | | | | 2-4 |
| | Yeterli | 63 | 135,93 | | | | |
| | Kesinlikle yeterli | 24 | 165,31 | | | | |

Tablo 13’de katılımcıların sürekli öfke ve alt boyutlarına ait puan ortalamalarının “Boş Zaman Yeterli mi?” değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Kruskal-Wallis testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; sürekli öfke boyutu puan ortalamaları “Boş Zaman Yeterli mi?” değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:14,169$ P:0,003<0,05). İçe vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları “Boş Zaman Yeterli mi?” değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:13,485$ P:0,004<0,05). Dışa vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları “Boş Zaman Yeterli mi?” değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ($X^2:6,576$ P:0,087>0,05). Kontrol altına alınmış öfke alt boyutu puan ortalamaları “Boş Zaman Yeterli mi?” değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:9,228$ P:0,026<0,05).

Tablo 14. Katılımcıların “Boş Zaman Nasıl Değerlendiriyorsunuz?” Değişkenine Göre Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Alt Boyutlarına İlişkin Kruskal-Wallis Testi Sonuçları

| “Boş Zaman Nasıl Değerlendiriyor sunuz?” | | N | Sıra Ortalaması | Sd | X ² | P | Fark |
|--|---------------------------------|----|-----------------|----|----------------|------|--------------------------|
| Sürekli Öfke | Fiziksel etkinliklere katılarak | 54 | 137,92 | 4 | 5,601 | ,231 | Yok |
| | Sosyal etkinliklere katılarak | 99 | 129,09 | | | | |
| | Sanatsal etkinliklere katılarak | 12 | 168,13 | | | | |
| | Turistik etkinliklere katılarak | 18 | 126,75 | | | | |
| | Dinlenerek | 75 | 118,46 | | | | |
| İçe Vurulan Öfke | Fiziksel etkinliklere katılarak | 54 | 135,17 | 4 | 16,959 | ,002 | 1-5 2-5 3-5 4-5 |
| | Sosyal etkinliklere katılarak | 99 | 131,55 | | | | |
| | Sanatsal etkinliklere katılarak | 12 | 163,63 | | | | |
| | Turistik etkinliklere katılarak | 18 | 175,00 | | | | |
| | Dinlenerek | 75 | 106,34 | | | | |
| Dışa Vurulan Öfke | Fiziksel etkinliklere katılarak | 54 | 146,08 | 4 | 14,806 | ,005 | 1-5 2-5 4-5 3-5 |
| | Sosyal etkinliklere katılarak | 99 | 133,18 | | | | |
| | Sanatsal etkinliklere katılarak | 12 | 104,66 | | | | |
| | Turistik etkinliklere katılarak | 18 | 137,00 | | | | |
| | Dinlenerek | 75 | 168,50 | | | | |
| Kontrol Altına Alınmış Öfke | Fiziksel etkinliklere katılarak | 54 | 156,25 | 4 | 10,666 | ,031 | 1-2 1-4 1-5 |
| | Sosyal etkinliklere katılarak | 99 | 118,32 | | | | |
| | Sanatsal etkinliklere katılarak | 12 | 140,75 | | | | |
| | Turistik etkinliklere katılarak | 18 | 111,25 | | | | |
| | Dinlenerek | 75 | 127,58 | | | | |

Tablo 14’de katılımcıların sürekli öfke ve alt boyutlarına ait puan ortalamalarının “Boş Zaman Nasıl Değerlendiriyor Sunuz?” değişkenine göre farklılaşıp farklılaşmadığı Kruskal-Wallis testi ile incelenmiştir. İnceleme sonucunda; sürekli öfke boyutu puan ortalamaları “Boş Zaman Nasıl Değerlendiriyor Sunuz?” değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır ($X^2:5,601$ $P:0,231>0,05$). İçe vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları “Boş Zaman Nasıl Değerlendiriyor Sunuz?” değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:16,959$ $P:0,002<0,05$). Dışa vurulan öfke alt boyutu puan ortalamaları “Boş Zaman Nasıl Değerlendiriyor Sunuz?” değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:14,806$ $P:0,005<0,05$). Kontrol altına alınmış öfke alt boyutu puan ortalamaları “Boş Zaman Nasıl Değerlendiriyor Sunuz?” değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2:10,666$ $P:0,031<0,05$).

Tartışma ve Sonuç

Araştırmaya katılan katılımcıların geneline ait öfke ve öfke ifade tarzı alt boyutlarına ait puan ortalamaları çıkarılmıştır. Bu değerlendirme sonucunda; araştırma kapsamına alınan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan öğrencilerin sürekli öfke puan ortalaması (Ort.=20.64) orta seviyenin altında olduğu, öfke ifade tarzı alt boyutlarından içe vurulan öfke puan ortalamasının (Ort.=18.42) düşük seviyede olduğu, dışa vurulan öfke puan ortalamasının (Ort.=18.04) düşük denilebilecek oranda olduğu ve kontrol altına alınmış öfke puan ortalamasının (Ort.=19.38) orta seviyeye yakın olduğu sonucuna varılabilir.

Temel ve Ark. (2015) nın yapmış olduğu çalışmada katılımcıların sürekli öfke ve öfke ifade tarzı alt boyutlarından sürekli öfke puan ortalaması (Ort.=19.67) orta seviyede olması nedeniyle yapılan bu çalışmayla paralellik göstermediği, fakat kontrol altına alınmış öfke puan ortalamasının (Ort.=20.29) , dışa vurulan öfke puan ortalamasının (Ort.=15.84) ve içe vurulan öfke puan ortalamasının (Ort.=16.23) düşük seviyede olması çalışmamızla paralellik gösterdiği sonucuna varılabilir. Ayrıca, Nas ve ark.(2016)'ın yapmış olduğu çalışmada katılımcıların sürekli öfke ve öfke ifade tarzı alt boyutlarından sürekli öfke puan ortalaması (Ort.=22.51), dışa vurulan öfke puan ortalamasının (Ort.=17.94), içe vurulan öfke puan ortalamasının (Ort.=17.27) düşük seviyede olması ve kontrol altına alınmış öfke puan ortalaması (Ort.=20.54) orta seviyede olması nedeniyle çalışmamızla paralellik gösterdiği anlaşılmaktadır.

Araştırmaya katılan öğrencilerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları incelendiğinde; aktif spor yapma ve yaptığı spor türü değişkenlerine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır. Fakat, öğrencilerin yaş değişkenine göre 17-18 yaş aralığında olan öğrencilerin 23-24 ve 21-22 yaş aralığında olan öğrencilere göre sürekli öfke düzeyleri düşüktür. 17-18 yaş aralığında olan öğrencilerin 19-20, 21-22 ve 23-24 yaş aralığında olan öğrencilere göre öfkelerini bastıramadıkları sonucuna varılabilir. 17-18 yaş aralığında olan öğrencilerin diğer öğrencilere göre öfkelerini kolayca ifade edebildikleri söylenebilir. Kontrol altına alınmış öfke durumunda ise 23-24 yaş aralığında olan öğrencilerin öfkelerini kontrol altında tutabildikleri sonucuna varılabilmektedir. Bunun da nedeni 23-24 yaş aralığında olan öğrencilerin gelecek kaygılarının öfke düzeylerinde artışa neden olduğu sonucuna varılabilir.

Akpınar ve ark. (2012)'nın öğrenciler üzerine yapmış olduğu çalışmaya göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi konulu çalışmada dışa vurulan öfkede yaş değişkenine göre anlamlı bir fark bulunması yapılan çalışmayla paralellik göstererek çalışmamızı destekler nitelikte olması, fakat içe vurulan öfkeyle ilgili her hangi bir fark bulunamaması ise yapılan çalışmayla paralellik göstermeyerek yapılan bu çalışmayı destekler nitelikte olmadığı anlaşılmaktadır. Ayrıca bu konuyla alakalı, Nas ve ark. (2016)'nın yapmış olduğu çalışmaya göre 19-20 yaş aralığındaki oyuncuların 21-22 yaş aralığındaki oyunculara göre öfkelerini içlerinde tutamaması bu çalışmayla

paralellik gösterirken, Dışa vurulan öfkede ise 19-20 yaş aralığındaki oyuncuların 23-24 yaş aralığındaki oyunculara göre öfkelerini dışa vuramamaları açısından bu çalışmayla paralellik göstermediğidir.

Öğrencilerin sınıf değişkenine göre 2.sınıf öğrencilerinin 4. sınıf öğrencilerine göre sürekli öfke düzeyleri düşük olduğu için genelde öfkeli olmadıkları, 4.sınıf öğrencilerinin diğer sınıf öğrencilerine göre içe vurulan öfke düzeyleri yüksek olduğundan öfkelerini bastırabildikleri, 1.sınıf öğrencilerinin yine diğer sınıf öğrencilerine göre dışa vurulan öfke düzeyleri yüksek olduğu için öfkelerini dışarıya yansıttıkları ve 1. Sınıf öğrencilerinin diğer sınıf öğrencilerine göre kontrol altına alınmış öfke düzeylerinin düşük olduğu anlaşılmaktadır. Bu da öfkelerini kontrol edemedikleri sonucuna varılabilmektedir.

Akpınar ve ark. (2012)'nın öğrenciler üzerine yapmış olduğu çalışmaya göre öğrencilerin sınıf değişkenine göre anlamlı bir fark bulamaması bu çalışmayla paralellik göstermeyerek bu çalışmayı destekler nitelikte bir sonuç bulmamıştır.

Öğrencilerin yaşadığı yer değişkenine göre büyükşehirde yaşayanların şehir ve köyde yaşayanlara göre sürekli öfke düzeyleri yüksek olduğu için genelde öfkeli oldukları, büyükşehirde yaşayanların şehir ve köyde yaşayanlara göre içe vurulan öfke düzeyleri yüksek olduğundan öfkelerini bastırabildikleri, büyükşehirde yaşayanların şehir, ilçe ve köyde yaşayanlara göre dışa vurulan öfkelerinin düşük olduğu için öfkelerini kolayca ifade edemedikleri ve öfke kontrol düzeyleri incelendiğinde büyükşehirde yaşayanların şehirde yaşayanlara göre öfke kontrol düzeyleri yüksek olduğu için öfkelerini kontrol edebildikleri yine şehirde yaşayanların ilçe ve köyde yaşayanlara göre öfke kontrol düzeyleri yüksek olduğundan öfkelerini kolayca kontrol altına alabildikleri sonucuna varılabilir.

Akpınar ve ark.(2012)'nin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulunda öğrenim gören öğrenciler ve Temel ve ark. (2016)'nın üniversitede takımında voleybol oynayan öğrenciler üzerine yapmış olduğu çalışmalarında yaşadığı yer değişkenine göre anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu sonuç yapılan çalışmayla paralellik göstermeyerek çalışmayı destekler nitelikte bir sonuç ortaya koymadığı anlaşılmaktadır.

Öğrencilerin baba mesleği değişkenine göre baba mesleği serbest meslek ve emekli olanların işçi ve çiftçi olanlara göre sürekli öfke düzeyleri yüksek olduğu için öfkelerini genellikle hissettikleri, baba mesleği memur olanların esnaf, çiftçi, emekli ve serbest meslek olanlara göre içe vurulan öfke düzeylerinin yüksek olması sebebiyle öfkelerini bastırabildikleri, baba mesleği serbest meslek olanların memur, işçi, çiftçi ve emekli olanlara ve baba mesleği emekli olanların baba mesleği çiftçi olanlara göre dışa vurulan öfke düzeylerinin yüksek olması nedeniyle öfkelerini kolayca ifade ettikleri ve baba mesleği memur olanların işçi ve esnaf olanlara ve baba mesleği işçi olanların çiftçi olanlara

göre öfke kontrol düzeyleri yüksek olduğu için öfkelerini kontrol altında tutabildikleri sonucuna varılabilir.

Nas ve ark. (2016)'nın futsalcılar üzerine yapmış olduğu çalışmaya göre baba mesleği açısından anlamlı bir fark bulunamazken, yapılan bu çalışmayla paralellik göstermediği sonucuna varılabilmektedir. Bu yüzden çalışmamızı destekler nitelikte bir çalışma olmadığı anlaşılmaktadır.

Öğrencilerin anne iş durumu değişkenine göre çalışan annelerin çalışmayan annelere göre kontrol altına alınmış öfke düzeylerinin düşük olduğu buradan da çalışmayan annelerin çalışanlara göre öfkelerini kontrol altına alabildikleri sonucuna varılabilir.

Temel ve ark. (2016)'nın voleybolcular üzerine yapmış olduğu çalışmaya göre anne mesleği açısından anlamlı bir fark bulunamazken, yapılan bu çalışmayla paralellik göstermediği sonucuna varılabilmektedir. Bu yüzden çalışmamızı destekler nitelikte bir çalışma olmadığı anlaşılmaktadır.

Öğrencilerin baba öğrenim durumu değişkenine göre baba öğrenim durumu lisans mezunu olanların ortaokul ve lise mezunu olanlara göre sürekli öfke düzeylerinin yüksek olduğu için genelde öfkeli oldukları, baba öğrenim durumu ilkokul mezunu olanların ortaokul ve lise mezunu olanlara göre dışa vurulan öfke düzeylerinin düşük olması sebebiyle öfkelerini ifade edemedikleri sonucuna varılabilir.

Nas ve ark. (2016)'nın futsal oynayan öğrenciler üzerine yapmış olduğu çalışmaya göre baba eğitim durumu değişkenine göre babaları ilkokul mezunu olan oyuncuların babaları lisans mezunu olan oyunculara göre öfkelerini içlerinde tutamayıp hemen parladıkları sonucuna varılmıştır. Bu nedenle yapılan bu çalışmayı destekler nitelikte bir çalışma olduğu anlaşılmaktadır. Fakat, Temel ve ark. (2016)'nın voleybolcular üzerine yapmış olduğu çalışmaya göre ise baba öğrenim durumu açısından anlamlı bir fark bulunamazken, yapılan bu çalışmayla paralellik göstermediği sonucuna varılabilmektedir. Bu yüzden çalışmamızı destekler nitelikte bir çalışma olmadığı anlaşılmaktadır. Yine bir başka çalışmada, öğretmenler üzerine yapılan çalışmada, öfke ifade tarzı alt boyutlarından içe ve dışa vurulan öfke boyutunda öğretmenlerin eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunması yapılan çalışmayla paralellik arz etmiştir (Temel ve ark., 2015)

Öğrencilerin anne öğrenim durumu değişkenine göre anne öğrenim durumu okur yazar olmayanların okur yazar, ilkokul ve ortaokul mezunu olanlara göre içe vurulan öfke düzeylerinin yüksek olması nedeniyle öfkelerini bastırabildikleri, anne öğrenim durumu okur yazar olmayanların okur yazar, ilkokul ve ortaokul mezunu olanlara göre dışa vurulan öfke düzeylerinin düşük olması, anne öğrenim durumu okur yazar olanların ilkokul olanlara göre dışa vurulan öfke düzeylerinin düşük olduğu, anne öğrenim durumu ilkokul mezunu olanların ortaokul ve lise mezunu olanlara göre dışa vurulan öfke düzeylerinin düşük olması nedeniyle öfkelerini kolayca ifade edemedikleri ve anne öğrenim durumu okur yazar olmayanların ortaokul mezunu ve lise mezunu olanlara göre kontrol altına

alınmış öfke düzeylerinin düşük olmasının dolayı öfkelerini kolayca kontrol edemedikleri, anne öğrenim durumu lise mezunu olanların okur yazar, ilkokul ve ortaokul mezunu olanlara göre kontrol altına alınmış öfke düzeylerinin yüksek olması nedeniyle öfkelerini kolayca kontrol edebildikleri sonucuna varılabilir.

Üniversite futsal takımında oynayan öğrenciler üzerine yapılmış bir çalışmada anne öğrenim durumu mesleği açısından anlamlı bir fark bulunamamıştır (Nas ve ark., 2016). Bu yüzden çalışmamızı destekler nitelikte bir çalışma olmadığı anlaşılmaktadır.

Öğrencilerin “boş zaman yeterli mi ?” değişkenine göre zamanı yetersiz olanların normal olanlara göre sürekli öfke düzeylerinin yüksek olduğu, zamanı normal olanların yeterli ve kesinlikle yeterli olanlara göre sürekli öfke düzeyleri yüksek olduğu için sürekli öfkeli oldukları, öğrencilerin boş zamanı normal olanların yeterli olanlara göre içe vurulan öfke düzeylerinin düşük olduğu için öfkelerini bastıramadıkları ve boş zamanı yetersiz olanların kesinlikle yeterli olanlara göre kontrol altına alınmış öfke düzeyleri düşük olduğu, boş zamanı normal olanların kesinlikle yeterli olanlara göre kontrol altına alınmış öfke düzeyleri düşük olduğu için kolayca öfkelerini kontrol altına alamadıkları sonucuna varılabilir.

Öğrencilerin “Boş Zaman Nasıl Değerlendiriyorsunuz?” değişkenine göre zamanını dinlenerek geçirenlerin diğer etkinliklere katılarak değerlendirenlere göre içe vurulan öfke düzeyleri düşük olduğu için öfkelerini içe bastıramadıkları, zamanını dinlenerek geçirenlerin diğer etkinliklere katılarak değerlendirenlere göre dışa vurulan öfke düzeyleri yüksek olduğundan öfkelerini kolayca ifade edebildikleri ve zamanını fiziksel etkinliklere katılarak geçirenlerin soysala etkinliklere katılarak, turistik etkinliklere katılarak ve dinlenerek geçirenlere göre kontrol altına alınmış öfke puanlarının yüksek olması nedeniyle öfkelerini kontrol edebildikleri sonucuna varılabilir.

KAYNAKÇA

Akpınar S., Temel V., Nas K. (2012). Determination of students' trait anger and anger expression styles who are studying at physical education and sports high school. *Prime Journal of Social Science (PJSS)*, 1(3), 46-50.

Avşaroğlu, S. (2007). *Üniversite Öğrencilerinin Karar Vermede Özsaygı, Karar verme ve Stresle Başa Çıkma Stilllerinin Benlik Saygısı Ve Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış doktora tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.

Bridewell, B.W. and Change, E.C. (1997). Distinguishing between anxiety, depression and hostility: relations to anger-in, anger-out and anger control, *Personal Individual Differences*, 22(4), 587-590.

- Budak, S. (2000). *Psikoloji sözlüğü*. Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Büyüköztürk,Ş.(2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Geçtan, E. (1990). *Varoluş ve psikiyatri*. İstanbul: Remzi Yayınevi.
- Karaküçük S. (2005). *Rekreasyon – Boş Zaman Değerlendirme*, Gazi Kitapevi, “5.Basım”, Ankara.
- Kaya A.,M. (2011) *Üniversite Öğrencilerinin Rekreatif Faaliyetlere Yönelik Tutumları Ve Boş Zaman Motivasyonlarının Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi*, Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, s.13-24, Sivas.
- Nas K., Birol S.S., Temel V. (2016). Futsalcıların öfke tarzlarının bazı değişkenler açısından belirlenmesi. *Uluslararası Sosyal ve Beşeri Bilimler Konferansı*.
- Özer, A. K. (1994). Sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 9 (31) 25– 35.
- Ramazanoğlu F., Altungül O., Özer A. (2004) Sportif Açıdan Rekreasyon Etkinliklerinin Değerlendirmesi, *Doğu Anadolu Bölgesi Araştırmaları*, s.178.
- Savaşır, I. ve Şahin, N. H. (1997). *Bilişsel ve davranışçı terapilerde değerlendirme: Sık kullanılan ölçekler*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Stearns, F. R. (1972). *Anger: Psycholog, physiolog, pathology*. Charles Thomas Publishing.
- Şahin İ., Kocabulut Ö. (2014) Sportif Rekreasyon Aktivitelerine Düzenli Katılımı Engelleyen Faktörlerin İncelenmesi: Akdeniz Üniversitesi Turizm Fakültesi Öğrencileri Üzerine Bir Araştırma, *Journal Of Recreation And Tourism Research*, 1 (2), 2.
- Temel V., Akpınar S., Birol S.S., Nas K., Akpınar Ö. (2015). Öğretmenlerin Bazı Değişkenler Açısından Öfke Düzeylerinin Ve Tarzlarının Belirlenmesi. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 8(40), 613-620.
- Temel V., Nas K., Birol S.S. (2016). Determination of The Volleyball Players’ Anger Expression Styles in terms of some variable. *Journal of Sport and Social Sciences*, Volume 3, Issue 1, Malatya.
- Türk Dil Kurumu (2016). *Büyük Türkçe sözlük*, <http://tdkterim.gov.tr/bts/> adresinden 21Kasım Temmuz 2016 tarihinde edinilmiştir.
- Yazıcıoğlu M. (2010). *Boş Zaman Yönetimi Ve Rekreatif Faaliyetler: Memur Emeklilerinin Rekreatif Faaliyetlerinin Analizine İlişkin Bir Uygulama*. Beykent Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü İşletme Yönetimi Anabilim Dalı İşletme Yönetimi Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, s.31, İstanbul.

Yerlisu Lapa T., Ardahan F. (2011) Açık Alan Rekreasyonu: Bisiklet Kullanıcıları ve Yürüyüşçülerin Doğa Sporunu Yapma Nedenleri ve Elde Ettikleri Faydalar, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(1), 1329.

Yılmaz, N. (2004). *Öfke ile başa çıkma eğitiminin ve grupla psikolojik danışmanın ergenlerin öfke ile başa çıkabilmeleri üzerindeki etkileri*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

*Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi,
Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu,
Karaman, TÜRKİYE.*