

## **Öğretmen Adayların Kaygı Düzeyleri Üzerinde Spor ve Farklı Değişkenlerin Etkisi**

### **The Effect Of Sports And Other Variances On The Anxiety Level Of Teacher Candidates**

---

DOI: <http://dx.doi.org/10.17556/jef.05512>

---

**Gökhan BAYRAKTAR\***

**Erdoğan TOZOĞLU\*\***

**Kürşat ACAR\*\*\***

#### **Özet**

Öğretmen adaylarının kaygılarının düşük veya yüksek olması mesleki alanda başarısını ve yaşam zorluklarıyla mücadelesini aynı paralellikte etkileyeceği düşünülmektedir. Öğretmen adaylarının kaygı düzeylerinde etkili olan unsurların belirlenmesi önem teşkil etmektedir.

Çalışmanın amacı, öğretmen adaylarında spor ve farklı değişkenlerin kaygı düzeyine etkisini incelemektir. Araştırmaya Türkiye'nin farklı illerinde ikamet eden 21-25 yaş arası 348 kadın ve 292 erkek olmak üzere toplam 640 öğretmen adayı katılmıştır. Veri toplamak amacı ile Öner ve Le Compte (1983) tarafından geliştirilen durumluluk kaygı ölçeği kullanıldı. Verilerin analizinde t testi ve anova varyans analizi tekniklerinden yararlanılmıştır. Grupların görüşleri arasındaki fark P 0.05 anlamlılık düzeyi dikkate alınarak yorumlanmıştır.

Bulgulara göre; Erkeklerin kadınlardan, spor yapanların spor yapmayanlardan, öğrenime devam etmekte olanların mezun olanlardan, çekirdek ve geniş ailede olanların parçalanmış ailede olanlara göre kaygı düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur. Elde edilen sonuçlara göre, öğretmen adaylarının kaygı düzeylerini azaltmak için spor yapmaya teşvik edilerek, kaygı düzeylerinin düşürülmesinde etkili olabilecek diğer unsurlar belirlenerek, öğretmen adaylarında kaygının önlenmesi üzerine farklı çalışmalar yapılmalıdır.

**Anahtar Sözcükler:** Kaygı, Durumluluk Kaygı, Öğretmen Adayı, Spor.

#### **Abstract**

It is thought that the anxiety level of teacher candidates being high or low affects their success in professional life and their abilities to struggle with difficulties equally. In this sense, it is important to determine the factors that have effect on the anxiety level of teacher candidates.

This study aims to research the effect of sports and other variances on the anxiety level of teacher candidates. 640 teacher candidates, 348 female and 292 male, who inhabit in different cities of Turkey participated in the study. Developed by Öner and Le Compte (1983), the state-trait anxiety inventory was used in data collection. In the analysis of the data, t test and ANOVA were used. The difference between the opinions of the groups was commented taking P 0.05 significance level into consideration.

According to the results; it was established that the anxiety levels of male teacher candidates are lower than females. Teacher candidates doing sports have lower levels of anxiety than the ones who do not. Teacher candidates continuing to their education have lower levels of anxiety than those who do not. In addition, the anxiety levels of teacher candidates involved in nuclear or extended families are lower than those involved in broken families. As a result of the study, various studies can be performed to prevent the anxiety in teacher candidates. In order to lessen the anxiety levels of teacher candidates, they should be encouraged to do sports and the other factors effective in decreasing their anxiety levels should be determined.

**Keywords:** Anxiety, State-trait Anxiety, Teacher Candidate, Sports

### **Giriş**

Bir davranış bilimi olan psikoloji, yüzyıla yakın bir süredir birey ve toplumun günlük yaşamında ve mesleki hayatında çözümler üretmektedir. Gümüş'e göre insanın öfke, mutluluk, üzüntü, korku ve nefretten oluşan beş temel duygusu vardır. Bireyin planları, istekleri ve ihtiyaçları engellendiğinde ve haksızlık, adaletsizlik durumlarında, kendi benliğine yönelik bir tehdit algıladığında ya da tam tersi kendine göre olumlu gelişmeler yaşadığında duygular olumlu veya olumsuz biçimde ortaya çıkar (Gümüş A, (2003). Birey yaşanan olumsuz olaylar ve olgular karşısında duygusal baskı hissetmesi sonucunda yaşam sürecini olumsuz etkileyebilecek kaygılar yaşayabilir.

Kaygı, bireylerin sebebini bilmediği, ama tehlikeli ve tehdit edici olarak kabul ettiği olaylar karşısında duyduğu huzursuzluk, bir çeşit korku hissidir (Özgül 2003). İnsanlarda var olan temel bir duygu ve heyecansal bir olgudur (Akandere 1997). Genel olarak, insanlar kaygıyı gelecekte kötü bir şey olacaktı gibi duyumsarlar (İkizler 1994). Her alanda olduğu gibi sınav ortamında da kaygı faktörüne rastlamak mümkündür.

Kaygı, insanın temel duygularından biri olarak kabul edilebilir. Hepimiz, tehlikeli gördüğümüz durumlarda bir miktar kaygı duyarız. Tehlikeli koşulların yarattığı bu kaygı türü genellikle her bireyin yaşadığı geçici, duruma bağlı bir kaygı oluşturur. Buna “durumluluk kaygı” denir (Öner ve Le Compate 1983). Durumluluk kaygıda, bireyde gerginlik ve endişe yaratan o anki durum ortadan kalktığında, olumsuz duygularda ortadan kalkmaktadır (Yavuz 2002).

Sporun; bireyler ve toplumlar üzerinde önemli etkileri vardır. Bu etkiler; sevmeyi, hakkını aramayı ve hak yememeyi, paylaşmayı,

yarışmayı, kurallara uymayı, kazanma ve kaybetmeyi kabullenmeyi, ilkel dürtülerin toplumun kabul ettiği biçimlerde anlatım bulmasını, yeni toplumsal ortamlara katılmayı, yeni arkadaşlar edinmeyi, haz duymayı kapsar. Haz alma hem spor yapanlarda, hem de izleyicilerde görülür (Doğan 2004, Tozoğlu 2013).

Sporun amaçlarının insanın beden ve ruh sağlığını geliştirmek, kendine güveni, sosyalleşmeyi, karşılıklı dayanışmayı sağlamak olduğu bilinmektedir. Bu da sporun kaygının giderilmesinde etkili bir yol olduğunu göstermektedir (Morgan ve Goldstone 1987).

## **Yöntem**

### **Model:**

Araştırmada nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır (Cohen, Manion ve Morrison, 2000). Tarama modeli, geçmişte veya halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle tanımlamayı amaçlayan bir yaklaşımdır (Karasar, 1999; Arlı ve Nazik, 2001). Araştırma konusu, kendi koşulları içinde olduğu gibi açıklanmaya çalışıldığından bu çalışma betimsel modele uygundur (McMillan, 2000).

### **Araştırmanın Yöntemi**

Araştırma, farklı dershanelerde öğrenim gören, KPSS sınavına hazırlanan öğretmen adaylarının kaygı düzeylerinin değişkenler açısından istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar yaratıp yaratmadığını belirlemeye yönelik betimsel bir çalışmadır.

### **Evren ve Örneklem**

Araştırmanın evrenini Erzurum ilinde farklı dershanelerde öğrenim gören, üniversitenin değişik bölümlerinden mezun olan ve mezun durumda öğrenimine devam eden öğretmen adayları oluşturmaktadır. Örneklem grubunu ise 23 yaş ortalamasına sahip 348 kadın ve 292 erkek öğretmen adayı olmak üzere toplam 640 kişi oluşturmuştur.

### **Uygulama**

Öğretmen adaylarının KPSS sınavı öncesi durumluluk kaygı düzeylerini tespit etmek için KPSS sınavından 10 gün önce dershanelere gidilerek, sınıf ortamında öğretmen adaylarıyla bir araya gelinmiştir. Anketlerin uygulanmasından önce çalışmanın amacı ile ilgili açıklama yapılarak onay alınmıştır. Çalışmaya katılmaya istekli öğretmen adaylarına anketler dağıtılmış, isim belirtmeksizin kendi yargıları çerçevesinde anketleri doldurmuşlardır. Uygulama yaklaşık 20 -25 dakika sürmüştür.

### **Veri Toplama Araçları**

Veri toplama aracı olarak, kişisel bilgi formu ve durumluluk kaygı envanteri ölçeğinden oluşan anketler kullanılmıştır.

### **Durumluk Kaygı Envanteri;**

1964 yılında Spielberg ve arkadaşları tarafından normal ve normal olmayan bireylerin durumluk kaygı düzeylerinin ölçülmesi amacıyla geliştirilen ölçek Türkçe'ye Öner ve Le Compte (1983) tarafından uyarlanmıştır. Durumluluk Kaygı Ölçeği, kişilerin o anda, içlerinde hissettiklerine göre, kendi tanımladıkları kaygıyı ölçmektedir. Ölçek aynı zamanda kişinin çevresinde nötr olan uyarıcıların ve durumların çoğunu tehdit olarak algılama eğilimi ya da yatkınlığı olup olmadığını da ölçen 20 soru sorulmuştur (Öner 1977). Bu çalışmada Durumluk Kaygı ölçeği kullanılmıştır. Kısa ifadelerden oluşan, kendini değerlendirme türü bir ölçektir. Durumluk kaygı formunun sadece o anda hissedilenleri ölçmek üzere geliştirilmiştir. DKE 20'şer maddeden oluşan ve 1-4 arası derecelenen Likert tipi bir ölçektir. Durumluluk kaygı envanteri 10 adet olumlu 10 adet olumsuz sorudan (tersine çevrilmiş ifadede) oluşur. Toplam puan değerleri 20 ile 80 arasında değişir. Büyük puan yüksek kaygı seviyesini, küçük puan ise düşük kaygı seviyesini belirtir. Cron bach alfa katsayısının 0.83 ile 0.92 arasında olduğu ve bu sonucun ölçeğin yüksek bir geçerliliğe sahip olduğunun bir göstergesi sayıldığı ifade edilmektedir (Öner 1977). Ayrıca ölçeğin normal ve hasta örneklemleriyle yapılan çalışmalar sonucu elde edilen güvenilirlik katsayılarının. 0.83 ile. 0.87 arasında değiştii bildirilmektedir (Aydemir ve Köroğlu, 2000; Özusta, 1995; Şahin ve diğerleri, 2002). Çalışmamızda ise ölçeğin

geçerlilik güvenilirliğinde Cronbach alfa kat sayısı 0.89 olarak bulunmuştur.

#### **İstatistik Uygulaması:**

Verilerin İstatistiksel Analizi Erzurum ilinde, farklı dersanelerde KPSS'na hazırlanan öğretmen adaylarının durumluluk kaygı düzeylerini ölçmek amacıyla ölçekten aldıkları puanlar ANOVA ve “t” testi istatistiksel analiz teknikleri kullanılarak değerlendirilmiştir. İstatistikî analizlerde anlamlılık düzeyi sosyal bilimlerde sıklıkla kullanılan  $p < .05$  olarak seçilmiştir.

Elde edilen veriler SPSS Versiyon 20 paket programında değerlendirilmiştir

#### **Bulgular**

Bu bölümde araştırmada elde edilen bulgular ve bulgulara ilişkin yorumlar yer almaktadır. Tablo 1'de öğretmen adaylarının demografik özelliklerine ait frekans dağılımları sunulmaktadır. Çalışmada, durumluluk kaygı ölçeğinden elde edilen değerler ile cinsiyet, spor yapma durumu ve öğrenim durumu değişkenlerinin karşılaştırılması için t testi kullanılmış ve istatistik sonuçlar Tablo 2, 3 ve 4'de verilmiştir. Durumluluk kaygı ölçeğinden elde edilen değerler ile aile yapısı değişkeninin karşılaştırılması için anova varyans analizi testi kullanılmış ve istatistiksel sonuçları Tablo 5'de verilmiştir.

**Tablo 1: Örnek Bireylerin Demografik Özellikleri Dağılımı**

		Sayı (N)	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	348	54,4
	Erkek	292	45,6
	Total	640	100,0
Yaş	20 yaş ve altı	114	17,8
	21-23 yaş arası	312	48,8
	24 ve üzeri	214	33,4
	Total	640	100,0
Öğrenim Durumu	Öğrenci	412	64,4
	Mezun	228	35,6
	Total	640	100,0
Aile Yapısı	Çekirdek aile	475	74,2
	Geniş aile	151	23,6
	Parçalanmış aile	14	2,2
	Total	640	100,0

**Tablo 2: Kadın ve Erkek Öğretmen Adaylarının Durumluluk Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları ile Ortalamalar Arası Farkların t Değerleri**

Cinsiyet	N	X	Ss	t	p
Kadın	348	46,61	6,34	2,10	,036
Erkek	292	45,53	6,57	2,09	

Tablo 2 incelendiğinde, Kadın $X=46,41$  ve Erkek $X=45,53$  öğretmen adaylarının durumluluk kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarının ortalamaları arasında p,05 düzeyinde anlamlı farklılık olduğu görülmektedir. Kadın öğretmen adaylarının durumluluk kaygı düzeylerinin erkek öğretmen adaylarından yüksek olduğu görülmektedir.

**Tablo 3: Spor Yapan ve Spor Yapmayan Öğretmen Adaylarının Durumluluk Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları ile Ortalamalar Arası Farkların t Değerleri**

Spor yapıyor mu?	N	X	Ss	t	p
Evet	464	45,87	6,28	-1,60	,034
Hayır	176	46,78	6,89	-1,53	

Tablo 3 incelendiğinde, spor yapan $X=45,87$  ve spor yapmayan $X=46,78$  öğretmen adaylarının durumluluk kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarının ortalamaları arasında p,05 düzeyinde anlamlı fark olduğu görülmektedir. Spor yapmayan bireylerin spor yapanlara göre durumluluk kaygı düzeyleri daha yüksek olarak bulunmuştur.

**Tablo 4: Öğretmen Adaylarının Öğrenim Durumları ile Durumluluk Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları ile Ortalamalar Arası Farkların t Değerleri**

Öğrenim Durumu	N	X	Ss	t	p
Öğrenci	412	45,68	6,32	-2,30	,022
Mezun	228	46,91	6,66	-2,26	

Tablo 4 incelendiğinde, öğrenci $X=45,68$  ve mezun $X=46,91$  bireylerin durumluluk kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarının ortalamaları arasında p,05 düzeyinde anlamlı fark olduğu görülmektedir. Mezun

durumdaki öğretmen adaylarının durumluluk kaygı düzeyi öğrenimine devam etmekte olanlara göre yüksek olduğu bulunmuştur

**Tablo 5: Öğretmen Adaylarının Aile Yapısı ile Durumluluk Kaygı Ölçeğinden Aldıkları Puanların Ortalamaları ve Standart Sapmaları**

Aile Yapısı	N	X	Ss	F	P	Anlamlı fark
Çekirdek Aile	475	46,04	6,54	4,014	,019	3 - 1,2
Geniş Aile	151	45,92	6,34			
Parçalanmış Aile	14	50,93	1,32			
Total	640	46,12	6,46			

Tablo 5 incelendiğinde, çekirdek $x=46,04$ , geniş $x=45,92$  ve parçalanmış $x=50,93$  ailede yapısında olan öğretmen adaylarının kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarının ortalamaları incelendiğinde, parçalanmış ailede bulunan öğretmen adaylarının puan ortalamalarının çekirdek ve geniş ailede bulunan öğretmen adaylarının puan ortalamalarından yüksek olduğu p,05 düzeyinde anlamlı farklılık olduğu görölmektedir.

### Sonuç ve Tartışma

Çalışmada öğretmen adaylarının durumluluk kaygı düzeylerinin spor yapma durumları ile farklı değişkenlerle arasındaki ilişki incelenmiştir. Çalışmada öğretmen adaylarının durumluluk kaygı düzeyleri ile spor yapma alışkanlıkları tespit edilerek, farklı değişkenlerle arasındaki ilişki incelenmiştir. Araştırmaya 23 yaş ortalamasında 348 kadın ve 292 erkek olmak üzere toplam 640 öğretmen adayı katılmıştır.

Yapılan analizler sonucunda çalışmaya katılan kadın ve erkek öğretmen adaylarının durumluluk kaygı ölçeğinden aldıkları puanların ortalamaları ve standart sapmaları ile ortalamalar arası farkların t değerlerine bakıldığında, kadın öğretmen adaylarının kaygı düzeylerinin erkek öğretmen adaylarından yüksek olduğu ve istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Özden (2006) beden eğitimi ve spor yüksekokulunda öğrenim gören öğretmen adayları üzerinde yapmış olduğu çalışmada, bayanların kaygı düzeylerinin erkeklerin kaygı düzeylerinden anlamlı düzeyde yüksek olduğunu bulmuştur. Saban ve arkadaşlarının (2004), yapmış oldukları

Çalışmada da bayan öğrencilerin kaygı dőzeyinin de erkek öğrencilerin kaygı dőzeyinden yősek olduğunu tespit etmişlerdir. Çalışmamızın verileri ile zden (2006) ve Saban (2004)'nin çalışmalarının sonuçları ile paralellik göstermektedir ( Tařđın,  2006, Saban, A ve diğ. 2004).

Öğretmen adaylarından 464'ü spor yaptıklarını belirtirken buna karşın 176 ğretmen adayının spor yapmadıklarını ifade etmişlerdir. Öğretmen adaylarının spor yapma durumları ile durumluluk kaygı leğinden aldıkları puanların ortalamaları ve standart sapmalarının t değerlerine bakıldığında, spor yapma durumu ile kaygı dőzeyi ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Tablo 3'e bakıldığında spor yapan ( $X=45,87$ ) ve spor yapmayan ( $X=46,78$ ) ğretmen adaylarının durumluluk kaygı dőzeyi ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Akandere (1999)'nin yapmış olduğu çalışmada spor etkinliklerine katılan öğrencilerde kaygı dőzeylerinin dőřtőđő sonucunu bulmuştur. (Akandere, M (1999). Çalışmamızın verileriyle paralellik göstermektedir. Bu sonuca göre spor yapmanın kaygı üzerinde olumlu etkisinin olduğu yargısı ortaya çıkmaktadır.

Öğretmen adaylarının öğrenim durumları ile durumluluk kaygı dőzeyleri arasındaki puan ortalamalarına bakıldığında, öğrenim durumu ile durumluluk kaygı dőzeyi arasında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Tablo 4'e bakıldığında ğrenci ( $X=45,68$ ) ve mezun ( $X=46,91$ ) ğretmen adaylarının durumluluk kaygı dőzeyi ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Mezun durumdaki ğretmen adaylarının durumluluk kaygı dőzeyi öğrenimine devam etmekte olanlara göre yősek olduğu bulunmuştur. Öğrencilik sőreci bittikten sonra bireylerde; mesleğe atanma, aile kurma ve sosyal ihtiyaçların karşılanması gibi etkenler kaygı dőzeyini arttırabilecek faktörler olarak sayılabilir. Sonuç olarak mezun durumdaki ğretmen adaylarında durumluluk kaygı dőzeyinin yősek olduğu tespit edilmiştir.

Öğretmen adaylarının aile yapıları ile durumluluk kaygı leğinden aldıkları puanların ortalamaları ve standart sapmalarına bakıldığında aile yapıları ile kaygı durumları ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Tablo 5'e bakıldığında ekirdek ( $X=46,04$ ), geniş ( $X=45,92$ ) ve parçalanmış ( $X=50,93$ ) ailede bulunan ğretmen adaylarının durumluluk kaygı dőzeyi ortalamaları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Parçalanmış ailede



bulunan öğrencilerin puan ortalamalarının çekirdek ve geniş ailede bulunan öğrencilerin puan ortalamalarından yüksek olduğu ve anlamlı fark olduğu görölmektedir.

Sonuç olarak öğretmen adaylarının öğretmen olma ve mesleğe atanma ile ilgili süreci problemsiz bir şekilde geçirmesi onların sağlıklı sonuçlar almalarını sağlayabilir. Bu süreci olumsuz etkileyebilecek unsurlardan biriside şüphesiz ki sınav kaygısıdır. Bireysel farklılıklar sınav kaygısını yaşama yoğunluğunu da belirlemektedir. Spor yapan bireylerin sadece fiziksel olarak sağlıklı başarılı olduklarını söylemek yanlış olur, aynı zamanda sosyal ve ruhsal olarak ta sağlıklı ve mutlu oldukları bilinmektedir. Dolayısı ile sınav sürecine hazırlanan bireylerin sportif etkinliklere katılımı onların kaygı düzeyini olumlu etkileyecektir. Öneri olarak üniversite öğrenimi sürecinde öğrencilere sporun fiziksel, sosyal ve ruhsal faydaları hakkında bilgiler aktarılmalıdır. Konu hakkında daha kapsamlı çalışmalar yapılması da önerilebilir.

### **Kaynaklar**

- Adana F. & Kaya N. (2005). “Lise Öğrencilerinin Sınav Kaygısı Düzeyi Üzerine Sınav Kaygısı İle Başa Çıkma Eğitiminin Etkisi.”, *Kriz Dergisi*, 13, (2) 36.<sup>1</sup>
- Akandere M. (1997).”Üniversite Gençliğinde Görülen Kaygının Giderilmesinde Sporun Etkisi”, Doktora Tezi, Marmara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimive Spor Ana Bilim Dalı, İstanbul.<sup>2</sup>
- Aracı H. (1999). “Okullarda Beden Eğitimi”. Ankara. Bağırgan Yayınevi.;2: 13.<sup>3</sup>
- Arlı M. & Nazik, M. H. (2001). “Bilimsel Araştırmaya Giriş”. Gazi Kitapevi, Ankara.<sup>4</sup>
- Aydemir Ö. & Köroğlu E. (2000). “Psikiyatride Kullanılan Klinik Ölçekler”, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.<sup>5</sup>
- Cohen L., Manion L. & Morrison K. (2000). “Research methods in education” (5. Baskı). London: Routledge Falmer.<sup>6</sup>
- Doğan O. (2004). “Spor Psikolojisi” Ders Kitabı”. Sivas. Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları, s. 1: 97.<sup>7</sup>
- Gümüş A. (2003). “Kaygı”. Yayımlanmamış Ders Notları, İzmir: Ege Üniversitesi Sağlık Bilimleri Ens. Psikiyatri Hemşireliği Doktora Programı, 2-5.<sup>8</sup>
- İkizler C. (1994). “Sporda Başarının Psikolojisi”. Alfa Yayıncılık, Genişletilmiş 2.Baskı, s,91.<sup>9</sup>

- Karasar, N. (2012). "Bilimsel Araştırma Yöntemleri". Ankara. Nobel Akademik Yayıncılık.<sup>10</sup>
- Mcmillan J. H. (2000). "Educational Research Fundamentals for the Consumer". USA: Longman.<sup>11</sup>
- Morgan W. P. & Goldstone S E. (1987). "Exercise and Mental Health". New York. 155-187.<sup>12</sup>
- Öner N. (1977). "Durumluluk, Sürekli Kaygı Envanterinin Türk toplumunda geçerliliği", Doktora Tezi, Ankara.<sup>13</sup>
- Öner N. & Le Compte A. (1983). "Durumluluk / Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı", Boğaziçi Üniversitesi Yayınları, s. 1 - 3, İstanbul.<sup>14</sup>
- Özgül F. (2003). "Beden Eğitimi ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinde Durumluluk ve Sürekli Kaygı Düzeyleri", Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Sivas.<sup>15</sup>
- Özusta H.Ş. (1995). "Çocuklar İçin Durumlu-Sürekli Kaygı Envanteri Uyarlama", Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması, Türk Psikoloji Dergisi, 10(34): 32-44.<sup>16</sup>
- Şahin N.H., Batıgün A.D.& Uğurtaş S. (2002). "Kısa Semptom Envanteri (KSE), Ergenler İçin Kullanımının Geçerlik, Güvenirlik ve Faktör Yapısı", Türk Psikiyatri Dergisi, 13(2).<sup>17</sup>
- Yavuz H. U. (2002). "Yüzme, Paletli Yüzme ve Atletizm Branşlarındaki Bazı Sporcuların Anksiyete ve Depresyon Durumları ile Reaksiyon Zamanlarının Belirlenmesi ve Karşılaştırılmaları", Bilim Uzmanlığı Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Sporcu Sağlığı Anabilim Dalı, Ankara.<sup>18</sup>

### **Extended Summary**

### **The Effect Of Sports And Other Variances On The Anxiety Level Of Teacher Candidates**

**Purpose:** The purpose of this study is to investigate the effect of sports and other variances on the anxiety level of teacher candidates as it is thought that the anxiety level of teacher candidate's being high or low affects their success in professional life, their attitudes towards other people in the society and their abilities to struggle against difficulties equally.

**Method:** The study is in the pattern of correlational research method and a descriptive study which aims to determine whether the anxiety levels of the teacher candidates who get educated in different private teaching institutions to be prepared for KPSS (a test for the teacher candidates to pass to be a teacher) differentiate statistically in terms of variables. This research was made on 640 teacher candidates who inhabit in different cities of Turkey. Out of 640 them, 348 were female and 292 were male. Developed by Öner and Le Compte (1983), the state-trait anxiety inventory and personal information form were used in data collection. In the analysis of the

data, the t test and anova variance analysis techniques were used.

Before 10 days of KPSS, the researchers went to the mentioned private teaching institutions and applied the inventory on the teacher candidates who were volunteer to participate in the study.

**Results:** As a result of the study, it was determined that there is a significant difference in the average scores of the teacher candidates from state-trait anxiety inventory, which means that the state-trait anxiety levels of female teacher candidates are higher than male teacher candidates. It was also found that those teacher candidates who do sports have higher state-trait anxiety levels than those who do not do sports. According to the results of the study, it was determined that the graduated teachers have higher anxiety levels than those who continues their education. In addition, it was found out that the anxiety levels of teacher candidates involved in nuclear or extended families are lower than those involved in broken families.

**Discussion:** As a result of the analysis, the anxiety levels of female teacher candidates are higher than those of male teacher candidates, and there is a significant and statistical difference between them. Özden (2006) also stated in his study conducted on the teacher candidates from Physical Education and Sport College that the anxiety levels of the females are higher than those of males.

464 of the teacher candidates stated that they do sports while 176 of them stated that they do not. It was found out that there is a significant difference between the teacher candidates who do sports and those who do not. Akandere (1999) stated in his study that the anxiety levels of the students who participate in sport activities decrease. Therefore, it can be said that doing sports has a positive effect on the anxiety.

It was determined that the anxiety levels of the teacher candidates who are still students are lower than those who have already graduated. It can be said that the factors such as acquiring a job, starting a family, meeting the social needs, etc. can be among the factors which increase the anxiety levels.

**Conclusion:** It can be said that if the teacher candidates passes smoothly the process of acquiring a job and being a teacher, this can provide them to get better results. One of the factors which, beyond no doubt, affects this process negatively is test anxiety. Individual differences determine the intensity of experiencing test anxiety. It would be wrong to say that individuals who do sports are only physically healthy and successful, it is also known that they are both socially and mentally healthy and happy. Therefore, participating in sports activities will positively affect the anxiety levels of those individuals preparing for the exam. It can be suggested that the university students should be informed about the physical, social and mental advantages of sports during their university education.