

**T.C.
ADİYAMAN ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BÖLÜMÜ**

**ADİYAMAN İLİNDE YAŞAYAN VOLEYBOLCULARIN VE
HENTBOLCULARIN STRES VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

İPEK GÜVENOĞLU

**DANIŞMAN
DR. ÖĞR. ÜYESİ MURAT YILMAZ**

ADİYAMAN, 2025

ÖZET

ADİYAMAN İLİNDE YAŞAYAN VOLEYBOLCULAR VE HENTBOLCULARIN STRES VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

İpek GÜVENOĞLU

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Adıyaman Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 08/2025,

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi Murat YILMAZ

Bu araştırmanın amacı, genç hentbol ve voleybol branşlarında aktif olarak spor yapan öğrencilerin algıladıkları stres ve saldırganlık düzeylerini demografik değişkenler açısından incelemektir. Betimsel tarama modeli kullanılarak yapılan çalışmada, nicel araştırma yöntemlerinden biri olan Eskiden ve diğerleri (2013) tarafından geliştirilen “Algılanan Stres Ölçeği” ve Madran (2012) tarafından geliştirilen “Buss Perry Saldırganlık Ölçeği” sporculara uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS programı ile analiz edilmiş ve istatistiksel anlamlılık düzeyi p.05 olarak kabul edilir. Sonuç olarak, kadın voleybolcuların ve hentbolcuların stres ve saldırganlık düzeylerinin erkeklerden daha yüksek olduğu bulunmuştur. Kadınların özellikle sözel ve ilişkisel saldırganlıkta erkeklerden daha yüksek düzeyler gösterdiğini ortaya koyan birçok çalışma ile paralellik göstermektedir. Voleybol ve hentbol branşında sporcularının stres ve saldırganlık düzeylerinde istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar görülmüştür. Voleybolcular, stresin özellikle “stres/rahatsızlık” boyutunda ve saldırganlığın tüm alt boyutlarında hentbolculara kıyasla istatistiksel olarak daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Sporcuların algıladıkları stres ve saldırganlık düzeyleri bireysel ve çevresel faktörler tarafından şekillenmekte; özellikle cinsiyet ve annenin eğitimi bu süreçte belirleyici rol oynamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Voleybol; Hentbol; Stres; Saldırganlık

ABSTRACT

EXAMINATION OF STRESS AND AGGRESSION LEVELS OF VOLLEYBALL AND HANDBALL PLAYERS LIVING IN ADIYAMAN PROVINCE

İpek GÜVENOĞLU

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Adıyaman Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, 08/2025, Sayfa:...

Dr. Öğr. Üyesi Murat YILMAZ

The aim of this study is to examine the perceived stress and aggression levels of students who are actively engaged in youth handball and volleyball branches in terms of demographic variables. The research was conducted using the descriptive survey model, and as one of the quantitative research methods, the “Perceived Stress Scale” developed by Eskin et al. (2013) and the “Buss-Perry Aggression Questionnaire” adapted by Madran (2012) were administered to the athletes. The collected data were analyzed using the SPSS program, and the level of statistical significance was accepted as. As a result, it was found that female volleyball and handball players had higher levels of stress and aggression compared to their male counterparts. This finding aligns with many previous studies indicating that females, particularly in verbal and relational aggression, tend to show higher levels than males. Statistically significant differences were observed in the stress and aggression levels of athletes based on their sports branches. Volleyball players were found to have significantly higher levels of stress, especially in the “stress/discomfort” dimension, as well as in all sub-dimensions of aggression, compared to handball players. These findings highlight the importance of implementing stress management, anger control, and psychological resilience programs for coaches and sports psychologists, as athletes' heightened stress and aggressive responses may impact both their well-being and athletic performance.

Keywords: Volleyball; Handball; Stress; Aggression

TEŞEKKÜR

Akademik hayata adım atmamda ve bu yolda ilerlememde bana rehber olan, değerli bilgi ve tecrübelerini benimle paylaşan, akademik bilgisine ve hayata bakış açısına her daim hayranlık duyduğum, bu çalışmanın temellerinin atılmasında ve hayata geçirilmesinde yol haritam olan değerli danışman hocam Sayın Dr. Öğr. Üyesi Murat YILMAZ'a sonsuz teşekkürlerimi sunarım.

Yüksek lisans sürecim itibaren bilimsel anlamda değerli bilgi ve tecrübelerini benimle paylaşıp, bu alanda ilerlememe katkı sağlayan ve beni bu zorlu sürecimde her zaman desteğiyle telkin eden çok değerli hocalarıma Doç. Dr. Ümit YETİŞ, Dr. Öğr. Üyesi Emrah SEÇER ve Doç. Dr. Mehmet KARTAL'a teşekkür ederim.

Yüksek lisans sürecim boyunca desteğini benden esirgemeyen sınavlara beni hazırlayan katkı sağlayan ve bu süreç içinde her daim beni motive eden arkadaşlarım Eren ÖZÇELİK, Mehmet KIRMIZIGÜL, Zeliha ER ve Gamze KARTAL, Sevinç KACAR, Suzan BARUT, Havva DEMİR ve Hasibe Nur KARATAŞ'a emekleri ve dostlukları için teşekkür ederim.

Tez sürecim boyunca her zaman yanımda olan, beni sabırla dinleyen, anlayışla yaklaşan ve en yoğun anlarımda dahi desteğini esirgemeyen sevgili öğrencilerime ve beraber çalıştığım yol arkadaşım Burak TOPBAL'a gönülden teşekkür ederim. Yoğun çalışmalar arasında zamanlarını benimle paylaşarak katkı sunmaktan kaçınmayan, fikirleriyle yolumu aydınlatan, kimi zaman stresli ve yorucu anlarımda gösterdikleri olgunluk ve hoşgörüsü süreci benim için daha katlanılır hâle getiren öğrencilerim ve beraber çalıştığım yol arkadaşım Burak TOPBAL'a bu çalışmada emeği geçen en kıymetli yol arkadaşlarım oldular. Her birinize ayrı ayrı teşekkür ederim.

Bugüne gelmemde bana en büyük desteği sağlayan, sporculuk kariyerimden sonra beni bu alanda ilerlemeye yüreklendiren, beni bu şekilde yetiştirdiği için minnettar olduğum canım annem Fatma GÜVENOĞLU, babam Hüseyin GÜVENOĞLU'na ve kelimelerle ifade edemeyeceğim kadar çok sevdiğim canım kardeşlerim Dilan GÜVENOĞLU VE Alishah GÜVENOĞLU'na teşekkür ederim. Siz olmasaydınız bugünlere gelemezdim.

Ve son olarak yüksek lisans tezimi, koşulsuz sevgiyi öğreten, hayata bakışları ve özverileriyle çok şey öğrendiğim canım dayım Tayyar GEZER'e ithaf ediyorum. Bana verdiğin bütün emekler için minnettarım.

ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ

Bu tezin bana ait, özgün bir çalışma olduğunu; çalışmamın hazırlık, veri toplama, analiz ve bilgilerin sunumu olmak üzere tüm aşamalarında bilimsel etik ilke ve kurallara uygun davrandığımı; bu çalışma kapsamında elde edilen tüm veri ve bilgiler için kaynak gösterdiğimi ve bu kaynaklara kaynakçada yer verdiğimi; bu çalışmanın Adıyaman Üniversitesi tarafından kullanılan “bilimsel intihal tespit programıyla tarandığını ve hiçbir şekilde “intihal içermediğini” beyan ederim. Herhangi bir zamanda, çalışmamla ilgili yaptığım bu beyana aykırı bir durumun saptanması durumunda, ortaya çıkacak tüm ahlaki ve hukuki sonuçları kabul ettiğimi bildiririm.

İpek GÜVENOĞLU

İÇİNDEKİLER

Sayfa

BAŞLIK SAYFASI.....	Hata! Yer işareti tanımlanmamış.
JÜRİ VE ENSTİTÜ ONAYI	ii
ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
TEŞEKKÜR.....	v
ETİK İLKE VE KURALLARA UYGUNLUK BEYANNAMESİ	vi
İÇİNDEKİLER.....	vii
TABLolar DİZİNİ.....	ix
SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ.....	xi
1.GİRİŞ.....	1
1.1. Problem Cümlesi.....	3
1.2. Alt Problemler	3
1.3. Araştırmanın Önemi.....	4
1.4. Araştırmanın Varsayımları	4
1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları	4
2. GENEL BİLGİLER	5
2.1. Voleybol	5
2.1.1. Voleybolun dünyadaki gelişimi.....	5
2.1.2. Türkiye’de voleybolun gelişimi.....	6
2.2. Hentbol.....	6
2.2.1. Hentbolun tarihsel gelişimi	7
2.2.2. Türkiye’de hentbol gelişimi.....	7
2.3. Stres.....	9
2.3.1. Stres ve stres kaynakları alanında spor psikolojisi.....	10
2.3.3. Sporcularda stres üzerine araştırmalar	18
2.4. Saldırganlık	21
2.4.1. Saldırganlık türleri	23
2.4.2. Saldırganlık davranışlarının kökenleri	24
2.4.3. Saldırganlığın sonuçları.....	28
2.4.4. Saldırganlık kontrol yolları.....	29

3.YÖNTEM	37
3.1. Araştırmanın Yöntemi	37
3.2. Araştırma grubu Evren ve Örneklem.....	37
3.3. Araştırmanın Veri Toplama Araçları.....	37
3.4. Araştırma Verilerinin Analizi.....	40
4.BULGULAR	42
5. TARTIŞMA VE SONUÇ	67
KAYNAKÇA.....	80
EKLER	
ÖZ GEÇMİŞ	



TABLÖLAR DİZİNİ

	Sayfa
Tablo 3. 1. Demografik özellikler	39
Tablo 3. 2. Ölçeklerin cronbach alfa güvenirlik katsayıları (A)	40
Tablo 3. 3. Ölçek puanlarının ortalama, standart sapma, minimum, maksimum, çarpıklık ve basıklık değerleri (N=457).....	41
Tablo 4. 1. Voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması	42
Tablo 4. 2. Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması	42
Tablo 4. 3. Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması	43
Tablo 4. 4. Hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması	43
Tablo 4. 5. Voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması.....	44
Tablo 4. 6. Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması.....	45
Tablo 4. 7. Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması.....	46
Tablo 4. 8. Hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması.....	47
Tablo 4. 9. Voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması.....	48
Tablo 4. 10. Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması.....	49
Tablo 4. 11. Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması.....	50
Tablo 4. 12. Hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması.....	51
Tablo 4. 13. Voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin anne meslek durumuna göre karşılaştırılması.....	52
Tablo 4. 14. Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin anne meslek durumuna göre karşılaştırılması.....	53

Tablo 4. 15. Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin anne meslek durumuna göre karşılaştırılması.....	54
Tablo 4. 16. hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin anne meslek durumuna göre karşılaştırılması.....	55
Tablo 4. 17. Voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin baba meslek durumuna göre karşılaştırılması.....	56
Tablo 4. 18. Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin baba meslek durumuna göre karşılaştırılması.....	57
Tablo 4. 19. Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin baba meslek durumuna göre karşılaştırılması.....	58
Tablo 4. 20. Hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin baba meslek durumuna göre karşılaştırılması.....	59
Tablo 4. 21. Voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin okul türüne göre karşılaştırılması.....	60
Tablo 4. 22. Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin okul türüne göre karşılaştırılması	61
Tablo 4. 23. Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin okul türüne göre karşılaştırılması.....	61
Tablo 4. 24. Hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin okul türüne göre karşılaştırılması .	62
Tablo 4. 25. Voleybolcuların stres düzeyleri ile yaş, kardeş sayısı ve gelir durumu arasındaki ilişki.....	62
Tablo 4. 26. Voleybolcuların saldırganlıkları ile yaş, kardeş sayısı ve gelir durumu arasındaki ilişki.....	63
Tablo 4. 27. Hentbolcuların stres düzeyleri ile yaş, kardeş sayısı ve gelir durumu arasındaki ilişki.....	63
Tablo 4. 28. Hentbolcuların saldırganlıkları ile yaş, kardeş sayısı ve gelir durumu arasındaki ilişki.....	64
Tablo 4. 29. Voleybolcuların algıladıkları streslerinin saldırganlıklarını yordayıcılığına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi	64
Tablo 4. 30. Hentbolcuların algıladıkları streslerinin saldırganlıklarını yordayıcılığına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi	65
tablo 4. 31. Sporcuların algıladıkları stres düzeylerinin branşa göre karşılaştırılması	65
tablo 4. 32. Sporcuların saldırganlık düzeylerinin branşa göre karşılaştırılması	66

SİMGELER VE KISALTMALAR DİZİNİ

ANOVA	: Varyans Analizi (varyans analizi)
FIVB	: Uluslararası Voleybol Federasyonu'nun (FIVB)
N	: Örnek Sayısı
P	: Anlamlılık Düzeyi (olasılık değeri)
R	: Korelasyon Katsayısı
SPSS	: Sosyal Bilimler İstatistik Paketi
YMCA	: Hristiyan Birliği
α	: Anlamlılık Düzeyi (genellikle %5 hata düzeyi)
NCAA	: Amerikan Kolej Sporları Kurumu

1.GİRİŞ

Dünyadaki ülkelerin saygınlığımız, ekonomik ve sosyo-politik durumdaki siyasi yaşamdaki hızlı gelişmeler, belirsizlik ve siyaset biliminin ani değişimleri nedeniyle ortaya çıkan "stres" terimi işletme, ekonomi, eğitim ve sporun birçok alanında kullanılan bir kavram haline gelmiş ve kendine yer bulmuştur (Aytaç, 2009). Günlük hayatın koşuşturmacasından uzak bir günde kişinin sosyal beceri kazanma oranı daha düşük, fazla kilolu, fiziksel, psikolojik olarak daha saldırgan ve mutsuz olduğu görülmektedir. Bu durumla karşılaştığımız kişilerin daha stresli, daha saldırgan ve şiddet uygulayan bireyler olmasına neden olur (Şeker ve Uslu, 2020). Stres kişiden kişiye değişen bir durumdur çünkü net bir tanım yapmak zordur. Baltaş ve Baltaş (1996) stresi "zihinsel ve fiziksel bütünlüğün yanı sıra birey üzerindeki baskının bütünlüğünü tehdit etmesi ve rahatsız edici faktörlerden kaynaklanabilecek bir durum olarak tanımlanması" ile yapılır. Stres; sıcak, soğuk, ameliyat ve üzüntü gibi fiziksel stres ve ölüm, başarısızlık ve aile sorunları gibi birçok farklı duygusal stres türü olabilir (Kachef, 1994).

Sporcuların strese bağlı yan etkileri, sporcuların performanslarında gözlenen saldırgan davranışlar sergilemesine neden olabilir (Yılmaz vd., 2021). Singh (2018) yaptığı çalışmada sporun, bireylerin stres ve strese bağlı duyguları bastırmasına yardımcı olabilecek önemli bir faktör olduğunu belirtti. Fiziksel aktivite ve spor stresi, önemli tedavi araçları olduğu bilinen bireylere de büyük destek sağlar. Ancak sporda kendine oldukça fazla stres gösterdiğini ve sporcunun potansiyelinin altında niteliksel performans gösterdiğini bu yüzden bilinen bir gerçektir. Bu, sporcunun benlik saygısının kısıtlanmasına neden olabilir ve hatta çevrelerindeki insanlar tarafından yadırganabilir. Takım arkadaşları ve antrenörler, özellikle aile ve arkadaş alanı dışında genç sporculara yönelik beklentileri olan sporcuların, sebeplere cevap vermeleri için üzerlerine baskı uyguladıkları şeklinde değerlendirilebilir (Şahin, 2003). Sporcuların başarıya ulaşabilmesi için strese neden olan durumlarla düzgün bir şekilde başa çıkabilmeleri gerekir (Gould ve vd., 1993). Folkman ve Lazarus, "bireylerin iç ve çevresel çatışmalarını ve arzularını kontrol etmek, başa çıkmak ve yaşamınızdaki gerilimi en aza indirmek için duygusal ve davranışsal tepkiler sergilemek olarak tanımlanır " (Folkman ve Lazarus, 1985). Sporcunun psikolojik durumunu etkileyen özelliklerinin özgüven, stres yönetimi, kaygı, atılganlık, kararlılık, özdenetim gibi performans gibi birçok önemli faktörü vardır. Ayrıca aşırı gerginliğin, düşük konsantrasyon ve motivasyonun, olumsuz düşüncelerin, düşük benlik

saygısının, stresle baş etmenin düşük beceriler nedeniyle performans üzerinde olumsuz bir etkisi olduğu ileri sürülebilir (Alp ve Ergül, 2018; Ekstrand ve vd., 2003). Sporcuların strese bağlı olumsuzluklardaki performansları sporcuların saldırgan davranışlar sergilemesine neden olabilir. Saldırganlık "onu kontrol altına almak için üstlerine gelmek, düşmanlığı önlemek veya bir şeyin olmasını engellemek için yıpratıcı, incitici, acı verici bir davranış biçimidir" (Tiryaki, 2000). Saldırgan davranış kalıpları genellikle hedef odaklıdır ve bir kişiye, bir gruba veya bir topluluğa yönlendirilebilir. Bu tür davranışlarla karşı karşıya kalan bireyler kaçınma davranışları veya benzer davranışlar sergilerler (Erdoğan ve Oto, 2004). Bu tür bir toplum, saldırgan davranışlar için bir kişiye izin vermeyecek veya bu davranışı bastırmayacak veya size toplum tarafından kabul edilme yolunu sunacaktır. Bu yöntemlerden biri de sportif faaliyetlerdir (Karabulut, 2013). Bir birey ya da bir takım oyuncusu agresif içgüdüsünden spor yoluyla tatmin olmayı seçebilir (Cengiz, 2004). Saldırgan davranış aynı zamanda antrenörün taktikleridir ve antrenörlük türünün taraftarların ve medyanın baskısından kaynaklanabileceğini göstermiştir. Özellikle takım sporlarında "saldırgan savunma" ve "saldırgan oyun" gibi kelimeler kullanma alışkanlığı haline gelmiştir. Burada "agresif oyun" terimi onaylanmış durumu gösterir. Ödül, kuralların sınırlarını aşmaz veya desteklenmez. Bununla birlikte, günlük yaşamda saldırgan davranışlar veya yasalarla veya sosyal kurallarla sınırlandırılmıştır (Doğan, 2004). Günümüzde çocuklar ve gençlerle giderek daha yaygın ve ölümcül kavgalar yaşanıyor; şiddet içeren haberlerin olduğu bir gerçektir (Yasuntimur, 2021). İşyerinde, sokakta, ailede, yaşlıları arasında saldırgan davranışlarda birçok farklı biçimde ortaya çıkan veya spor müsabakalarında sık görülmeye başlandı (Erdoğan ve Oto, 2004). Gençlerde sosyal, bireysel ve psikolojiye yönelik saldırgan davranışların daha etkili faktörler olduğu bilinmektedir (WHO, 2021). Bu davranışlarda periyodik olarak meydana gelen hormonal değişiklikler üzerinde çalışıyor. Bu yoğun duygusal durumlarda yaşayan ve rahatlayan ergenler için spor, olumsuz duygulardan uzaklaşmak için kullandıkları en etkili yöntemlerden biridir. Spora katılmak, çocuklarda ve gençlerde benlik algısını ve duygusal zorlukları güçlendiren, sahip olan insanlar üzerinde terapatik bir etkiye sahiptir (Steptoe ve Butler, 1996). Bu nedenle gençlerin spora harcadıkları zaman arttıkça psikolojik belirtilerinin şiddetinin azaldığı, yaşam kalitesi puanlarının ve arkadaşlarıyla geçirdikleri zamanın arttığı ve arkadaşları arasında kendilerini daha başarılı hissettikleri ileri sürülmüştür (Çekin ve vd., 1996).

1.1. Problem Cümlesi

Araştırmanın problem cümlesi: Adıyaman ilinde yaşayan voleybolcular ve hentbolcuların stres ve saldırganlık düzeyleri nedir?

1.2. Alt Problemler

Araştırma, aşağıdaki sorunlara cevap vermeyi amaçlamaktadır:

1. Cinsiyet açısından voleybolcuların stres ve saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
2. Cinsiyet açısından hentbolcuların stres ve saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
3. Annenin eğitim durumu ile voleybolcuların stres ve saldırganlık düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık var mı?
4. Annenin eğitim durumu ile hentbolcuların stres ve saldırganlık düzeyleri ile annenin eğitim durumu açısından anlamlı bir farklılık var mı?
5. Babanın eğitim durumu ile voleybolcuların stres ve saldırganlık düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık var mı?
6. Babanın eğitim durumu ile hentbolcuların stres ve saldırganlık düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık var mı?
7. Kardeş sayısı ile voleybolcuların stres ve saldırganlık düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık var mı?
8. Kardeş sayısı ile hentbolcuların stres ve saldırganlık düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık var mı?
9. Aile gelir düzeyi ile voleybolcuların stres ve saldırganlık düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık var mı?
10. Aile gelir düzeyi ile stres ve saldırganlık düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık var mı?
11. Spor branşı değişkeni ile voleybolcuların ve hentbolcuların stres ve saldırganlık düzeyleri açısından anlamlı bir farklılık var mı?

1.3. Araştırmanın Önemi

Yapılan incelemelerde; voleybolcular ve hentbolcuların, saldırganlık ve stres düzeyleri bazı değişkenlere göre incelenmesi alan yazında yapılan bilimsel çalışmaların öğrencilerin saldırganlık düzeyleri ile stres arasındaki ilişkinin irdelenmesi, araştırmanın sonuçlarına göre yönlendirmeler yapılması, sağlıklı bir spor hayatı için gerekli veriler elde etme açısından önemlidir. Bu veriler sonraki zamanlarda yapılması beklenen çalışmalar aydınlatması açısından önem arz etmektedir. Araştırmanın sonuçları voleybolcuların ve hentbolcuların saldırganlıkları ve stres düzeylerine göre ilerleyen süreçte yol gösterici olma konusunda referans olabilecektir.

Yapılan literatür çalışması sonucunda bu alanda saldırganlık ve stresin incelendiği böyle bir çalışmanın olmaması açısından önemli bir boşluğu dolduracağı düşünülmektedir.

1.4. Araştırmanın Varsayımları

Araştırmanın varsayımları aşağıdaki gibidir:

1. Araştırmaya katılanların veri toplama aracında yer alan kişisel bilgi formuna ve anketteki sorulara verdikleri cevapların içten, samimi ve doğru cevaplar oldukları varsayılmıştır.
2. Araştırmaya katılan örneklem grubunun sayısının araştırmanın evreni temsil edebileceği varsayılmıştır.

1.5. Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki gibidir:

1. Araştırma, çalışmaya katılan sporcuların kişisel bilgi formu, Buss Perry'nin saldırganlık ölçeği ve algılanan stres ölçeğine verdikleri cevaplar ile sınırlıdır.
2. Araştırma 2024-2025 yılları arasında Adıyaman ilinde yaşayan 12-24 yaş arası lisanslı sporcular ile sınırlandırılmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Voleybol

Voleybolun tüm dünyada oldukça popüler olduğu maçta zaman kısıtlaması olmaksızın güç, çeviklik, hareketlilik, esneklik, dayanıklılık ve zıplama gibi oyun dinamiklerine dayanan yüksek, fiziksel olarak aktif bir oyundur (Erhan, 1995). Gökten'e göre üst düzey beceri gerektiren, düşük tempolu toparlanma aktiviteleri aralıkları ve hareketlerin taktik ve teknik becerilere dahil edildiği yüksek tempolu, bir sporun spor olarak tanımlanan bir spor olduğu durumlarda kesinlikle gereklidir (Gökten, 2016).

Tarihsel olarak, sporun ortaya çıkışı ve popüleritesi, ulusal ve uluslararası yarışmaların organizasyonuna uygun olarak geliştirilmiştir. Bu kapsamda günümüze kadar da gerçekleşen voleybol sporu geniş kitlelere ulaşmıştır (Mazharoğlu, 2004). Voleybolun dünyadaki ve ülkemizdeki kökenini ve gelişimini anlamak için tarihe bakmak gerekir.

2.1.1. Voleybolun dünyadaki gelişimi

1895 yılında beden eğitimi öğretmeni ve voleybol sporu yapan William Morgan, sıkılmayanların ilki tarafından tasarlanan genç erkekler Hristiyan Birliği (YMCA) için "Minotte adı altında" adı verilen bir vakıfta oynandı. Eğlenmek ve vakit geçirmek amacıyla başlayan etkinlik, yarışmaya yeni bir başlangıç dahil edildi (Eralp ve Çotuk, 2006). Temel motor becerileri zekâ ile oynanan ve birçok değişikliğe uğrayan bir spordur ve günümüzde görülebilir (Vurat, 2000).

Daha sonra "Minotte" olarak değiştirildi ve topun yere değmeden hareket etmesi üzerine yapılan vuruş "voleybol" oyununa dayalı olarak kabul edildi. İlk oyunun tasarımcısı YMCA ve Amerikan Kolej Sporları Kurumu (NCAA) tarafından belirlenen Morgan voleybol kuralları, ortak çalışmalar sonucunda 1916'da yeniden düzenlendi ve Ulusal YMCA ve NCAA hızla yakalandı ve Avrupa'ya I. Dünya Savaşı sırasında tanıtıldı. Amerikan askerleri. Uluslararası Voleybol Federasyonu'nun (FIVB) 1947'de Paris'te kurulmasından sonra uzun bir süre çeşitli ülkelerin bağımsız gelişimi. İlk Dünya Şampiyonası 1949'da erkekler ve 1952'de kadınlar için oynandı. (URL-2)

2.1.2. Türkiye’de voleybolun gelişimi

Voleybol 1919 yılından bu yana ülkemizde ilgi gösteren Selim Sırrı TARCAN'ın yetiştirdiği beden eğitimi öğretmenleri, voleybolun altyapısını okulda inşa etmesi sayesinde Türkiye'de bir ilk oldu. Selim Sırrı TARCAN, İstanbul, İstanbul ili Beden Eğitimi Öğretmenliği Yüksekokulu'nda erkek öğretmenlik yaparken, YMCA organizasyonlarında da öğrencilerine voleybol görüp oynadıklarını öğretti. Buradan çok kısa sürede mezun olan öğrencilerle Tüccar Taylorlar, Vefa, Pertevniyal, Galatasaray ve Haydarpaşa Liseler arası turnuvasında büyük ilgiyle karşılanan Haydarpaşa Lisesi oyunu daha iyiye gitti. Daha sonra kulüp üniversiteler arası bir şube olarak yerini almıştır (Eralp ve Çotuk, 2006).

1948-1970 Yılları arasında düzenlenen bölgesel voleybol turnuvaları 1924-1948 yıllarında “Türkiye Voleybol Şampiyonası” adı altında düzenlendi. 1970-1971 sezonunda erkekler, kadınlar için 1984-1985 sezonunda "deplasmanlı Türkiye Voleybol Ligi" düzenlendi. Türkiye Voleybol Erkek Milli Takımı'nın ilk resmi uluslararası maçı 1956'da Paris'te "Erkekler Dünya Voleybol Şampiyonası" olarak, ilk Uluslararası Kadınlar müsabakası 1957'de "Uluslararası Turnuva" ile İstanbul'da oynandı.

Ülkemizde kadın voleybol kategorisinde yer alan milli takımlarımız, 16 yaş altı, 18 yaş altı, 20 yaş altı, ve 23 yaş altı; resmi ve özel uluslararası erkek voleybol müsabakalarında A kategorisinde, 17 yaş altı, 19 yaş altı, 21 yaş altı, ve 23 yaş altı çeşitli sınıfları temsil eder. Ülkemizi temsil etmek üzere 22 yaş altı plaj voleybolu ve 20 yaş altı milli takımlarımız 18 yaş altı takımlar ve yetişkin erkek ve kadın kategorilerinde yer almaktadır. Yarışmaya 2017 yılında ülkemizden gelen kar voleybolu da eklenmiştir (URL-1). Günümüzün voleybolu ve popüler sporları arasında dünyanın en popüler ve Ulusal Federasyonu olan 165 milyon 150 aktif sporcu ile FIVB birleşti (Pakoğlu, 2019).

2.2. Hentbol

Hentbol, her iki takımı da hesaba katar ve branş kurallarını rakip takımın önünden geçerek sahaya yansıttığı bir takım oyunudur (Albay vd. 2008). Takımdaki oyuncular yarışma süresince en fazla on dört takımdan ve sporcudan oluşmakta olup, oyuna katılmalarına izin verilen maksimum oyuncu sayısı yediden oluşmaktadır. Oyun sırasında geriye kalanlar sporcuların yerine geçer. Bir oyun sırasında bir atlet her takımda kaleci olarak görev yapar. Her zaman

sahadaki kaleci kalmalı; takımdaki diğer sporcular bir oyun olabilir veya oyuna katılabilir, böylece istedikleri zaman geçiş yapabilirler. Oyunda da devam edebilir ancak kaleci olarak (Türkiye Hentbol Federasyonu 2021).

Kuralda hata teşkil etmeyen ayak topu ve vücudun diğer kısımlarına dokunmadan topla dokunmadan alt gövde eliyle oynanan bir oyundur.

Ayakları kullanma hakkının savunulması halinde kaleciler tarafından kullanılabilir. Topu tutan oyuncu üçten fazla adım atma hakkına sahip değildir. Oyunun başlangıcı oyunun kurasına göre belirlenir ve alanın ortasından yapılır (Sevim, 2006).

2.2.1. Hentbolun tarihsel gelişimi

Günümüzde güncel ve çağımızda en çok takip edilen toplum takım sporu tarihsel bir gelişim sürecidir. Antik çağlardan beri kale kalıntılarında hentbolun nasıl oynandığını gösteren kabartmaların antik kentleri Yunanistan'da yer almakta olup, burada pire tasvir edildiği keşfedilmiştir (Ensari, 1993). Çağımızda, jimnastik hentbol oyunu nedeniyle ilk eğitim faydaları olarak ortaya çıkmıştır. Oyunun temel kuralları Danimarka'da ortaya çıktı (Ensari, 1993). Hentbol, 1920-1928 yılları arasında amatör atletik bir oyunla beslenerek silme faaliyetlerini sürdürdü. 1928 Yılından itibaren ayrı bir federasyon olarak yeniden yapılanarak uluslararası amatör Hentbol Federasyonu'nda faaliyetlerine devam etmiştir (Sevim, 2006). 1936 Berlin Olimpiyatları'nın bir spor olarak kabul edilmesi, yapılan faaliyetler sonucunda Almanya'nın 1933'teki girişimlerinin sonucuydu. Hentbol 1934'ten önce açık havada oynanır, ilk müsabakalar Kopenhag'daki spor salonunda oynanırdı (Dorak, 1997). Olimpiyat Oyunları'nda Almanya'da 1936 Olimpiyat Oyunları'nda hentbol ilk şampiyonluğu kazandı (Taşucu, 2002).

1938'de erkek sporcuların katılımıyla ilk Dünya Şampiyonası düzenlendi. 1946'da Uluslararası Hentbol Federasyonu kurulduktan sonra 1949'da ilk kadınlar Hentbol Dünya Şampiyonası'nı düzenledi (Erduran, 2008).

2.2.2. Türkiye'de hentbol gelişimi

1927-1938 yılları arasında ülkemizde açık alanlarda hentbol oynamaya başladı. Ülkemizde Hentbol beden eğitimi öğretmenliği eğitimi alanında Almanya'da Tağma Nafi, Hüsamettin Güreli, Zeki Gökışık önderliğinde ilk askeri okullara başladı. Akademinin sanayiye

katkı sağlaması amacıyla Ankara Gazi Eğitim Enstitüsü Hentbol Beden Eğitimi Bölümü'nün yanı sıra Hentbol-Hentbol, ortaya konan bazı özel kurallara ve sanayiye katkı sağlamıştır. Türkiye eğitim cemiyeti, 1934 yılında ilk kez hentbol oyunu kuralı sırasında resmen serbest bırakıldı. İlk yarışma 1938'de resmi olarak açık alanda hentbol olarak yapıldı. Vedat Abut Hentbol Federasyonu'nun ilk başkanlığını yaptı ancak daha sonra başarısız olan Gökay görev yaptı. Vahid Hentbol Federasyonu Başkanı Çolakoğlu, 1958 yılında Türk hentbolunda "voleybol, el topu" çabalarına yeni bir bakış atıyor. Jandarma kuvvetleri Akademisi, Tarım, Gençlik, Maltepe, Emniyet, Anıtlar, Spor, Kulüp spor takımları, ve Doğu Pınar'ın da katılımıyla spor gibi kulüp takımları arasında açık olan bu dönemde oynanan hentbol müsabakalarında genel olarak saha akademi takımı şampiyon oldu. Ülkemizde hentbol, voleybol ve basketbolun spor oyunları dalları altında bir araya geldiği 1942 yılında Federasyonun, hentbol oyununun gelişerek ilerlemesi hızlanmıştır.

Türkiye'de İstanbul Birinci Ligi Hentbol Ligi Hentbol Şampiyonası ve ilk defterdar olarak kurulan 1942-1943 sezonunu takım kazandı. Fenerbahçe ve Galatasaray'ın 1943-1944 1944-1945 sezonunda hedef aldığı 1945-1955 sezonunda şampiyonluğa ulaştı. Türkiye milli hentbol takımı, 1945 yılında şampiyonanın ilk Harp Akademisinde birinciliği elde etti.

1941 Yılında Hasan Örengil, 1947 yılında Mehmet Topal tarafından İlyas adı altında Sinal bilgilendirici kitaplar hazırladı. 1945 yılı itibariyle kadınlar arasında 15 dakikalık 2 periyotta hentbol müsabakaları yapıldı. 1960-1962 yılları arasında hentbol hakemi İbrahim Selet hocalık kurslarının açtığı hakemlik kursunu tamamlayan ve sertifika alan kişilere verildi. Bu konuda hakem ve sertifika kursunda ilk açılan grup ilk oldu. 1974-1975 yılları arasında ülkemizde hentbol branşında önemli arayışlar başladı. Millî Eğitim Bakanlığı'nın yurt dışına gönderdiği ilgili tarihlerde beden eğitimi öğretmenleri aldıkları eğitimler sonucunda Federal Almanya Cumhuriyeti'nde beden eğitimi bölümünü ülkemizde ve başlattığı çalışmaların temelini oluşturan bugünkü hentbol oyununu paylaştı. 1975 Yılında hentbol Salonu'nda öğretim görevlisi Sevim Yaşar tarafından ilk kez düzenlenerek bir kitap haline getirilmiş ve yayına getirilmiştir. Anka Gazi Eğitim ve Spor Enstitüsü Hentbol ve Hentbol Akademisi'nde oyunu üzerinde çalışarak ülkemizin kurulmasına ve yaygınlaşmasına katkıda bulunmuştur. 1976 Yılında beden eğitimi genel müdürü ve gençlik ve Spor Bakanı Ali'nin coşkusunu hedef alan merhum hentbol federasyonu, Ahmed Talat'ın çabalarıyla branş düzeyinde bir kurum haline gelmiştir. Böylece ülkemizde Hentbol Federasyonu 22. federasyon olarak kurulmuştur. Almanya Köln Spor takım

sporları ve diğer canlı hentbol antrenman sahalarında akademide, Hentbol Federasyonu başkanı olarak görev yapmıştır. 1977 Yılında ülkemizde hentbol Federasyonu'nun kurulması Üniversitenin beden eğitimi ve spor bölümlerinde hentbol ve branş bölümlerinin programlarına dahil edilmiş diğer eğitim kurumları zamanla kurulmuştur. Hentbol antrenörlüğü ve hakemlik kurslarının daha etkin bir şekilde yaygınlaşması ve kurumsallaşması ile ülkemiz zaman içinde yaygınlaşmıştır. <http://www.thf.org.tr/thf/hakkinda/tarihce/1>).

2.3. Stres

Günlük hayatımızda stres kavramı sıkça kullanılan bir kelime haline gelmiştir. Bu anlamda anlamlar stres açısından farklılık gösterebilir. Araştırmacılar bunun aslında kötü olmadığını iddia ederken stresi pozitif stres ve negatif stres (sıkıntı) olarak tahsis etmişlerdir (Lin ve Yusoff, 2013). Stres kavramının evrensel olarak tanımlanması zor olmasına rağmen, önce var olan vücudun kendisinden araştırmacılar, herhangi bir stresin ne olduğuna belirsiz bir tepki olarak tanımlanır. (Selye, 1976, s. 137). Aslında, bizden ve çevremizden talep edilen bir ihtiyaca yönelik tekliflerinin, mevcut çalışmalarla yapabileceğimiz şeyler arasındaki yetersiz uyumdan kaynaklandığını vurguluyor (Scanlan vd., 1996); diğer çalışmalar ise kişi ile çevre arasındaki dinamik ve karmaşık sürecin sistemin diğer katmanı olarak tanımlandığını vurguluyor (Cox ve Mackay, 1976, s. 18).

Araştırma sonucunda birçok stres türü tanımlanmıştır. Stresin tanımları psikolojik stres ve fizyolojik stres de yapılır. Bireyin çevreye olan ilişkisinin bir sonucu olarak ortaya çıkabilecek psikolojik stres, tepki aşamasında karşılaşılan dış ve iç uyaranlarla o anda zorlu olaylara yol açabilecek, meydana okuyabilecek, tehdit edebilecek ve hasar sonucu ortaya çıkan üç aşamadan geçebilecek. Bu aşamalardan duygularla ilişkilidir. Buna göre, duygusal tepkiler ve temel temalar şeklinde tanımlanan ilişkiler (Krohne, 2002). Fizyolojik strese maruz kaldığında organizmada ortaya çıkan olaylar fiziksel reaksiyonlar olarak ifade edilir. Sürecin bu aşamaları üç aşamadan oluşur. Solunumun ilk aşaması, stresle hızlanma alarmı, adrenalin, kas gerginliğini artırma gibi biyokimyasal reaksiyonlar ikinci aşama, süreci mümkün olduğunca uyarlamaya çalışılması durumunda strese direnç kazandırır. Tükenme süreci stresin aşaması y'nin tekrarlanması durumunda ciddi duygusal ve davranışsal sorunlara neden olan olayın son üçte biri olabilir (Lazarus ve Folkman, 1984).

Ayrıca bireyin yaşamı strese neden olabilecek değişikliklere uyum sağlayabilmelidir. İşletme, değişim okulları veya yeni ortama geçiş olarak yaşam boyu değişimlere uyum sağlamalıdır. Ancak her insanın bu değişikliklere farklı tepkileri vardır, farklı deneyimleri farklı değişikliklerle nasıl algıladığınız önemlidir. Potansiyel göreceli olarak kişiden kişiye ve duruma göre az ya da çok stresli olabilir. Bu nedenle objektif olarak ölçülemediği gerçeğinin altını çizen ispat (White et al., 2008).

Stresin bir kişi üzerindeki etkileri değişir. Lazarus ve Cohen (1977) yoğunluğun etkilerini göz önünde bulundurarak dört ana stres türü belirlediler. İlk stres türü, çevrenin fiziksel ortamıyla ilgili olan strestir. Sık sık karşılaştığımız çevrenin stresi, hava kirliliği, gürültü, trafik, ve kalabalığı göremiyor. İnsan hayatının ikinci stres türü sıradan, gündelik okul koşulları ve bunlar sık karşılaşılan zorluklar, aile sorunları, cinsiyet ve mobbingdir. Üçüncü tip insanlar eti daha az strese sokar, ancak güçlü bir etkiye sahip olan kilen ani yaşam olaylarını içerir. Farklı sosyal alanlardaki küçük değişiklikler, bir kişinin hayatında değişikliklere neden olur. Bu yaş, yer değiştirme, iş kaybı. Dördüncü ve son stres, en etkili yüksek yoğunluklu stres türüdür. Olayların büyük trajedileri göz önüne alındığında, felaket ve felaket tepkileri beklenmediktir. Aynı zamanda terör saldırıları ve etkileyen doğal afetler gibi olaylar birden fazla kişiden meydana gelmektedir (Lazarus, 2000). Üç kategori dört tip stres seviyesi olarak sınıflandırılır, hatta değerlendirilmektedir. Bunlar akut stres, kronik stres ve epizodik stres. Akut stres, kendi kendini sınırlayan, şiddeti düşük, kısa süreli, düşük seviyeli stres nedeniyle kişiye zarar verme eğilimi en yaygın ve yönetilebilir olanıdır. Kronik stres, işlevsel olmayan, yoksullukla ilişkili uzun vadeli hastalıklar, ve kalıcı bir mahkumdur, bu nedenle bireysel streslerdir. Epizodik akut stres, verilen yanıtların kişinin bireysel özelliklerinden çok daha fazla görülür. Hayattaki bu bireyler endişeli, saldırgan, ve aceleci davrandıklarında (Lazarus, 2000).

2.3.1. Stres ve stres kaynakları alanında spor psikolojisi

Birçok araştırmacı sporcu-sporcu-öğrencinin deneyimlerinin stresin neden olduğunu düşündükleri rolün doğasında yattığını belirtmektedir (Giacobb ve diğ. 2004; Stevens ve diğ. 2013). Stresle nasıl başa çıkılır? Sporcuların algılanan kritik faktöre nasıl tepki vereceği. Bu anlamda sporcularda strese tepki süreci araştırılmaya başlanmıştır. Teorik bir tanımlama çerçevesinde beş aşamaya ayırmıştır. Birinci aşamada çevresel talepler (fiziksel ve psikolojik

olarak) ve ikinci aşamada bu çevresel taleplerin algılanması (algılanan tehdidin büyüklüğü) şunları içerir: Üçüncü aşamada, bu taleplere verilen stres tepkisi (dikkat, uyarılabilirlikteki değişiklikler, kas gerginliği ve durum kaygısı) şunları içerir; davranışsal dördüncü aşamada (performans veya sonuç), taleplere verilen stres tepkisinin davranışsal sonuçları bulunur; ve son olarak, beşinci aşamada, homeostatik durumdaki en iyi sporcuların geri dönmesi. Hem sporcularda hem de öğrencilerde yapılan birçok çalışmada farklı stres sonuçları ile ilgili diğer araştırma kaynakları mevcuttur. Araştırmacıları sürece yönlendirebilecek stres kaynakları yedi madde şeklinde toplanmıştır (Weinberg ve Gould, 1999):

1. Yüksek düzeyde performans göstermek için ilgi beklentileri ve baskılar: ilgileri doğrultusunda ihracat performansı, başkalarının ne düşündüğünden korkma içgüdüğü
2. İlişkisel konular: kişisel ilişki sorunu, rakiplerin düşmanca tutumu, sponsorluk ilişkileri ile olumsuzluk
3. Psikolojik talepler için kaynaklar: başarısızlık korkusu, iyi performans baskısı, gösterme güven eksikliği
4. Fiziksel talepler için kaynaklar: eğitimin fiziksel yönleri, sağlığın korunması ve fiziksel uygunluk
5. Yaşamın yönü ile ilgili endişeler: sakatlıklar, emekli olma süresinin belirlenmesi, sonrasında spor kariyeri seçenekleri
6. Kaynaklar için çevresel talepler: mobbing ve medya eleştirisinin medya baskısına çok daha fazla maruz kalması, çalışmak için çok zamana sahip
7. Diğer önemli stres faktörleri: baskı uygulamak için koç, aile ve arkadaşlarla çatışma (Weinberg ve Gould, 1999).

Stres kaynağı olarak bilinen örgütsel stres, kişiyle bağlantılı spor organizasyonları arasındaki etkileşimden kaynaklanmaktadır (Woodman ve Hardy, 2001). Organizasyonel stres araştırması, sporculara kariyerleri boyunca maruz kalmıştır. Örgütsel stresörler, finansal ve aile sorunları gibi konularda Fletcher ve Hanton olarak bilinir. Sporcuların beklentilerine göre belirli şekillerde kategorize edilmiş olmasına rağmen, sporun stres faktörünün dışında da önemli olduğu görülmüştür (Fletcher ve Hanton, 2003; Didymus ve Fletcher, 2012).

Arnold ve Fletcher (2012) spor alanında stres faktörlerinin bir sınıflandırmasını geliştirdiler. Bu faktörler dört kategori altında gruplandırılmıştır: liderlik ve kişisel sorunlar, kültürel sorunlar ve ekip, lojistik ve çevre sorunları, ve performans ve kişisel sorunlar. Liderlik

ve kişisel sorunların büyüklüğü; koçun etkileşim davranışı, koçun kişiliği ve tutumları, dış beklentiler, destek personeli, hakemler, spekülâtörler, medya ve yönetim, akış boyutundan çok performans geri bildiriminden oluşur. Sporcu antrenörlerinin performansı üzerindeki etkisi oldukça yüksektir; stres faktörü olarak kabul edilmektedir. Teknik olarak yetersiz olmak, özellikle sporcular, çatışmaya neden olan veya eleştiren ve destekleyici olan faktörlerdir. Aile, koç ve takım arkadaşlarının dış stres faktörlerinden geri bildirim ve beklenti alamaması yapılan hatalar olabilir. Öte yandan, organizasyon ile ilgili yönetim ve personel için yeterli bilgi eksikliği, özlükteki stresten kaynaklanabilir (Arnold ve Fletcher, 2012). Dışsal beklentilerde örgütsel faktörlerin önemli olduğu belirtilmektedir. Buna göre sıralama, seçme kaygıları, kamu/medya beklentileri, sponsorların, takım arkadaşlarının ve antrenörlerin beklentileri bu grupta yer almaktadır. Rekabet ortamı, başka bir örgütsel stres kaynağı olarak tanımlanmıştır. Bu stres faktörü, yarışma düzeyi veya turnuva formatının önemi ve yarışmanın gerçekleştiği ortamdan kaynaklanmaktadır. Özellikle sporcular, egzotik veya kaygı yabancı yerlerde yaptıklarını hissedebilirler (Gregory, 2011).

Takım arkadaşlarınız ve takım davranışlarınız arasındaki etkileşimler ve ilgili kültürel, etkileşim, takım atmosferi konuları ve takımdaki sporcuların lobideki kişilik ve tutumları, rolleri, kültürel normları ve hedeflerini desteklemesi. Özellikle bireysel sporlardan daha çok takım sporlarında sporcularında takım arkadaşları birçok stres faktörüne maruz kalabilmektedir. Yetersiz tanımlanmış bir rolün olmaması veya stres faktörlerinin roller hakkında düşük farkındalık için açık, ulaşılabilir ve spesifik hedeflerde iletişim eksikliği de diğerleri olabilir (Arnold ve Fletcher, 2012).

Çevre ve lojistik konuları arasında tesis ve ekipman seçimi, eğitim yapısı, rekabet biçimi, ulaşım, hava koşulları, konaklama, kurallar, dikkat dağıtıcı unsurlar, fiziksel güvenlik ve teknoloji yer almaktadır. Eğitimin içeriği, uzunluğu, bunu yapmak için kullanılan tesis ve ekipmanların sıklığı ve yoğunluğu ile yüksek kalitede stres sağlamak için gerekli koşullar bir faktör olabilir. Uygun olmayan ulaşım ve konaklama aynı zamanda sporcuları zorlayan organizasyonel faktörlerdir (Arnold ve Fletcher, 2012). Özellikle seçim ve seçim yöntemi sırasında takımın dışlanması olarak seçilen andaki diğer ışık, stres faktörlerinin algılanmasının ortaya çıkabileceği kadar önemli olmayacaktır (Woodman ve Hardy, 2001).

Performans ve kişisel sorunlar, engeller, finansal sorunlar, diyet ve kariyer geçişleri ve dehidrasyon tesisi. Yaralanmalar çok yaygın ve zorlayıcıdır; özellikle stres bir faktör olabilir.

Yaralanmaya rağmen, sporcular oynamak ve pratik yapmak zorunda kalabilirler. Sporcuların tek geçim kaynağı, kaynak yetersizliği göz önüne alındığında, zamanında ve maddi olarak ödeme yapamayan sporcular üzerinde baskı oluşturuyor. Yetersiz beslenme ve yanlış ve aynı zamanda vücuda sığacak kadar elde edilmesine neden olabilir. Son olarak, elit sporcu kategorisine geçmek için ciddi engellerin üstesinden gelmek gerekir. Ayrıca kısa bir süre içinde sıkışmış stres, bir spor kariyerinden sonra ne yapacaklarına dair belirsizliklerden kaynaklanabilir (Arnold ve Fletcher, 2012). Rekabet ve performans üzerine yapılan ilk çalışmada, faktörlerin performansı ile bağlantılı yaralanma korkusu, fiziksel veya zihinsel stres, ve hata yapma olarak listelenmiştir (Holt ve Hogg, 2002; Noblet ve Gifford, 2002). Performansa dayalı stres sebepleri, maçla ilgili durumlarda sakatlanma korkusu gibi maçta iyi performans, maç hazırlığı ve maç için antrenman gösterir. Bu tür stres, dış etkenlerden ziyade spor aktivitelerinden kaynaklandığı için, örgütsel faktörler bazı araştırmacılar için stres kaynağı olduğu için ondan ayrılmış, aktivitenin kendisinden kaynaklanmaktadır (Noblet ve Gifford, 2002; Heller ve dig., 2003). Sporcuların yaşamlarındaki stres faktörleri, en yaygın olanı performans beklentileridir (Gould et al., 1993). Bunlar iç ve dış beklentilere ayrılır. Bireysel baskıların dışından gelen talepler sonucu oluşan içsel beklentiler, kendi her tarafındadır. Bunlar yarışmaya iyi bir başlangıçtır; performans kişinin sıralama yeteneği ile doğru orantılıdır ve yarışmada yer alacak en üst kategori olarak listelenebilir. Dış, iyi performans beklentileri elde etmek için dış baskıyı ifade eder. Bu yarışmada en iyisi olmak, takım için pozitif bir şeyler yapmak, iyi bir puan sıralaması elde etmek ve ulusal olarak televizyonda yayınlanan yarışmalara katılmak olarak söylenebilir (Fletcher ve Sarkar, 2012). Rekabet için dolaylı veya doğrudan olarak rekabetin çevresel iddialarından kaynaklandığı ve zorluklara neden olduğu bilinir (Mellalieu ve vd., 2006). Beklenen performanstan daha düşük seviyede kalır (Dugdale ve Gordon Eklund, 2002), performans baskısı (McKay ve vd., 2008), rekabet ve kendi kendine maruz kalma (Thelwell ve vd., 2018). Bir sporcunun olarak bağ kurduğu rekabet ortamı ve bu stresin üstesinden gelme yeteneği, faktörlerden birini veya tümünü yönetme yeteneği ve özellikle performansı iyileştirme fırsatları, psikolojik sağlamlığı kullanma yeteneğini yansıtır (Fletcher ve Sarkar, 2012). Bu seviyedeki sporcuların stres faktörleri performans aşamalarına hazırlanmalarını kapsar. Bunlar, zihinsel hazırlık ve fiziksel hazırlıktaki eksiklikler nedeniyle hazırlık, iç beklentilerle eşleşir (Hanson ve vd., 2005; Mellalieu ve dig., 2009). Kişisel ifade,

aile ve arkadaş bulma, sorunları bulma, ve değişim için bağımsız yaşama uyum sağlama baskıları arasındaki Kona uygun stres faktörleri şunları içerir (Giacobbi ve vd., 2004).

Sporcular için stres yaratan faktörler göz önüne alındığında sarmal bir yapı olması öne çıkıyor. Sporcu, antrenör, yarışmanın kendisi, yarışmacılar ve stres faktörlerinden kaynaklanan hazırlık aşaması birbiriyle ilişkilidir ve görülmesi gereken birbirini etkiler. Örgütsel faktörlerin, özellikle mesleki, teknolojik, politik, ekonomik ve sosyal etkilerinin teşkilatlanmasını stresten çıkarılmasından sonra değişken olduğu ve çeşitli faktörlerin olduğu iyi anlaşılmaktadır (Hanson ve vd., 2005). Bu çalışmalara farklı olarak, bazı araştırmacılar faktörleri çeşitli streslere vurgulamaktadır. Stresin kökeni olarak belirtilen rakiplerle ilgili çalışmalar var. Bilinmeyen rakiplere karşı güçlü rakipler veya hazırlık, rakibin neden olabileceğı stres (Nicholls ve vd., 2006). Yarışmaya hazırlık sırasında sporcularda strese neden olan bir diğerk faktör de ortaya çıkar. Hazırlık dört kategoriden oluşur: fiziksel, zihinsel, teknik, ve taktiksel. Sporcuların fiziksel olarak hazırlanması ve zihinsel hazırlık aşamasında daha fazla zorluk çekmektedir. Bu da hazırlık sporcularının tükenmesine yol açabilirken, çok az hazırlık yarışmada savaşımaya hazır hissetmenize neden olabilir (Gregory, 2011).

Elit sporcusu olmayan sporcularda stresin kökenini araştıran çalışmalar yer almaktadır. Elit sporcuların yanı sıra Ekim ayında öğrenci sporcuların yaşamlarındaki stres faktörlerine benzer. Yaralanma sonrası kalıcı yaralanma süreçleri ve potansiyel öğrenci sporcular onlar için bir stres sebebidir. Öğrenci sporcular sakatlandıklarında ve antrenmana aktif katılma şansını kaçırdıklarında, ikisi de maçı oynama şansını kaybetti. Sakatlık yaşayan sporcuların yaşını anlamak için sakatlığı olan stresi (sakatlığın başlangıcı, rehabilitasyon ve spora dönüş) sürecini incelemeliyiz. Yaralanma sürecinde gözlenen eğilimler stres ve stres faktörlerinin üç aşamasıdır, her adım için benzersizdir. Eksik ve buna inanmak için endişe göstermemek oluşur. En yaygın stres faktörü, rekabette yaralanma korkusu, tekrar geri döndüğü için öne çıkıyor. Öte yandan, sakatlık durumunda tecrit halinde yaşıyorlar. Takım sporcuları, yaptıkları daha sosyal karşılaştırmalar, kaçırılmaları deneyimlerin ve fırsatların gevrekliğini kaybetme hissi vurgulanmıştır (Evans ve vd., 2012). Araştırmacılar, stres ve engellilik arasında tahsis edilen dinamiklere dikkat çekti. Engelli bir kişiyi tehdit etmek, tatmin edici ve çatışmacı olmayan bir durumun ortaya çıkması daha olasıdır (Bramwell ve vd., 1975, s. 6). Gerçekten de yaşam stresi ile yaralanmalı sporcular arasında pozitif bir ilişki olduğuna dair kanıtlar vardır (Yusko, 2008).

Ayrıca stres faktörü sporcuların ikili rolleri olarak görülmektedir. Her iki öğrenci sporcunun da rolü öğrenci sporcunun hem rolü, sorumlulukları hem de kendi gelişimsel görevleri olarak yalnız yaşaması daha zordur. Özellikle öğrenci-sporcuların bu ikili rolünü benimsemede güçlük çekenlerin psikolojik iyi oluşlarının azaldığı belirtiliyor. (Dugdale Jr., 2002). Bununla ilişkili olarak, sporcuların kişilerarası ilişkilerde yetişkin olarak becerilerinin geliştirilmesi, serbestlik, kendi başına yeterlilik, ve diğer gelişimsel gelişmelerin bağımsızlığı stres olarak ortaya çıkar (Valentine, 1999; Etzel, 2009). Öğrenciler ayrıca atletik çevresel değişiklikler, üniversite yaşamına geçiş gibi sosyal gruplar ve üniversite öğrencilerinin sorumlulukları gibi stres faktörleri yasıldı (Norman, 2018). Zamana karşı atletik sorumluluklar, şimdiki zaman akademik çalışmalara eşdeğer olabilir. Sporcuların sınavlarına hazırlanmak için yeterli zamanları olmuyor (Papanikolaou et al., 2003; Stevens et al., 2013).

Sporcular arasındaki rekabet stresi, stres türleri, kendinden şüphe duyma, kaybetme, şiddetli performans, yaralanma korkusu, psikolojik hazırlık, antrenman, antrenör sorunları, ilişki sorunları, parasal sorunlar, kariyer ve diğer bireylerin beklentilerinizin yönünü belirlemesi sporcular için geçerlidir (Gould vd., 1997; Lu vd., 2012).

Yönetmen Bramwell, takımdaki yerini başkasının alması faktörlerinden, hızlı performanstaki değişikliklerden, sorun yaşayan antrenörden, sakatlıktan, okul veya takım değişikliğinden oyunda büyük hatalar yaptığını aktarıyor. Pritchard Wilson ve akademik dengeye ek olarak sporu, akademisyenleri, fiziksel sağlık sorunlarını, ruh sağlığı sorunlarını, beden doyumunu ve sosyal stresi dengelediklerini de eklediler. Benzer şekilde, sporcuların antrenmanı ve rekabeti, performansı, zaman yönetimi ve yaralanmaya bağlı stres nedeniyle diğer araştırmacılar da yaşadıklarını bildirmişlerdir. Son olarak, engelli sporcular için rekabetten kaynaklanan performans beklentileri üzerine yapılan çalışmalarda birçok araştırmacı tarafından derlenen antrenör-sporcu ilişkisinin geri dönüşüyle ilgilidir; aralık ayında yorucu ve tekrarlayan antrenmanlar, sık çıkılan yolculuklar, takım arkadaşları, ve stres rekabeti gibi belirli kaynaklar arasında bahsedilir. Medya baskısı ve bazen tükenme. Sporcular bu çalışma sonucunda spor yaralanmaları için stres faktörleri, performans beklentileri, antrenör ilişkileri, uyum, antrenman, kişilerarası ilişkiler, romantik ilişkiler, aile ilişkileri, ve akademik sorumluluklar olmak üzere 8 kategoride sınıflandırılmıştır (Lu ve vd., 2012, s. 259).

Sporcunun bireysel zorlukları ve insanların yaşamları olup olmadığına dair stres faktörleri. Tıp literatüründe, spor alanında yaşamın stresleri olarak bilinen bu faktörler bireysel

stres faktörleri olarak kabul edilmektedir (Fletcher ve vd., 2012). Rekabetle dolaylı şekilde olsa da bu güçlüklerin üstesinden gelmek için sağlam ve psikolojik olarak, ortaya çıkmasını önlemek için pistte fiziksel ve psikolojik olarak etkilenir (Fletcher ve vd., 2003). Her iki spor bağlamında da kişisel zorluklar gençler için özellikle önemli olabilir, çünkü bu bireylerin çoğu fiziksel değişiklikler yaşayacaktır, akademik sorunlar nedeniyle karmaşık sosyal yaşamlarda zorluklarla karşılaşacaklardır, ve ebeveynlerin etkileşimleri geçiş döneminden geçecektir (Tamminen, Holt ve Crocker, 2012).

Öğrenci sporcuların birçoğunun stres, öfke, hüsrana, çatışma ve korku patlamasının sağlıklarını duygusal/zihinsel olarak etkilediğini belirtmiştir (Stevens ve vd., 2013). Spora katılımın psikolojik sağlığı üzerinde olumlu bir etkisi olabilir. Rekabetçi sporlara katılımın tabi olduğu vurgulanırsa stresin olumsuz bir etkisi olabileceği bazı çalışmalar. Öğrenci sporcular üzerinde yapılan bir çalışmada depresif belirtiler yüksekti (Kimball ve Freysinger, 2003). En iyi performans gösteren sporcular için çok fazla baskı var. Öte yandan, beklendiği gibi, yüksek stres seviyeleri sporcuların performansını etkiler. (Yang ve vd., 2007). Öğrenci sporcuların kendileri için en iyi performansı göstermeleri üzerindeki baskı ve stres bir faktör haline gelir. Bu sporcularda hem bilişsel (kaygıları ve olumsuz kendi kendine konuşmaları) hem de somatik baskı (otonomik uyarılma) artabilir. Ayrıca yapılan çalışmalarda bilişsel ve somatik kaygı düzeyinin öğrenci sporcuların elit sporculardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Özellikle sporcuların güven, memnuniyet ve konsantrasyon düzeylerini etkileyerek performanslarında düşüşe neden olmaktadır (Parnabas ve Mahamood, 2013). Performans üzerindeki negatif etkilere dışında, stresin sporcuların performansını tamamen engelleyebilir. Sporcularda stres yaralanmalara sebep olabilir. Maçlarını ve antrenmanlarını kaçıran sporcular, yüksek ve düşük bağlantılı engellilik durumu severleri stresli olarak inceledi. Beklendiği gibi hem Mac hem de antrenman sürelerinde sezon öncesi sakatlık artışının olduğu dönemlerde sporcularda sakatlık oranının arttığı ve akademik stresin arttığı tespit edilmiştir (Mann vd., 2016).

Sporcular için spor yapmak sadece oynamak değil bir meslek ve kariyerdir. Her gün birçok stres sebebiyle karşı karşıya kalabilecekleri anlamına gelir. Bu nedenle stresi yönetebilme ve stresle başa çıkma maharetlerine sahip olmak son derece önemli hale gelir. Bununla birlikte, tüm sporcular karşılaştıkları stresle sağlıklı bir şekilde baş edemezler ve özellikle ilk yıllarda yaşadıkları stresi yönetmekte zorlanırlar. Bu nedenle bu sporcuların akademik ve atletik performanslarını negatif yönde etkilemektedir. Çevrede spor stresinden

kaçınma davranışlarına verilen tepkiler, bir maçta bir antrenörle görüşmek için yeterli zaman olmayabilir. Okullarından kaçış tepkisi, sporcular için sınıfa gitmemek veya ev ödevi yapmamak için daha yaygındır (Papanikolaou et al., 2003).

Başka bir çalışmanın sonuçlarına göre, öğrenci sporcuların ve sporcu olmayanların alkol tüketmekten daha fazla yaşlıları, riskli davranışları ve dolayısıyla olumsuz sonuçlarıyla karşı karşıya kaldıkları ve hayatta kalma ile sonuçlanma olasılığının daha yüksek olduğu da ortaya çıkmıştır.

Düşük akademik performansın bu olumsuz sonuçları ve yasa dışı davranışlar olabilir.

(Wechsler, 2001). Stresin spor performansında öğrenci-sporculara bağlı olduğu, atletik aktivite koşulları ve sonuçlarına bağlı olarak bireyler üzerinde fizyolojik etkileri olduğu vurgulandı. Yarışma sırasında oyunlarını kaybeden sporcular daha yüksek düzeyde somatik ve bilişsel durum kaygısı ve maksimum kalp atış hızı yüzdesi gösterdi. Buna karşılık, maçın galipleri daha yüksek güven ve daha düşük kaygı seviyeleri gösterdi. Maç sırasında daha az başarılı olan sporcuların kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu ve performansın daha fazla azaldığı gözlenmiştir (Fernandez ve vd., 2015).

Sporcular için stres her zaman olumsuzluk içermez. Sporcuların yaşamlarındaki çeşitli stres faktörleri ve herhangi bir negatif sonuca rağmen bunun strese neden olabileceği bazı durumlarda öğrenci sporcular üzerinde olumlu bir etkisi olabilir (Stevens ve vd., 2013). Sporcuların hayatlarındaki rekabetin spordaki güçlü yanlarını ilerleyen alanlarda kullanabileceklerini ortaya koyduklarını ifade etmişlerdir. Bunu, kişinin yaşam biçimi stresleriyle başa çıkmanın yol göstericisi olarak kullanıyorlar. (Kimball ve Freysinger, 2003). Galli ve Gerçek (2012) spor ve sporcular hakkındaki algıları hakkında, ardından olumsuzluk stresi ilişkilerinin büyümesini incelemiştir. Sporcular büyümenin zorluklarını takip ettiğine dikkat çekti (Galce, N. ve Makara, 2012). Ayrıca sporcuların iyimserliği, kişisel ve sosyo-kültürel deneyimleri ve strese bağlı büyüme ile başa çıkma tarzları da katkıda bulunuyor. Benzer bir çalışmada, yarışmalara katılan öğrenci sporcuların depresyona karşı daha dirençli olmanıza bile yardımcı olduğu bulunmuştur (Armstrong ve Oomen-Early, 2009).

2.3.3. Sporcularda stres üzerine araştırmalar

Bu bölümde sporcu ve öğrenci-sporcuların çalışma ve araştırmalarda stres bağlamında incelenen kavramları üzerinde özetlenmiştir. Birçok sporcu için stresin temel sebebini ortaya çıkarmak için nitel bir çalışma önerisi sunulmuştur. Selby vd., (1990) Farklı spor dallarında rekabet gösteren erkek ve kadın kolej sporcularında stres kaynakları Araştırmada, öğrenci sporcuların sporla ilgili bildirdikleri ilk beş stres faktöründen dördü bulundu. Hem erkek hem de kız öğrenci sporcular için yaralanma olasılığı önemli bir stres kaynağı olarak vurgulanmaktadır. Hem erkek hem de kadın akademisyenlerin yaklaşımı, sporcuların yaşamlarında bir diğeri önemli stres kaynağı olarak gösteriliyor. Hem erkek hem de kız öğrenci sporcuların diğeri yaygın stres kaynaklarının raporlanması için, koçun beklentileri, spordan oluşur ve spora katılım zaman gerektirir. Ayrıca bahsedilenler, kadınlar için spor beslenmesi ile ilgili sorunlarla bağlantılıdır. Papanikolaou ve Kaz (2003) birinci sınıf sporcu stres kaynaklarını NI öğrencilerle nitel bir çalışma yaparak yeniden incelemiştir. Çevresel ve sosyal değişimlerin diğeri çalışmalara benzer şekilde incelenmesinde, liseden geçişin temel stres ve beklenti kaynakları olduğu belirlenmiştir. Lise öğrencisi sporcularda, antrenörlerde popülerlik kaybı ve özellikle özel ilgi ve seyahat eksikliği, oyun süresinin kısılması için stresin artmasına neden olabilir. Bununla birlikte, yüksek akademik başarı beklentileri ve duygusal stres eksikliğe yol açabilir.

Sporcularıyla yapılan nitel çalışmalar olan Kimball ve Freysinger (2003), bunun kendisinin bir stres kaynağı olduğunu göstermiştir. Stres, kendi kaderini tayin etme, kontrol ve sosyal destek sporla beraber ön plana çıktı. Öncelikli olarak sosyal destek eksikliği sporcuyla daha çok strese sokabilir. Giacobbi ve kaz. (2004) benzer bir nitel çalışmada, kadın yüzücülerde stres kaynakları araştırılmıştır. Bedensel ve zihinsel eğitimin yoğunluğu, beklentileri karşılayacak performansın yüksek olması, takım arkadaşları, antrenörler, ev ve aile ile olan kaygıları ve ilişkileri son akademik stresi kaçırarak yüzücü öğrenciler için stres kaynağı olarak öne çıkıyor. Evans ve Kaz (2012), engelli öğrenci-sporcuların stres faktörlerini araştırmak amacıyla nitel bir çalışma yapmıştır. Çalışmanın başlangıcındaki süreç yaralanma rehabilitasyonu ve spora dönme sürecindedir; bir rugby oyuncusu, bir golfçü, ve beş kişi katıldı. Çalışmanın literatürüne göre, yaralanmadan dönüş yapmanın üç aşamadan gerçekleştiğı bazı değişkenlerin aynı kaldığı bazıları farklılık gösterdiği sonucuna varılmıştır. Örneğin,

tükenmişlik ve bağımsız hareket kaybı, ana stres faktörlerinin başlangıcındaki sakatlık, geri dönüşün eski düzeyde olup olmadığına dair herhangi bir endişede sakatlığın ilerlemesini ve sürecin rehabilitasyon sürecini yine yavaşlatır. Yaralanmanın ana korkusuna geri döndükten sonra stres kaynağı olabilir. Öte yandan, kendilerini daha çok bir takım sporu olarak hissediyorlar ve kendilerini daha izole eden bireyler, bu fırsatı kaçırdıklarını hissediyorlar.

McDonough vd., (2013) ergen elit yüzücülerle ilgili nitel bir çalışma, stresle başa çıkma stratejileri arasındaki ilişkiyi iyi bir şekilde araştırmıştır. Sekizinci sezon boyunca yapılan bir röportajla çalışmak, yarışmadan önce ve sonra yapıldı. Yüzücü her sporcu için bir profil oluşturdu ve çalışmada benzerleri özelliklerine göre üç gruba ayrıldı. Bunu kaçınılması gereken bir durum olarak görenler, stresi çözülmesi gereken bir sorun olarak görenleri strese sokmakta ve yüzmeyi keyifli ve minimal stresli bir aktivite olarak görmektedir. Norman (2018), psikolojik istikrar başlığında da belirtildiği gibi, öğrenci sporcular ve psikolojik stres kaynakları ile yapılan nitel bir çalışma, bunun için yeterince güçlü olduğunu ortaya koymuştur. Çalışma sonucunda stresin öğrenci sporcuların yaşamlarının doğal bir parçası olduğu belirtilmiştir. Araştırma sonucunda yaklaşık beş ana tema ortaya çıkmıştır. Bunlardan ilki, başlı başına bir stres kaynağı olduğunu vurgulayarak, bunun başlı başına bir spor olduğunu ve sporcuların sporlarının tam zamanlı bir iş olduğu gibi olduğunu vurgulamaktadır. İkincisi hem olmanın ikili rolü hem de akademik olarak başarılı bir sporcu olmanın zorluğu, stresin ana kaynaklarından biridir. Spor yaparken akademik olarak başarılı olmaya çalışmak çok zordur. Üçüncüsü, ilişkiler aynı zamanda bir stres kaynağı olabilir. Bir bireyin başta spor olmak üzere, spor dışında ilişkiler geliştirememesi, eski arkadaşlarla tanışamaması ve spor dışında yeni arkadaşlarla tanışamaması, strese girmesine yol açar. Dördüncüsü, liseden geçişin zorluğudur. Lisede veya kendi alanında takımın en iyi sporcusu olmasına rağmen, daha zor ve rekabetçi koşullarda kendini üniversitedeki takım arkadaşları ile kıyaslayarak ve başarısız görerek kendini yetersiz görme eğilimi ortaya çıkmıştır. Son olarak, hem sporcular hem de öğrenciler olarak takdir etmedikleri ikili rolleri bir stres kaynağıdır. Özellikle öğretim üyelerinin, öğrenci-sporcuların, görmezden geldikleri, ödev ve projelerde esneklik sağlamadıkları vurgulanmaktadır.

Sporcuların yaşamlarındaki stresin hangi boyutlarda olduğunu inceleyen nicel çalışmalar vardır. Dumont, ve Provost, (1999), stres kaynakları ve bireysel öğrenci sporcuları kişilerarası, akademik ve çevresel bağlamın temelini incelendi. Çalışmaya bir lisans öğrencisi ve 100 sporcu katıldı. Bireysel uyku düzeninde stresin kaynağı olan çalışma sonucunda tatil molaları, yeme

davranışındaki değişimler, stres ve sosyal aktivitelerdeki değişimler başlıca ekonomik zorluklar olarak ön plana çıkmıştır. Stres kaynaklarının akademik stres çalışmalarında bireysel, kişilerarası ve çevresel faktörlerin daha az olduğu sonucuna varılmıştır. Aralık. Pritchard ve Wilson (2005) öğrenci-sporcu ve sporcu olmayan öğrenciler stresin durumunu incelemişlerdir. Araştırmaya kadınların %23,5'i ve erkeklerin %36,2'sinden 127 kişi katıldı, ve bunların %52'si sporcu ve %31'i sporcu değil. Spordan öğrenci-sporcuların yönetim süreleri nedeniyle daha fazla şikâyetle bulundukları dile getirilmiş. Öğrenci sporcular da daha az uyudukları şekilde benzer ve ilişkiyi kapatmak için yeterli zamanları olmadığını vurguladılar. Öte yandan, sporcuların ve diğer öğrencilerin görünüşünden ekonomik temelden daha az şikâyet ettikleri sonucuna varılmış.

Abedalhafiz, Altaheyneh, and Al-Haliq (2010) Ürdün'deki öğrenci sporcuların stresin sebeplerini ve başa çıkma stratejilerini araştırdı. 56 öğrenciden oluşan çalışma yapıldı. Çalışmanın sonuçlarına göre, en yaygın stres kaynakları yaralanma, hastalık ve kazanma odaklı hedefler, hakemler, antrenörler ve seyirciler arasındaki çatışmalardır. Sporcular, stresle baş edebilmek için 16 farklı strateji belirlediler. Araştırmacılar, stresle başa çıkmayı azaltmada en etkili yöntemlerin ve başa çıkma stratejilerine yaklaşmanın olduğunu belirlediler. Pakoğlu (2019), sporcular stres, davranışları üzerine, farklı spor dallarından kadınların yüzde yetmişyedi'si ile yapılan bir çalışmada toplam 134 öğrenci incelendi. Çalışmanın sonuçlarına göre, daha az stresli ve daha yüksek stres düzeyine sahip üst düzey sporcular depresyona yol açmakta ve iyi yardım alma eğilimindedir. Sosyal destek ile depresyon arasında düzenleyici bir rol oynamadığını vurgulayan stres, bu araştırmanın sonuçlarından biridir.

Sporcuların stresleri incelenmiş ve topluluğa özgü faktörler (bireysel veya takım sporları gibi) görülmektedir. Eğitim yapmak için harcanan zaman (Orpinas, 1999), yüksek başarı, rekabet ve seyahat düşünceleri (Papanikolaou ve dig., 2003), sporda sosyal destek (Kimball ve Freysinger, 2003), mevki oynama veya takıma katılabilme ve sporun her iki akademik zorluktan kaynaklanan ikili rolü (Norman, 2018) ortaya çıkan stres faktörleridir. Zaman yönetimi, sporcuları zorlayan bir diğer faktördür (Wilson ve Pritchard, 2005). Antrenman yapmak, futbol oyunları, ve dersler için her hafta saatlerce yapılan öğrenci sporcuların boş zamanlarının yeterli olmaması, ailelerinin ve arkadaşlarının birlikte olmasına neden olur (Orpinas, 1999). Bir başka stres faktörü de takım arkadaşları ve koçla etkileşime girmektir (Norman, 2018). Antrenörler ve kayıtsız tutumlar, özellikle haksız davranışlar, öğrenci sporcularda strese neden olmaktadır

(Giacobbi ve vd., 2004). Yaralanma sürecindeki sporcuların çoğu ve yaralanma korkusu olumsuzluğu tetikleyebilir. Yaralanma sırasındaki ve yaralanma sonrası iyileşme sırasındaki sporcular, bu süreç için yeterli sosyal ve teknik destek almadığınızda yıkıcı olabilir (Evans ve vd., 2012).

2.4. Saldırganlık

Latince 'de 'tepki vermek' veya 'tavır almak' anlamına gelir. Kelimenin anlamı belirli bir yönde hareket etmektir. Saldırganlık, bireylere veya nesnelere zarar olarak tanımlanır (Marshall, 1999).

Temel amaç bireylerin temel ihtiyaçlarını karşılamaktır. Kısıtlı kaynaklarımızı gıda ve beslenme için kullandığınız ilk çağda, bu kaynakları vahşi doğada çeşitli tehlikelerden korumak için yaşayan insanlar, yine saldırgan davranarak kendilerini sürekli koruyacak şekilde davranmak zorunda kaldılar. Ancak her bireyin kendine has kişilik özelliklerine karşı saldırganlığı nedeniyle aynı devletin farklı türleri gelişmiştir (Kurtyılmaz, 2005).

Cansız bir nesneyi canlıya ve boyutlara yok etmeye çalışan fiziksel veya duygusal saldırganlık olgusu bir tutumdur" (Kurt, 2010). Tanrıyaşükür, saldırganlığın iki boyutu ele alındı. Yakınlaşmaya yönelik saldırganlığın, çevreye uyumun ve zaman zaman hayatı kolaylaştırabileceği için ahengi düzgün bir şekilde bozduğu ifade edilmiştir. Yerinden edilmiş saldırganlığı engelleyici davranışlarda bulunan bu duyguların sinirliliğine sebep olan duygularınız ya da bireysel yönelmeniz farklı bir değişkeni ifade eder ve daha sonra geldiğini varsayar. Genel olarak, söylenen engeller karşısında saldırganlığın davranış kalıpları anlatılır (Tanrıyaşükür, 1997).

Kaynağında yaygın olarak tanımlanmış, zarar verici, incitici davranışlar ve benzer davranışlara sahip saldırganlık, kayıp dışında birçok farklı nedenden dolayı ortaya çıkabilir. İnsanlar başkaları üzerinde otorite kurmak, özgür olmak, başarı ve statüye sahip olmak, vb. hedefler konusunda saldırgandır (Kurtyılmaz, 2005).

Saldırganlık kavramı, kişiyi "başkalarına zarar verebilecek veya zarar verebilecek tüm davranışlar" olarak adlandırırken, saldırganlık "bir saldırıya doğrudan uygulanan her engel, onu uyarlanabilir bir davranış olarak gördükleri" olarak tanımladı (Acet, 2006).

Herhangi bir konuya açıklık getirmek için ağladıklarında insanlarda saldırganlık oldukça zorlaşır. Birçok bilim adamı saldırgan duruşlarını tanımlarken saldırganlık yapar; tek bir sebep değil, birçok sebep insanlar onlar. Saldırganlık doğuştan geldiğinden, öğrenilebileceği gibi ve olaydan etkilenebilecek birçok kişi bundan bahsetmiştir (Korkut, 2002).

Meclis üyesi saldırganlığı insanlara sorun çıkarmak olarak tanımladı; Gill (1986) saldırganlığı Bandura (1973) bilinçli olarak herhangi bir canlıya zarar veren sosyal davranışlar ve sosyal olarak saldırganlığa zarar vermekten uzak olarak tanımlanan davranışlar olarak tanımladı.

Bowers (2000); belirli nedenlerden dolayı ortaya çıkar ve onu durdurma ve başkalarına zarar vermeyi önleme görevini üstlenen sözlü veya fiziksel davranışlar ortaya çıkar. Saldırganlık, şekillenebilen ve boyutları tanımlanabilen kendini yıkıcı ifade biçimi, diğerlerinde de olumsuz olabilir. Saldırganlık eyleminde amaç, örneğin bir kurum, çevresel veya psikolojik sorunları olan kişiler olduğu varsayılabilir.

Freud, Lorenz, dış uyaranlara tepki olarak, dış uyaranlara tepki olarak değil, içeride hapsolmuş kişi olarak değil, uyaranların yeterliliğine bakmaz ve oradan çıkmak için mücadele eden tarif edildiği gibi tepki verir (Fromm, 1993).

Saldırganlık kavramı, saldırgan olmama durumu nedeniyle onu tanımlayamaz ve belirsiz durumları yalnızca araştırmacıları sınırlayan gözlemlenebilir davranışlar olduğu için sınıflandıramaz. Örneğin, davranış bilimcileri saldırganlığın temeli olan niyet ve amaç bulamadılar. Kurtyılmaz (2005); Buss (1961) kavramı "hiç bakmamış ve arkasındaki niyet olarak tanımlanan tutumlar başkalarına zarar vermektedir. Bu nedenle, "gözlemlenebilir davranışlar" terimi, iyi niyetle ve bilmeden yapılanları sınırlandırarak, saldırganlığa karşı saldırganlıkla ilişkilendirilecek çeşitli eylemlere neden olmuştur (Buss, 1961). Aksine, saldırganlık ve asıl amacı gerçekleştirdiğiniz eylemler zarar vermek için ortaya çıkarılmalıdır (Berkowitz, 1993).

Saldırganlıkla ilgili birçok tanımı olmasına rağmen, varlığın yaşamında ortak bir temelde karşılaştığınız tek şey zarar görmektir. Hareketin ortak amacındaki tanımlar, bir canlıda ve yapımda canlılara zarar vermektir.

2.4.1. Saldırganlık türleri

Farklı nedenlerle çeşitli ruhsal-farklı gruplara ayrıldıkları düşünüldüğü için farklı fiziksel ve zihinsel saldırganlık türlerinin bir kombinasyonu ile ortaya çıktı (Durak, 2006).

Freedman ve dig., (2003) üç saldırganlığa bölünmüştür.

Fedakâr Saldırganlık

Toplum tarafından kabul edilen saldırgan davranış olarak kabul edilmiştir. Kısacası, makul koşullar nedeniyle ve gerekli düzeyde ortaya çıkan davranışlar (Durak, 2006).

Düşmanca Saldırganlık

Bunlar toplum tarafından kabul edilmez; bunlar kışkırtıcı ve kışkırtıcı olmayan davranışlardır (Durak, 2006). Amaç doğrudan zarar vermek değildir. Bu saldırganlığa karşı, dünyada hiçbir şeyden hoşlanmayan tarafların içsel düşmanlık ve öfke duygularından beslenen provokasyonları, yalnızca beslenen bir türdür (Durak, 2006).

Ancak bu kurallara ve topluma uymayan, bu kurallara uygun ahlaki değerler kabul edilebilir davranışların ötesine geçmez. Örneğin, ceza yargılamasının uygulanması çerçevesinde uymayan kişilerle ilgili kurallar (Durak, 2006).

Ayrıca Buss (1973) bu kavramı üçe ayırmıştır.

Fiziksel ve Sözlü Saldırganlık

Fiziksel olarak (tokat ve tekme), büyüklükteki insanlar birbirlerine zarar veren davranışlarda bulunurlar. Sözlü saldırganlık, karşısındakine sözlü olarak zarar vermek, kırıcı davranışlar biçimindedir (Buss, 1973).

Aktif-Pasif Saldırganlık

Aktif saldırganlık, kötü niyetli bir saldırgan davranışıyla hedef bireylere zarar verme eylemidir. Bireysel bir blokta pasif saldırganlık, dolaylı olarak değil, kişiye yönelik şiddet kullanımı olarak tanımlanabilir (Buss, 1973).

Doğrudan-Dolaylı Saldırganlık

İnsanları doğrudan saldırganlığa yönlendirmeye kışkırtan zararlı etkenlere "gönderilecek dolaylı saldırganlığa ise dolaylı olarak zararlı etkenler" denir (Durak, 2006).

Düşmanca saldırganlık ve araçsal saldırganlık şeklinde daha fazla mermi de vardır (Çobanoğlu-Güner, 2006).

Araçsal Saldırganlık

Amaç sadece kişisel ihtiyaçlar ve kişisel hedefler değildir. Bu tür saldırganlık ve düşmanlıklarda göz kırpmak yok (Durak, 2006).

2.4.2. Saldırganlık davranışlarının kökenleri

Buna dayanarak saldırganlık çeşitli nedenlerle ortaya çıkar, her zaman diğer tarafın bir hedefi vardır, ve üç farklı saldırganlık hasarı türü gözlenir.

Engelleme Davranışı

Yıkıcı davranışlar, bir kişinin örgüte gizlice girmesini önlemek için yapılan davranışlar olarak tanımlanır, ve bu amaçla yapılan faaliyetler insanların gizlice girmesini önlemektir (Roe, 2007).

Açık Şiddet Davranışı

Açık şiddet, şiddet içeren davranışların temeli olarak tanımlanır. Bu tür karşılaşmalar ve çoğu zaman engellendikten sonra belirli bir durum ortaya çıkar; o zaman düşmanca tutumlar şeklinde ortaya çıkar ve açıkça o zaman bu süreç şiddet içeren davranışlara dönüşebilir (Roe, 2007).

Düşmanca Eylemler

Düşmanca davranış sözlü olabilir, sembolik olabilir. Öldürme veya yaralama içgüdüleri olmadan, yalnızca kişinin zihinsel olarak davranışa zarar vermesi için değil (Roe, 2007).

Saldırganlık Nedenleri:

Araştırmacılar saldırganlığın nedenleri olarak sıralandı;

- Bireysel doğası gereği saldırgan olabilir,
- Birey stres nedeniyle agresif olabilir.
- Bireysel saldırganlık daha sonra öğrenebilirsiniz
- Engelleyici bir durumda olan bireyler saldırgan olabilirler.
- Agresif bireyler çünkü baskılar olabilir

Zayıf veya şiddetli bireyler, olumsuz sonuçlarla karşılaştıklarında mekanizmaları kontrol edebilirler (Şekertek, 2003).

Kişilik

Sosyal bir varlık olarak insan, içinde bulunduğu topluluğun yasa ve normlarına uygunluğunu sağlamak, yerleşik topluluğun varlığını göstermek ister. Bu kurallar, bazı olağan

saldırgan davranışlardan kaçınmanıza yardımcı olacaktır. İnsanların bu tutumu, düzeltebilecekleri sosyal kuralları göz önünde bulundurarak saldırgan bir tutum sergilemiştir. Ancak bazen toplumun istemediği davranışları insanlar yapabilirler. Tüm bireyler için kendi kişilik tiplerinden etkilenir kişilik tipleri ayrıca bu saldırganlık seviyeleri. Kişilik tipi yüksek-düşük şeklinde kontrol edilir. Kontrollü saldırganlığa rağmen üst düzey bireyler, düşük kontrol mekanizmasına sahip olduklarında bu davranış eylem mekanizmasıyla kontrol etmezler, en küçük görevi yapmamaları durumunda temasları kontrol ederler ve hemen eyleme geçerler (Efilti, 2006). Edebiyat alanında kişilik olgusunun bir diğer tanımı, iç ve dış durumun tüm özelliklerini içeren kişinin kişiliğinin Yanbastı (1996) tanımıdır. Tüm insanların farklı kişilik türleri vardır; bu durum insanların özelliklerinden kaynaklanır. Farklı bireylerin kişilik ve saldırganlık duyguları vakalarını incelerken, onları iki gruba ayırarak gözlemleyen bilim adamları: birinci grup tarif edildiği gibi aceleci, rekabetçi, öfkeli, ve saldırgan; bu insanlar kendilerini saldırgan davranışlar sergiledikleri her insanla rekabet ederken, diğer grup diğer gruplar bu durumlarda kişilerin davranışlarını sergiler. Bu nedenle kişilik farklılıklarımızın tüm gruplarda insanların tepkilerini tahmin etmeyi zorlaştırabileceği sonucuna varılmıştır. Saldırganlık eylemleri gerçekleştiren insanlardır, ve toplumun kurallarını görmezden gelen saldırgan tutumlar onları kabul etmez, ve bu çok normaldir. Ancak bu kişilerin davranışları mesleki ve sosyal çevrelerinin açıkça farkındadır (Roe, 2007).

Cinsiyet

Çalışmanın birçok yönü, çoğunlukla erkekler olmak üzere kadınlar ve erkekler arasındaki birçok saldırganlık vakasının incelenmesini içerir; bunlar daha agresiftir ve fiziksel olarak tekrar saldırıya uğradığımızda daha fazla araştırma tespit edilmiştir (Erden, 2007). Aralık. Erkekler erken çocukluk döneminde daha saldırgan davranışlar sergilerler ve ödül ve statü durumunda sürekli dirler. Kızların fiziksel güçsüzlük nedeniyle fiziksel saldırılara göre daha fazla sözel saldırganlık sergiledikleri, bunun nedeninin bir kızın sözel becerilerinin daha iyi olması olduğunu ortaya koymuştur (Kılıç, 2007). Berkowitz (1993), saldırganlıktaki cinsiyet farklılıklarının yaşla ilişkisine bakıldığı ve doğrudan saldırganlığın büyüklüğü sonucunda 8 yaşındaki erkek çocukların kızlardan çok daha yüksek olduğu aynı çalışmada, gruptaki 15 yaşındaki dolaylı saldırganlık açısından fark yoktu. Saldırganlık: erkekler hala saldırgan davranışlar sergilerken, kızlar genellikle sergilenen davranış boyutunda dolaylı saldırganlık

sergilerler. Sonuç olarak, ulusun erkekleri kadınlardan daha ılımlı saldırgan tutumlara sahip olacaktır.

Yaş

Literatürde yapılan erken çocukluk çalışmaları saldırgan tutum düzeyine ulaşmış, ilerleyen aşamalarda çok kötü olduğu belirlenmiştir. Örneğin, üç yaşındaki bir çocuğun hiperaktif, saldırgan davranışlarının sekiz yaşındaki bir çocuğun antisosyal tutumlarıyla ilişkili olduğu ve yeteneğinin olduğu tespit edilmiştir. Bu tür davranışların neden yetişkinliğe kadar devam ettiğini antisosyal tutumların, mesleki statünün ve alkolün suç kalıplarının tetiklediği gösterilmiştir (Durak, 2006).

Çevresel

Çevre, bir kişi etrafında gördüğünüz tüm unsurlar olarak tanımlanabilir. Çevre ve kişinin hayatı boyunca etkileşim. Size verdiği insanın kendi iyiliği ve mutluluğu için kişinin çevrenin sorumluluğunu yerine getirmesi gerekir. Bu nedenle, mevcut durumda, insanların kendileri saldırgan davranışlara yol açabilecek tüm olumsuzlukları etkileyecektir. Alkol, uyuşturucu, hava kirliliği, vb. gibi çevresel saldırganlığa yol açan koşullardan biri veya birkaçı öyledir. Bir araştırmaya göre, çalışanlara kıyasla sessiz bir ortamda gürültünün yüksek olduğu alanlarda profesyonel çalışanlar daha agresif bir tutuma sahiptir. Ayrıca çok yoğun bir kalabalığın çevrenin saldırgan davranışlarını pekiştireceği tespit edilmiştir (Şahin, 2003).

Aile

Saldırganlığın arkasındaki ana nedenin aile olduğu düşünülmektedir. Çocuğun ilk tanıştığı dünyaya geldiği andan itibaren toplumun en değerli yapı taşı olan sosyoloji ailenin temellerini atmıştır. Çocuğun kişilik gelişimi ve davranışının yanı sıra toplumdaki duruma sağlanacağı ölçüde, çocuğun beslenme ihtiyaçları için ebeveynlerin bakımından sorumludurlar. Bunun nedeni, aile bağlarının bir çocuk üzerinde çok fazla etkiye sahip olmasıdır. Ancak ilk ailede bir toplumun temelleri atılır. Ailelerde genetik bulaşma dışındaki durumlarda çocukları ödüllendiren ve eğiten saldırgan saldırgan davranışlar onları yanlış şekilde zorlayabilir (Kurtyılmaz, 2005). Saldırgan davranışları tetikleyen ana faktörler, aileler ve ebeveynlerin çocuklarının veya bir çocuğun eleştirmesini, alay etmesini, cezalandırmasını ve ihmal etmesini istediği davranışların önlenmesi. Bu nedenle insanlardaki huzursuzluk ve saldırganlık, bölgedeki insanların olumsuzluklarından etkilenir. Bu nedenle, insanlar huzursuzluklarının ailelerine normal yaşamda huzursuzluktan geldiklerini gösterecektir (Onur, 1995). Ebeveynlerin

ilk etapta saldırgan davranış temelinde hatalı tutumlarına göre. Çocukların, ebeveynlerin ya da çocuklukta reddedilen saldırgan tutumlarının kaynağı aşırı korumacı, aşırı endişeli ya da ilgisiz şiddetin gerçekliğine bağlı olarak fiziksel ya da sözeldir. Buna ek olarak, ebeveynler çocuklarının bağlanacak çocuklarına karşı çok daha koruyucu olmalarını veya kontrollerini kaybetmelerini isterler ve bunun saldırganlık eylemlerine dönüşmesine neden olurlar ve bunun nedeni, çocukların ebeveynlerine büyük ölçüde bağımlı olmalarının özgüvenlerini kaybetmeleridir (Şahan, 2007). Ailede saldırganlık ile saldırganlık olgusu üzerine yapılan çalışmaların çoğunda, arasında pozitif bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Çocuklarda saldırganlık esas olarak bilinen ailelerin çocukları için geçerli olan aşırı davranışların sonucudur. Örneğin, ebeveynler çocuklarına çocuklarındaki olumlu davranışları susturmak istediklerini ya da ödüllendirmek istedikleri davranışlarında verirler. Çocuklarda çocuk davranışlarının büyüklüğü olduğunda dikkat edilmesi gereken saldırganlıktan geçebileceğini açıkladı. Ancak fizyolojik ve psikolojik ihtiyaçların karşılanamaması saldırgan davranışları tetikleyebilir (Güçlü, 2001). İlimli ve adil ailelerdeki çocukların kendilerini kontrol etmeleri daha kolaydır, ancak kendilerini ifade etmek daha net ve yaratıcı fikirlerdir. Farklı durumlarda çocuklarda tam tersi durum gözlemlendi (Durur, 2006). Bu araştırma, saldırganlığın önlenmesinde aile ve ebeveynlerin rolünün oldukça yüksek olduğunu göstermiştir.

Kitle İletişim Araçları:

Çağımızın tüm araçları ve dünyanın dört bir yanındaki kitlesel iş: bireylere çeşitli şekillerde çeşitli uygulamaların sunulduğu bir dönemdeyiz. İletişimde kullanılan araçlar, hizmet ve içerik sağlayan izleyici ve dinleyiciler, ve içeriği çeken insanların duygu ve tutumlarına saldırgan olabilir (Roe, 2007). Saldırgan tutumlar normal bir durum olarak gösterilir ve televizyonda rol model olarak sunulur, ve bu da literatürde saldırganlık düzeyinin artmasına yol açan geniş bir şekilde ifade edilmiştir. Dünyamızda televizyon, kitap, dergi, radyo, kitle iletişim araçları gibi görsel-işitsel bilgilere video verirken, topluma davranışları dayatma ve insanları etkileme gücüne sahiptir. Bandura (1973), televizyonda yayınlanan şiddet programları, saldırgan tutum ve duyarlılıkların ayarlanması, insanları çeşitli şekillerde şiddete indirgemektedir (Durur, 2006). Bazı insanlar kendilerini şiddet içeren davranışlarda bulmuşlardır ve kitle iletişim programlarında kurgusal bir karakter vardır, böylece bireyler saldırgan davranışlar sergileyebileceklerini ve karakterinden bir örnek alabileceklerini varsayarlar. Şiddet içeren tutumlara kıyasla bu normaldir, çocukların izleme dönemine ilişkin

algılarının da olduğunu göstermektedir. Ayrıca çocuklar saldırganlığı ve şiddet içeren savaş oyunlarını tetikleyen en önemli faktörlerdir. İnsanların bağımlılığı bu oyunların seviyelerini yükseltir, ve bu nedenleri tespit etmek için normal bir durumdur. Örnek vermek gerekirse, istismar edilen bir topluluğu izlerken bu kişi televizyondaki imajını davranış olarak kabul edebilir ve bu davranışı yapmanın sorun olmadığını düşünebilir, ve bu tutum kişiliğinin yapısını değiştirerek saldırgan davranışlarda artışa neden olabilir. Gelenek onu şiddetin başka bir yönüyle özdeşleştirir. Kahraman filminde çocuklar idol olarak görülür (Freedman ve vd., 2003). Berkowitz'in (1962) düşüncesinin ve bunun izleyicinin televizyondaki saldırgan davranışlarını ve saldırgan tutumlarının izleyici üzerindeki etkilerinin her an şiddete hazır olduğu gözlenmektedir (Kılıç, 2007). Amerika'da şiddete yönelik yapılan çalışmaların cinsel saldırı ve cinayet gibi durumlarda en belirgin nedeninin ve sonrasında televizyonda yayınlanan televizyon programlarının ilkelerinin düzenlendiği tespit edilmiştir. Bu yayın Japonya'da ve daha sonra Avrupa'da daha sonra politikalar yürürlüğe girdi (Durur, 2006).

2.4.3. Saldırganlığın sonuçları

Bazı hastalıklar ortaya çıktıktan sonra insanlarda saldırgan davranışlar ortaya çıkmıştır. Bu hastalıklardan bazıları aşağıda listelenmiştir:

Kaygı

Diğer formdan farklı bir şekilde hoş olmayan duygular hissine dahil olan özellikler. Ayrıca anksiyete, depresyon veya anksiyete tarif edilen formda. Ancak kaygı, barındırdığı duyguları tarif etmekte zorlanan bir duygudur (Karamustafaoğlu ve Yumruk, 2011).

Depresyon

Aşırı keder, sıkıntı, değersizlik, umutsuzluk ve sıklıkla yaşanan bir korku olarak tanımlanabilir (Merttürk, 2005). Depresyonda olan kişilerde meydana gelen değişiklikler aşağıdaki gibidir.

- İnsanlar zihinsel depresyon, keder ve üzüntü,
- Soğuktan insanların yaşamlarına, çevreye, ilgisizliğe ve isteksizliğe
- İnsanlarda günlük rutin işlerde zorluk, düşük enerjili,
- İnsanlarla konuşma, yavaş hareket etme, veya başka türlü kıpırdanma konusundaki

isteksizlikleri

- İnsanlarda iştah ve kilodaki değişiklikler
- İnsan zayıflığı, yorgunluğu, and devletin zayıflığı,
- Dikkat Dağıtıcı insanlar, kararsızlık ve dikkatsizlik durumu,
- İnsanlarda değersizlik ve güvensizlik hissi,
- Yetersizlik duyguları, çaresizlik duyguları, güçsüzlük hissi,
- İnsanlar kendilerini öldürüyor ve intihar düşüncelerini içeriyor.
- İnsanlarda vücut ağırları ve şikayetleri (Merttürk, 2005).

İntihar

Saldırganlık, bir kişinin kendine yönelik tutumlarına yönelik bir durumdur. Bu durumda saldırganlığın durumu reddedilirse saldırgan davranışın dışa dönük ifadeleri kendinizi yenemez ve engellenirse kendinizi engellemenin nedeni olarak görürse saldırgan tutumlar devam edecek bir durumun boyutundan çok aşağılanmayı kendi kendine yönlendirdiği düşüncesiyle kendini öldürür (Karayılmaz, 2006).

Uyku Bozuklukları

Ruhsal bozukluğu olan kişilerde uyku bozukluklarına neden olan saldırgan davranışlara neden olabilir (Roe, 2007).

Psikosomatik Bozukluklar

Fizyolojik hastalıklara dönüşme hatalarının psikolojik nedenleri ortaya çıkmaktadır. Stres durumundaki kişilerde ortaya çıkan sürekli baskı, yıldırma, taciz ve fiziksel bozukluklar (Roe, 2007).

2.4.4. Saldırganlık kontrol yolları

Yapılan araştırmalara göre cezalandırma, sanılanın aksine saldırgan tutumların önlenmesi açısından çok az yöntemden biri olabilecek caydırıcılığın etkili olduğu tespit edilmiştir. Polis ve sonuçta çevreye yayılan saldırgan davranışların önlemlerle engellenmesi başarısızlığa yol açacaktır. Ancak polisin saldırganlığı önlemek yerine politik, kültürel, sosyal ve bütünleştirici tekdüze olmayan önlemlerin yönünü değiştirmektedir (Karayılmaz, 2006). Öte yandan, sosyal teorisyenlerin benim tarafımdan önerdiği saldırgan davranışlardan kaçınmayı öğrenmek bir ceza ve ödül yöntemidir. Bu yöntemde, kişi insanları cezalandırmada saldırgan davranışı ve bunun yanlış olduğunu anlayacak ve sonra bu davranışı tekrarlayacaktır. Ödülün şiddet eğilimi

göstermediği, saldırganlıktan ve bu davranışı sergileyen olumsuz davranışlardan kaçındığı durumlarda sakinleşmeyi öğrenecek ve sonuç olarak kişi saldırgan duruştan uzaklaşacaktır (Yalçın, 2009). Şiddetin önlenmesi için, insanın yeni bir tutumu, benzer tutumlar geliştirmelerini ve bertaraf imkanını sağlayan sosyal beceri eğitimi alışkanlığıdır. Yapılandırılmış bir öğrenme düzeyi oluşturarak, olumlu ilişkiler yoluyla sosyal veya kişisel kendini ifade etme, başa çıkmak için temel sorunlar geliştirme, vb. içerdiği beceri eğitimleri etkin olarak kullanılmaktadır (Gültekin, 2008). Ebeveynlerden saldırganlığın ve ilk ailenin önlenmesine yönelik yetenek öğrenildiği için araştırmayı herkes bilir ve ortaya çıkarır. Öfke ve şiddet sorunları yerine, ebeveynlerle iletişim kurarlar; eğer tüm çocuklarla birlikte çözmeye çalışırlarsa, aynı şekilde sorunları çözeceklerine inanırlar. Bu nedenlerden dolayı ebeveynler çocuklara örnek olmalı ve davranışlarına çok dikkat etmeli, idol olmak için hayatlarına devam etmelidir (Özmen, 2004). Şiddeti kontrol etmenin birçok yöntemi var. Örneğin, ilaç tedavisi, rasyonel duygusal terapi, grup danışmanlığı, Kasım gevşeme teknikleri, vb. (Gültekin, 2008). Sportif faaliyetlerin araştırılması; saldırganlığın ortadan kaldırılmasına yardımcı olan katılımcılarının zihinsel, fiziksel ve kişilik gelişimi olarak iradelerini güçlendiren, Birliğin kişilerarası sağladığı, özgüvenini geliştiren, özdenetim yönlendirdiği, herkese saygı duymayı öğrenmede önemli destek sağlayan ortaya çıkmıştır (Doğan, 2009).

Tedavinin büyüklüğü Çocuğa, aileye ve çevreye (okul, mahalle gibi saldırgan tutumlara) eş zamanlı psikoterapi danışmanlığı çalışması uygulanması gereken bir çalışma yaklaşımı. Şiddet uygulayan çocuklar, hangi durumlarda acil bir durumun tespit edilmesi ve ortadan kaldırılması gerektiği konusunda şiddet eğilimi gösterirler. Çocuklar sürekli olarak çevreye taşınmalı, bina çocuklar için özgüvenle temas halinde olmalı, ve ayrıca ev ortamında çocuklara bulaştığı için ellerinden geldiğince sorumluluk verilmeli ve şiddet içeren filmlerin izlenmesine izin verilmemelidir (Güçlü, 2001).

İnsanlarda şiddet içeren tutumlar, düzeltilmesi gereken bir alışkanlık boyutuna ulaşmadan önce. Bu davranışlar:

- Okuldaki eğitimciler ve ailedeki veliler şiddet içeren davranışlardan kaçınmak için bu davranışların çocuklara rol model olmaması gerekir.
- Şiddet davranışı nedeniyle çocuk cezalandırılmamalıdır. Ebeveynler ve eğitimciler, istek, merak ve düşünceler çocuklara saygı göstererek desteklerini göstermelidir.

- Çocuklarda şiddet içeren davranışların nedeni sürekli uyarılar, saldırganlık içgüdüsünü tetikleyecek uyarılar ve doz uyarımında ortaya çıkmaları yerinde olmalıdır.

- Çocukların her zaman olumlu tutumları ifade edilmeli ve olumsuz davranışları söylenmemelidir.

- Çocuklarda şiddet içeren davranışlar, her zaman hem olumsuz hem de olumlu olmalıdır;

- Çocukların saldırganlığına dayalı bir kişilik oluşturmak için saldırgan davranışların çevreden uzaklaştırılmaması için ilk kapanışın sağlanması gerekir.

- Çocuklarla empati geliştirerek şiddet içeren davranışlardan vazgeçmelidir.

- Toplumda kabul edilen davranış ve değerler çocuklara açıklanmalıdır.

- Çocukların her dönemde mevcut seviyelerine göre sorumluluk almaları ve şiddet içeren davranışlardan uzaklaştırılmaları sağlanmalıdır.

- Çocuklar oyunu oynar; belirli aktivitelere katılmak için grup aktivitelerini teşvik etmeli ve katılmalı ve böylece çocuğu rahatlatmaya ve içindeki enerjiyi serbest bırakmaya yardımcı olmalıdır.

- Taleplerde bulunulmalı ve çocuklarda saldırgan davranışlar sergilenmeli; bu davranışlar göz ardı edilmemelidir.

- Kızgın veya heyecanlı olduklarında çocuklarla tartışmaya girmeyin, en sakın ve yanlış olan durumu bekleyin davranışı uygun zamanda belirtin.

- Çocuklar diğer çocuklarla karşılaştırılmamalıdır (Dizman, 2003).

Saldırganlık-spor ve sporcular arasındaki ilişki:

Toplumsal, toplumsallık, dostluk, barış, ve kardeşlik alanında insanlar arasında bağ oluşturan spor kavramını iki farklı açıdan deşifre edebilirsek bir olgunun duygularına dönüşmüş oluruz (Özbaydar, 1983). Bireysel bir bakış açısıyla, saldırganlık gibi duyguları ortadan kaldırmaya veya kontrol etmeye yardımcı olmaktır. Özellikle içlerindeki insanlar gelişim döneminde fiziksel ve zihinsel olarak kendilerini iyi hissederler (Nichols ve Properly, 2008). Başka bir anlamda, şiddet içeren davranış kurallarına uyan spor, doğal bir süreç olarak vücuttan atılmalıdır.

Bugün, spor öfkesi saldırganlık patlamalarını birçok kez ortadan kaldırır veya en aza indirir, tanımladığınızda belirtilir. Bu durum, farklı spor dallarındaki saldırganlık durumuna göre çeşitli şekillerde değerlendirilebilir. Özellikle takım sporlarında (hokey, rugby), saldırgan tutumların diğer branşlarda daha yaygın olduğu gözlenmiştir (Karayılmaz, 2006).

Psikolojide saldırganlık terimi, sürekli araştırılan ve spor psikolojisinin bir koşuludur. Spor psikolojisinde saldırganlık kavramı Bir yarışma veya yarışmada, hakemlerin etkilediği çevresel, fizyolojik, psikolojik, ve biyolojik faktörlerin sporcuları, rakiplerinize veya takım arkadaşlarınıza karşı yaptıkları eylemlerdir (Falcon, 2003).

Araştırmalara göre, bazı araştırmacılar, normal yaşamda şiddet içeren içerik unsurları içeren spor yapan bireylerin, genellikle saldırgan davranışların, spor yapan kişilerde şiddet içeren, saldırgan davranışlar sergilediğine inanmaktadır. Becerileri ve saldırgan davranışları kontrol eden diğer araştırmacılar çok yüksek kaçınma olarak bulmuşlardır (Dervent, 2007).

Sekertek (2003), toplumdaki insanların şiddet içeren davranışlarını ortadan kaldıran spor yoluyla yasaklandığını söylüyor. Saldırgan kişilikler spor yoluyla rakiplerini zihinsel ve fiziksel olarak alt etmişlerdir, ve saldırgan duruşlarını azalttıklarını söyleyebiliriz. Bununla birlikte, bazı saldırgan insanlar, aksine, söylemesi zor olan saldırganlık düzeyini arttırmıştır. Genel olarak, şiddet içeren davranışlarda gerginliği azaltma etkisi olan sporu yapan insanlar ve kabul edilmektedir (Kurtiç, 2006).

Sporcularda, seyircilerde ve antrenörlerde şiddete karışan sporda, yarışmada veya müsabakada saldırganlık olgusu çeşitli faktörlerden etkilenmekte, spora uygun olmayan yasa dışı eylemler, sergiler ve diğer kişilerin amaç ve eylemlerine ulaşmalarında zararlı eylemlerdir (Dervent, 2007).

Araştırmacılar sporda saldırganlık kavramı üzerine farklı teoriler önerdiler. İşlevselci teorisyenlere göre, bireyleri birleştiren uyum, bunun size izin verecek bir araç olduğunu savundu. Sporun tanımları ve onlarla ilişkilerin geliştirilmesi ortak bir çaba olduğu gibi, bu teori savunulduğu için sosyal katılımı teşvik eder. Çatışma teorisyenlerinin de içinde yaşadığı spor toplumunun çelişkileri, yanlış anlaşılımların ve sorunların göze batan bir şey içerdiği iddia edildi. Hem genişlikte hem de işlevselci yaklaşımda aktif olan eleştirme aynı zamanda çatışmacı olduğunu savunuyorlar. Eleştirel teorisyenler, spor ve toplumsal güç ilişkileri veya barışçıl sürekli değişen fikri savundular. Bu değişimleri etkileyen faktörler, hükümetler, aileler, sosyal gruplar, tarihler ve medya formatında örnek alabiliriz (Karayılmaz, 2006).

Kurtiç, sporda iki faktörün öneminden bahsetti: saldırganlığın amacı ve amacı nedir. Sporundaki bir sporcu, kuralları ihlal eden bir rakibe zarar verme eylemini saldırganlık olarak nitelendirdi. Sporda şiddet içeren tutumlar sözel, fiziksel, ve belirteçler tarafından yapılır. Sözlü saldırganlık: Bir rakibe veya hakeme zarar vermek için alaycı sözlerle yapılır. Saldırganlık

belirtileri: fiziksel olarak diğer insanlara yapılan el ve kol hareketleriyle yapılan bir işlemdir. Fiziksel saldırganlık kahramanca: Sadece bu tür saldırganlıklarda izin verilen temas, bireysel ve takım sporları dallarında rastgele meydana gelebilir. Tökezleme, yumruk atma, veya tekme atma gibi hareketler bu tür saldırganlıklara dahildir (Kurtiç, 2006).

Sergilenen saldırgan davranışlar, spor sırasında sporcuların elenmesinden kaynaklanmaktadır. Çobanoğlu ve Güner (2006) bu durumun davranış biçiminde önlenmesini ortaya koymaktadır. Saldırganlık, güç, prestij, farkındalık, ve mükemmeliyetçilik sporunda başarının her yerinde var olan bu dürtüler, "bloklar" gibi kavramlar ortaya çıktığında ortaya çıkar. Bu durumlarda maksimum faydayı sağlayabilmek için antrenör ve sporcuların inhibitörün kaynağını belirlemeleri gerekecektir.

Belirli bir amaç için yapılan bir hareketi önlemeye yönelik tutumlar, hedefe ulaşmak için çaba kaybıdır. Genellikle inhibisyon tutumları kurulum sırasında ortaya çıkar. Yenilgi, başarısızlık, uzaklaşılacak rekabet vb. kurulumlar sonucunda durumlar ortaya çıkacaktır. Örneğin, bir örnek vermek gerekirse, bir futbol maçında savunma oyuncusu ile savaşıyor bu durumda hayal kırıklığı yaşayabilir ve ardından mücadele eden oyuncuların takabileceği çelme takabilir. Katı kuralların ve beklentilerin hayal kırıklıkları onu açabilir. Fulden farklı olarak, bir varış noktası için umut kaybı olarak tanımlanan hayal kırıklığı için son bir şansı vardır ve bu durumda şiddet içeren davranışların artması şeklinde olabilir (Karayılmaz, 2006). Ayrıca sporla ilgili bazı saldırganlık eylemlerini önlemek için düşük seviyeler gösterir; bunlardan biri dikkate alınmalı, ancak sporla ilgili değilse, sürekli şiddet davranışının boyutunu gösterir. Saldırganlık düzeyini en aza indirmenin bu çeşitli yollarından birini engellemeyecek tutuma karşı aranmalıdır. Antrenman bir sporcunun sporu kanunları dahilinde izin verilir. Mevcut duruma ikna olup olmaması şiddetin kilit noktasıdır (Karayılmaz, 2006).

Kendilerine isim olarak saldırmak ve diğer insanların eylemleri hakkında yorum yapmak, bu yorum yapanların deneyimleriyle ilgilidir. Bu bir futbol maçı iken günlük hayatta şiddete karşı mücadele düşünülebilir ve kurallara göre bu normaldir. Sadece yarışmada rakibe saldırmaya niyeti olmayan genç sporcuların dövüş hareketlerinin farkında olmaları gerekir. Çocuklar ve gençler, başkalarının tutumlarını şiddetli bir şekilde ifade etme eğilimindedir. Genç takımların ve yarışmacıların yetişkinlerin tutumlarına tepki olarak atak şeklinde davranışlarının daha yüksek olduğunu göstermektedir. Gençlerin davranışları, bu saldırıları durdurmanın bir yoludur. Bu bilgiler ışığında oyuncuların kişisel olarak havacıların nedenlerini ortaya çıkarma

davranışları ve bunun tek amacı bunun nedenlerinin görevidir ve sporun kurallarına göre karşılaştırılmadan yaşam boyutunun yanlış tanımlanması, hücum etmesini önlemektir (Marshall, 1999).

Sporcularda saldırganlığı artıran şey, yarışmanın ilk veya son anında yaygın olarak gözlemlenmiştir. Saldırganlığın artmasının nedenini hakem hataları, seyirci tutumları, yorgunluk, ve saldırgan rakip tutumları şeklinde açıklamak mümkündür (Karayılmaz, 2006). Baumann (1994), kurallar tartışmasında engelleyici bir davranış spor içindir ve bu durumda kişiler her an karşılıklı olarak spora canlı olarak dahil olduklarını belirtmişlerdir. Kurallar ihlal edilirse, şiddet içeren davranışlar, sarhoş olmak başlar (Dervent, 2007).

Sporla saldırganlık statü mü? Kendi kendini yöneten ve dışa dönük saldırganlık. İnsanlara karşı saldırgan davranışlarda öz-yönelimli saldırganlık, özünde onlardan gelen tepkinin yeniden ortaya çıkmasıyla tanımlanır. Örneğin, bir basketbolcu gibi potu önemli bir şekilde kaçırıyor ve sütü tekmeliyor (İkizler ve Karagözoğlu, 1997). Dışa saldırganlıkta yarışan sporcular, hakemler, antrenörler, takım arkadaşları, herkes hedef olabilir. Bu tutumun G'si, dokundukları izleyici kitlesi için en önemlisidir (Karayılmaz, 2006).

Bireysel dövüş sanatları üzerine yapılan bu çalışmalar, eğer bu sporu hayatlarında daha sakin hale getiren normal bireylerse, spor yaparken uygulanan stres ve gerginliğin giderildiği düşünülmektedir. Aksine, takım sporları ile ilgili araştırmalar uzun vadeli başarı beklentisi olduğundan hayatınızdaki bazı dış etkenlerden etkilenir ve agresif hareketler sergilemesi beklenir. Örneğin: Patterson'un (1983) araştırması, lise futbolcularının şiddet içeren davranış sezonu boyunca bir ilerleme gösterdiğini ortaya koydu. Buna dayanarak, futbol maçlarının rekabetinin izleyicileri üzerinde yapılan bir başka çalışmada önceden daha agresif olduğu tespit edildi (Dervent, 2007).

Tiryaki (1996) saldırganlığın bazı uyarıcılar tarafından tetiklenebileceğini ve sporcuların engellendiğinde bir durumun ortaya çıkacağını düşünmüştür. Sporcular iyi yönetilmezler ve kalıcı bir yenilgi durumunda olduklarını hissederlerse, hissettikleri fiziksel acı durumlarında yönelim bozukluğu ve belirli bir kapasitenin altında kalırlarsa saldırganlıkta artışa, performanslarına yönelik tutumlara işaret ederler (Karayılmaz, 2006).

Cox (1985) spor müsabakalarında kullanılan ve şiddet içeren davranış araştırmalarında rakibini yenen, ülkesinin madalya kazanması, rekorlar kırması gibi sebeplerden dolayı , bunu belirlemiştir. Burada sergilenenler yalnızca araçsal amaçlarla saldırgan davranışlardır (Cox,

1985). Bu tür faaliyetler genellikle rekabetçi sporlar ve saldırgan davranışlardır. Bir spor etkinliğinde asıl amaç veya hedef, maddi kazanç, başarı, prestij ve şöhret ben çalışmıyorum dürtüsüne sahip olabilirler. Saldırgan davranışlar sonucunda sporcuların ilk kez hedefe ulaşmak isteyen davranışları hedeflere ulaşmada yardımcı olan ve elde tutmayı pekiştiren bir faktör olarak saldırgan davranışlar izlenimi verebilir. Saldırgan davranış, ödülün de daha büyük derecenin bir parçası olduğu kadar değerliyse (Karayılmaz, 2006).

Silver (2002) tarafından yapılan araştırmaya göre spor müsabakaları, hedef rekabet, kazanma veya kaybetme arzusu temelinde yapıldığı için kazanma isteği çok iyi bir performans gösterme isteği çeşitli olumsuz durumlara yol açmakta ve bazen saldırgan davranışlar sergileyen bireylere kadar uzanmaktadır. Aralık. Sporcular sadece sözlü şiddet içeren davranış sergilerinin değil, fiziksel olarak da bir parçasıdır.

Tenenbaum'a (1997) göre saldırganlık, davranış ve diğer insanlara fiziksel zarar verme eylemleridir. Bu alandaki saldırganlığın ifadesidir ve çok geniş bir alanı kapsayan antrenörler, sporcular, seyirciler ve aslında onu itibarsızlaştırmayı amaçlayan bir dizi eylemle birbirlerine vururlar. Düşman saldırgan davranışlar şeklinde saldırır ve belgeleri iki şekilde incelemenize yardımcı olur. A düşman saldırısı için bir hedef veya ödül, istismardaki değerleri kullanır. Yardım, getirilme yerine saldırının temel amacı, amacı üstesinden gelmenize veya indirmenize yardımcı olmak olan bir saldırganlıktır (Çobanoğlu ve Güner, 2006).

Spor koçlarının sosyal yönlerindeki saldırganlık düzeyi, bilinen kayıpların farkında olmalıdır. Kurallara uygun olarak adil olmak ve spor yapmak tüm branşlarda zorunlu olmalıdır (Kurtiç, 2006).

Spor medyası aracılığıyla hem eğitim hem de sağlık yararları sürekli olarak sosyal olarak açıklanır; her şeyden önce adil oyun olgusu korunmalıdır. Tüm spor medyasının sorumluluğu şiddet içeren davranışlar sergileme ve IQ oynama becerisine sahip olmalıdır. Her pozisyonda dünyanın hassas ve manevi yönleri yüksek sporcular vardır. Kazanma hissi sporda önemli bir faktör olarak görülüyor. Bu durumun aksine bazı antrenör ve sporcuların galibiyet için G saldırgan davranış ve saldırganlığı teşvik ettiklerini ifade eden terim (Çobanoğlu ve Güner, 2006); sporcuların kazanacaklarını bilerek cezalandırılacakları şiddet içeren tutumlar sergileyeceklerini netleştirerek öngörmeniz gerektiğini söyledi. Sonuç olarak, sporcular kazanmak ister, kaybetmek istemezler. Bu nedenle, isteyerek veya istemeyerek saldırgan bir şekilde olabilir. Şiddet içeren tutumlar ve dolayısıyla diskalifiye olması sonucu sporcu oyundan

atılabilir ve bir sonraki müsabakaları kaçıırken takım şiddet içeren davranışlarla kazanabilirken, takım cezalandırılmayacak, takım arkadaşları ve şiddet içeren davranışlara dayanarak ödüllendirilecek ve bu boyutta güçlendirilecektir (Çobanoğlu ve Güner, 2006).



3.YÖNTEM

3.1. Araştırmanın Yöntemi

Algılanan stres ve saldırganlık, voleybol ve hentbolcular arasındaki ilişkinin demografik değişkenlere göre durumu ve nicel araştırma bu araştırmadan ilişkisel tarama modelinde karşılaştırma amacıyla yapılmış. Tarama modelinden ilişkisel, bir veya daha fazla değişkenin birlikte artırılıp azaltılamayacağını belirlemek amacıyla kullanılır (Karasar, 2023).

3.2. Araştırma grubu Evren ve Örneklem

Araştırmanın nüfusu 2024-2025 yılları arasında Adıyaman ilinde yaşayan genç lisanslı 173 voleybol oyuncusu ve 98 genç hentbol oyuncusundan oluşmaktadır. Araştırma örneklemi; araştırmaya gönüllü katılım sağlayan 2024-2025 yılları arasında Adıyaman ilinde yaşadığını belirten voleybol branşında 32 kadın ve 33 erkek ve hentbol branşında lisanslı 26 kadın ve 35 erkek sporcudan oluşmaktadır.

3.3. Araştırmanın Veri Toplama Araçları

Araştırmanın veri toplama aracı olarak "Kişisel bilgi formu," Eskiden ve diğerleri (2013) tarafından geliştirilen "Algılanan Stres Ölçeği," ve Madran (2012) tarafından geliştirilen "Buss Perry saldırganlık ölçeği" kullanılmıştır. Yazışmaları işlemek için gerekli izinler alınmıştır. İstatistiksel analizler SPSS programı kullanılarak analiz edilmiştir.

Kişisel bilgi formu: Kişisel bilgi formu, çalışmaya katılan cinsiyet, spor dalı, aileye ilişkin bilgiler, sosyo-ekonomik durum, vb. gibi genel bilgilerini elde etmek amacıyla araştırmacı ve danışmanı tarafından geliştirilmiştir.

Buss Perry Saldırganlık Ölçeği: Araştırmacılar tarafından araştırmada veri toplama aracı olarak hazırlanan ve kişisel bilgileri içeren bir form ile ilk Buss Perry ve Türkçeye uyarlaması Madran (2012) tarafından oluşturulan "Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği (SO)" kullanılmıştır. Ölçek, fiziksel saldırganlık, sözel, öfke ve düşmanlığı değerlendirecek beş puanlık Likert tipi olmak üzere 4 beden (0 = asla benim uzmanlık alanım değil, 4 = tamamen benim uzmanlık alanım) ile 0 - 116 arasında alınacak ölçek noktaları arasında değişmektedir. Saldırganlığı yüksek puanlar seviyenin çok yüksek olduğunu gösteriyor. Ölçeğin Türkçe versiyonunda, ölçüler için alt iç tutarlılık katsayıları "0.78," "0.354," "0.48," "0.76," ve "0.71"; ölçeğin

toplamında “0.85” bulundu. Bu çalışmada ölçeğin Cronbach Alfa katsayılarının iç tutarlılığı; $\alpha = 0,85$ için fiziksel saldırganlık, $\alpha = 0,73$ için düşmanlık, $\alpha = 0,79$ için öfke, $\alpha=0,72$ boyutu için sözel saldırganlık ölçeğin toplamı için $\alpha = 0,89$ inçtir.

Algılanan stres ölçeği (ASO): Cohen ve arkadaşları (1983) tarafından geliştirilen ve uyum çalışmalarında kullanılan Eskin ve arkadaşları (2013) tarafından “algılanan stres ölçeği (ASO)” kullanılmıştır. Ölçeğin 14 maddesini ve stresli bir olayın bireyin yaşamı olarak nasıl algılandığını ölçmek için tasarlanmışsa bazı durumlarda. Her ögenin 5 puanlık bir Likert türünden “çok sık (4)” değişen “zamanı yok (0)” vardır. Ölçek” Özyeterlik Stres “ve "üst Düzey Stres" yaratmak için iki boyut vardır. İçindekiler: "Ölülerin %7'si puanlanır" ifadesi çünkü tersini içerir. Bireysel ölçek puanları 0 ile 56 arasında değişir; yüksek stres ve yüksek puan algısını ifade eder.

Tablo 3. 1.Demografik özellikler

Değişken	Grup	Voleybol		Hentbol	
		Sıklığı (n)	Yüzde (%)	Sıklık (n)	Yüzde (%)
Cinsiyet	Erkek	32	49,2	35	57,4
	Kadın	33	50,8	26	42,6
Anne Eğitim Durumu	Okuma yazma bilmeyen/İlkokul	20	30,8	11	18,0
	Ortaokul	16	24,6	17	27,9
	Lise	17	26,2	19	31,1
	Üniversite ve üstü	12	18,5	14	23,0
Baba Eğitim Durumu	Okuma yazma bilmeyen / ilkokul	10	15,4	5	8,2
	Ortaokul	21	32,3	22	36,1
	Lise	14	21,5	18	29,5
	Üniversite ve üstü	20	30,8	16	26,2
Anne Meslek	Ev hanımı	54	83,1	48	78,7
	Memur	2	3,1	3	4,9
	İşçi	9	13,8	10	16,4
Baba Meslek	Memur	6	9,2	8	13,1
	İşçi	9	13,8	12	19,7
	Esnaf	16	24,6	13	21,3
	Serbest meslek	21	32,3	17	27,9
	Çiftçi	7	10,8	4	6,6
	Emekli	6	9,2	7	11,5
Okul Durumu	Devlet	57	87,7	56	91,8
	Özel	8	12,3	5	8,2
		Min-Max	Ortalama±Ss	Min-Max	Ortalama±Ss
Yaş		12-24	15.49±2.69	12-24	15.90±2.495
Kardeş sayısı		1-8	3.75±1.392	1-8	3.61±1.626
Gelir Durumu		15.000-95.000	35321.54±16691.73	15.000-120.000	40852.46±20941.05

Tablo 3. 2. Ölçeklerin cronbach alfa güvenilirlik katsayıları (a)

Ölçek ve boyut	Araştırmalarının ölçeği ve boyutu
Yetersiz özyeterlik algısı	.702
Stres algısı	.735
Algılanan genel stres	.656
Fiziksel saldırganlık	.781
Düşmanlık	.816
Öfke	.625
Sözlü saldırganlık	.603
Genel saldırganlık ölçeği	.911

Cronbach'ın Alfa güvenilirlik katsayısı .80 ölçekler eşitse, ölçek oldukça güvenilirdir ve güvenilir olduğu öne sürüldüğünde benzer özellikleri temsil eden öğeler arasında 60-80 (Kalaycı, 2018).

3.4. Araştırma Verilerinin Analizi

Araştırmada elde edilen verilere öncelikle uç değer analizi uygulanmış ve bu çerçevede Mahalanobis mesafesi ile Cook's Distance yöntemleri kullanılarak veri setinde aşırı aykırı gözlemlerin varlığı incelenmiştir. Yapılan analizler sonucunda uç değer içermediği belirlenen veri seti üzerinde çalışmalar, 126 katılımcı (65 voleybolcu ve 61 hentbolcu) ile gerçekleştirilmiştir. Katılımcıların demografik özelliklerine dair dağılımları belirlemek amacıyla tanımlayıcı istatistikler kapsamında frekans ve yüzde analizleri yapılmıştır.

Parametrik testlerin uygulanabilirliğini değerlendirmek amacıyla değişkenlerin basıklık ve çarpıklık değerleri ile varyansların homojenliği incelenmiştir. İkili grup karşılaştırmalarında Bağımsız Örneklem T-Testi kullanılırken, ikiden fazla grubu içeren karşılaştırmalarda varyansların homojen olduğu durumlarda Tek Yönlü Varyans Analizi (One Way ANOVA) tercih edilmiştir. ANOVA sonucunda anlamlı fark tespit edilirse, Post Hoc analizlerde “Tukey” testi uygulanmıştır. Varyansların homojen dağılım göstermediği durumlarda ise Welch testi ile Post Hoc analizlerde “Tamhane” testi kullanılmıştır.

Değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla Pearson Korelasyon Analizi ve Basit Doğrusal Regresyon Analizi yöntemleri kullanılmıştır. Tüm istatistiksel analizler, .05 anlamlılık düzeyi esas alınarak yürütülmüş olup, analiz süreçleri SPSS 25 istatistik yazılımı kullanılarak

gerçekleştirilmiştir. Ölçeklere ilişkin dağılım katsayılarına ait bulgular ilgili tabloda sunulmuştur.

Tablo 3. 3. Ölçek puanlarının ortalama, standart sapma, minimum, maksimum, çarpıklık ve basıklık değerleri (n=457)

VOLEYBOL					HENTBOL			
Değişken	Min.- Max	$\bar{X} \pm Ss$	Çarpıklık	Basıklık	Min.- Max	$\bar{X} \pm Ss$	Çarpıklık	Basıklık
Yetersiz Özyeterlik Algısı	6-24	20.12± 4.97	-.080	.722	11-34	21.60± 4.970	- .139	.195
Stres/rahatsızlık Algısı	7-34	2 1.53±5 .695	-.120	-.255	8-28	18.37± 4.454	- .197	-.450
Algılanan Stres Genel	14-58	41.66± 8.185	-.427	1.165	26-53	39.98± 6.078	- .281	.002
Fiziksel Saldırganlık	12-42	27.67± 8.66	-.200	-1.031	12-37	21.22± 5.731	. 633	.204
Düşmanlık	10-40	25.83± 7.311	.069	-.442	8-38	20.45± 6.659	. 056	-.226
Öfke	11-31	22.12± 5.340	-.298	-1.007	8-30	18.67± 5.287	. 231	-.621
Sözel Saldırganlık	7-25	15.43± 4.238	.239	-.582	5-20	11.81± 3.735	- .195	- .495
Saldırganlık Ölçeği Genel	48- 134	91.06± 23.13	-.051	-.893	40- 113	72.18± 16.751	- .055	- .378

George ve Mallery (2010) ölçeklerde çarpıklık ve basıklık katsayılarının +2 ile -2 değerleri arasında olması durumunda verilerin normal dağılım sergileyeceğini ifade etmektedirler. Belirtilen değerlerin uygun aralıklarda olduğu tablo incelendiğinde ise verilerin analizinde parametrik testlerin kullanılabileceği görülmektedir.

4.BULGULAR

Araştırma kapsamında elde edilen verilerin analizleri sonucunda ulaşılan bulgular tablo ve açıklamalar halinde aşağıda sunulmuştur.

Tablo 4. 1. *Voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması*

Değişken	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Yetersiz Öz yeterlik Algısı	Kadın	33	20.60	5.273	.792	.431
	Erkek	32	19.62	4.688		
Stres/rahatsızlık Algısı	Kadın	33	24.72	4.598	.549	.000*
	Erkek	32	18.25	4.812		
Algılanan Stres Genel	Kadın	33	45.33	7.187	4.101	.000*
	Erkek	32	37.87	.473		

Araştırmada, voleybolcuların algıladıkları stres ve bu stresin alt boyutlarını cinsiyete göre karşılaştırmak amacıyla bağımsız gruplar için t testi uygulanmıştır. Yapılan analizler sonucunda, yetersiz öz yeterlik algısı açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı saptanmıştır ($t=.792$, $p>.05$). Ancak, stres/rahatsızlık algısı ($t=5.549$, $p<.05$) ve algılanan stresin genel ortalaması ($t=4.101$, $p<.05$) açısından kadın voleybolcuların erkek voleybolculardan istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek ortalamalara sahip oldukları belirlenmiştir.

Tablo 4. 2. *Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması*

Değişken	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Fiziksel Saldırganlık	Kadın	33	32.45	7.040	5.451	.000*
	Erkek	32	22.75	7.313		
Düşmanlık	Kadın	33	30.39	5.584	6.586	.000*
	Erkek	32	21.12	5.757		
Öfke	Kadın	33	25.33	3.870	6.194	.000*
	Erkek	32	18.81	4.596		
Sözel Saldırganlık	Kadın	33	17.60	3.888	4.899	.000*
	Erkek	32	13.18	3.354		
Saldırganlık Genel	Kadın	33	105.78	17.280	6.816	.000*
	Erkek	32	75.87	18.099		

* $p<.05$

Araştırmada, voleybolcuların saldırganlık alt boyutları ve toplam puanlarının cinsiyete göre karşılaştırılması için bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır. Yapılan analiz sonucunda, tüm alt boyutlar ve ölçek genelinde kadın voleybolcuların ortalamalarının, erkek voleybolcuların ortalamalarından istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır.

Tablo 4. 3. Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması

Değişken	Cinsiyet	n	X	ss	t	p
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Kadın	6	22.38	4.817	1.055	.296
	Erkek	35	1.02	5.072		
Stres/rahatsızlık Algısı	Kadın	26	18.50	4.178	.184	.854
	Erkek	5	18.28	4.706		
Algılanan Stres Genel	Kadın	6	40.88	6.185	.998	.322
	Erkek	5	39.31	5.998		

Araştırmada hentbolcuların algıladıkları stres ve alt boyutlarının cinsiyete göre karşılaştırılması amacıyla bağımsız gruplar t testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucunda hentbolcuların algıladıkları stres ve alt boyutlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4. 4. Hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin cinsiyete göre karşılaştırılması

Değişken	Cinsiyet	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Fiziksel Saldırganlık	Kadın	6	20.57	5.209	-.764	.448
	Erkek	5	21.71	6.119		
Düşmanlık	Kadın	6	22.42	6.357	2.037	.046*
	Erkek	5	19.00	6.588		
Öfke	Kadın	6	19.61	5.052	1.205	.233
	Erkek	5	17.97	5.420		
Sözel Saldırganlık	Kadın	6	11.26	3.842	-.992	.325
	Erkek	5	12.22	3.654		
Saldırganlık Genel	Kadın	6	73.88	13.219	.682	.498
	Erkek	35	70.91	19.048		

*p<.05

Bağımsız gruplar için t testi uygulanmış araştırmada hentbol oynayan sporcuların saldırganlığın alt boyutları ve toplam puanları cinsiyete göre karşılaştırma yapılmış. Analiz sonucunda, düşmanlık alt boyutunda kadınların ortalamalarının (X:22.42), erkeklerin ortalamalarından (X:19.00) istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($t=2.037$, $p<.05$). Diğer alt boyutlar ve ölçeğin geneli açısından ise cinsiyetler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmadığı belirlenmiştir ($p>.05$).

Tablo 4. 5. *Voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Anne	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Okuryazar	20	21.10	3.712	1.120	.348
	Değil/İlkokul					
	Ortaokul	16	20.68	4.126		
	Lise	17	20.00	6.234		
	Üniversite ve Üzeri	12	17.91	5.759		
Stres/rahatsızlık Algısı	Okuryazar	20	21.00	5.201	1.821	.153
	Değil/İlkokul					
	Ortaokul	16	19.25	5.092		
	Lise	17	23.47	5.917		
	Üniversite ve Üzeri	12	22.75	6.340		
Algılanan Stres Genel	Okuryazar	20	42.10	6.584	.580	.630
	Değil/İlkokul					
	Ortaokul	16	39.93	6.597		
	Lise	17	43.47	11.130		
	Üniversite ve Üzeri	12	40.66	8.037		

$p<.05$ (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)

Araştırmada, voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçlarına göre, stres düzeyi ve alt boyutlarının anne eğitim durumuna göre istatistiksel olarak

anlamlı bir farklılık göstermediği belirlenmiştir. Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane test sonuçlarını ifade etmektedir.

Tablo 4. 6. *Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Anne	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p	ark
Fiziksel Saldırganlık	Okuryazar	20	22.80	8.593	3.788	.015*	1<3
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	16	28.81	7.687			
	Lise (3)	17	31.35	8.645			
	Üniversite ve Üzeri (4)	12	29.08	6.999			
Düşmanlık	Okuryazar	20	23.00	6.240	1.864	.145	-
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	16	25.93	7.628			
	Lise (3)	17	28.47	7.509			
	Üniversite ve Üzeri (4)	12	26.66	7.499			
Öfke	Okuryazar	20	20.00	4.217	3.878	.019*	1<3
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	16	21.93	6.516			
	Lise (3)	17	24.82	4.186			
	Üniversite ve Üzeri (4)	12	22.08	5.680			
Sözel Saldırganlık	Okuryazar	20	13.55	3.993	2.558	.063	
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	16	15.81	4.069			
	Lise (3)	17	17.23	3.929			
	Üniversite ve Üzeri (4)	12	15.50	4.502			
Saldırganlık Genel	Okuryazar	20	79.35	19.88	3.337	.025*	1<3
	Değil/İlkokul (1)			4			
	Ortaokul (2)	16	92.50	23.44			
				3			
	Lise (3)	17	101.88	22.29			
				8			
	Üniversite ve Üzeri (4)	12	93.33	22.77			
				6			

*p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)

Araştırmada, voleybolcuların saldırganlık düzeyi ve alt boyutlarını anne eğitim durumuna göre karşılaştırmak amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ve Welch sonuçlarına göre, fiziksel saldırganlık, öfke ve genel saldırganlık açısından anne eğitim düzeyi lise olanların, okuryazar olmayan veya ilkokul eğitim düzeyine sahip olanlara kıyasla istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek ortalamalara sahip olduğu saptanmıştır ($p<.05$). Diğer alt boyutlarda ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark tespit edilmemiştir.

Tablo 4. 7. Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması

Değişken	Anne	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Okuryazar	11	21.18	4.094	1.587	.202
	Değil/İlkokul					
	Ortaokul	17	21.05	5.153		
	Lise	19	20.52	4.730		
	Üniversite ve Üzeri	14	24.07	5.356		
Stres/rahatsızlık Algısı	Okuryazar	11	19.18	3.600	.225	.879
	Değil/İlkokul					
	Ortaokul	17	18.41	4.272		
	Lise	19	17.78	4.767		
	Üniversite ve Üzeri	14	18.50	5.155		
Algılanan Stres Genel	Okuryazar	11	40.36	6.087	1.405	.251
	Değil/İlkokul					
	Ortaokul	17	39.47	6.365		
	Lise	19	38.31	6.209		
	Üniversite ve Üzeri	14	42.57	5.199		

* $p<.05$ (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)

Araştırmada, hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerini annelerinin eğitim durumuna göre karşılaştırmak amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçlarına göre, stres düzeyi ve alt boyutlarının hentbolcuların annelerinin eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermediği belirlenmiştir.

Tablo 4. 8. *Hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin anne eğitim durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Anne	N	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p	Fark
Fiziksel Saldırganlık	Okuryazar Değil/İlkokul (1)	11	25.36	6.328	2.791	.049*	3<1
	Ortaokul (2)	17	20.17	5.918			
	Lise (3)	19	19.68	4.055			
	Üniversite ve Üzeri (4)	14	21.35	5.956			
Düşmanlık	Okuryazar Değil/İlkokul (1)	11	22.36	5.696	1.365	.263	-
	Ortaokul (2)	17	21.52	6.510			
	Lise (3)	19	18.00	6.055			
	Üniversite ve Üzeri (4)	14	21.00	7.942			
Öfke	Okuryazar Değil/İlkokul (1)	11	22.27	3.068	3.163	.031*	3<1
	Ortaokul (2)	17	17.17	5.876			
	Lise (3)	19	17.15	4.621			
	Üniversite ve Üzeri (4)	14	19.71	5.594			
Sözel Saldırganlık	Okuryazar Değil/İlkokul (1)	11	13.90	3.048	2.224	.095	-
	Ortaokul (2)	17	11.47	3.858			
	Lise (3)	19	12.10	3.446			
	Üniversite ve Üzeri (4)	14	10.21	3.964			
Saldırganlık Genel	Okuryazar Değil/İlkokul (1)	11	83.90	12.628	2.693	.055	-
	Ortaokul (2)	17	70.35	17.506			
	Lise (3)	19	66.94	14.634			
	Üniversite ve Üzeri (4)	14	72.28	18.382			

*p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)

Araştırmada, hentbolcuların saldırganlık düzeyi ve alt boyutlarını anne eğitim durumuna göre karşılaştırmak amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçlarına göre, fiziksel saldırganlık ve öfke alt boyutlarında, annesi okuryazar olmayan veya ilkokul mezunu olanların ortalamalarının, lise mezunu olanların ortalamalarından istatistiksel olarak

anlamli derecede daha yu'ksek olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$). Diğer alt boyutlar ve genel o'le'ek a'ısından ise gruplar arasında istatistiksel olarak anlamli bir fark bulunmamıştır.

Tablo 4. 9. *Voleybolcuların algıladıkları stres d'zeylerinin baba eğitim durumuna g'ore karşılaştırılması*

Değişken	Baba	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Okuryazar	10	21.9000	4.17532	1.358	.264
	Değil/İlkokul					
	Ortaokul	21	20.7619	4.27674		
	Lise	14	18.0714	6.04425		
	Üniversite ve Üzeri	20	20.0000	5.07833		
Stres/rahatsızlık Algısı	Okuryazar	10	19.9000	5.19508	.489	.691
	Değil/İlkokul					
	Ortaokul	21	21.5714	5.84441		
	Lise	14	21.2143	6.65847		
	Üniversite ve Üzeri	20	22.5500	5.25632		
Algılanan Stres Genel	Okuryazar	10	41.8000	5.49343	.508	.678
	Değil/İlkokul					
	Ortaokul	21	42.3333	8.76546		
	Lise	14	39.2857	9.28546		
	Üniversite ve Üzeri	20	42.5500	8.12712		

** $p<.05$ (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)*

Araştırmada, voleybolcuların algıladıkları stres d'zeylerinin baba eğitim durumuna g'ore karşılaştırılması amacıyla ger'ekleştirilen tek y'önlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçları, stres d'zeyi ve alt boyutlarının baba eğitim durumuna g'ore istatistiksel olarak anlamli bir farklılık göstermediğini ortaya koymuştur.

Tablo 4. 10. Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması

Değişken	Baba	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p	Fark
Fiziksel Saldırganlık	Okuryazar	10	24.6000	9.78888	.962	.416	-
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	21	26.6667	9.52540			
	Lise (3)	14	28.2857	8.09015			
	Üniversite ve Üzeri (4)	20	29.8500	7.36475			
Düşmanlık	Okuryazar	10	22.1000	6.98331	1.268	.293	-
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	21	25.4762	7.21539			
	Lise (3)	14	27.0714	8.32479			
	Üniversite ve Üzeri (4)	20	27.2000	6.64593			
Öfke	Okuryazar	10	19.1000	4.43346	2.100	.110	-
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	21	21.4286	5.44584			
	Lise (3)	14	22.7857	5.16167			
	Üniversite ve Üzeri (4)	20	23.9000	5.32027			
Sözel Saldırganlık	Okuryazar	10	13.2000	4.28952	1.105	.354	-
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	21	15.9524	4.46628			
	Lise (3)	14	15.7857	3.82660			
	Üniversite ve Üzeri (4)	20	15.7500	4.20370			
Saldırganlık Genel	Okuryazar	10	79.0000	24.00000	1.433	.242	-
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	21	89.5238	24.15082			
	Lise (3)	14	93.9286	23.61702			
	Üniversite ve Üzeri (4)	20	96.7000	20.38085			

* $p < .05$ (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)

Araştırmada voleybol oynayan oyuncuların baba eğitim durumu ve saldırganlık karşılaştırması amacıyla ölçek genelinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçları bulunmuştur.

Tablo 4. 11. *Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Baba	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	P
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Okuryazar Değil/İlkokul	5	22.8000	3.11448	.516	.673
	Ortaokul	22	20.5909	5.19761		
	Lise	18	21.8889	5.16651		
	Üniversite ve Üzeri	16	22.3125	5.05594		
Stres/rahatsızlık Algısı	Okuryazar Değil/İlkokul	5	7.6000	3.91152	1.929	.135
	Ortaokul	22	19.0000	3.94003		
	Lise	18	19.6667	4.98232		
	Üniversite ve Üzeri	16	16.3125	4.25392		
Algılanan Stres Genel	Okuryazar Değil/İlkokul	5	40.4000	2.50998	.695	.559
	Ortaokul	22	39.5909	6.60922		
	Lise	18	41.5556	6.02175		
	Üniversite ve Üzeri	16	38.6250	6.21691		

*p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)

Araştırmada, hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin baba eğitim durumlarına göre karşılaştırılması amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçları, stres düzeyi ve alt boyutlarının, hentbolcuların baba eğitim durumuna göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark göstermediğini ortaya koymuştur.

Tablo 4. 12. *Hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Baba	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p	Fark
Fiziksel Saldırganlık	Okuryazar	5	22.2000	7.04982	.165	.920	-
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	22	21.3182	6.50558			
	Lise (3)	18	20.5000	4.61774			
	Üniversite ve Üzeri (4)	16	21.6250	5.79511			
Düşmanlık	Okuryazar	5	20.8000	4.26615	.963	.417	-
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	22	21.5909	6.74473			
	Lise (3)	18	21.1111	7.92530			
	Üniversite ve Üzeri (4)	16	18.0625	5.39714			
Öfke	Okuryazar	5	21.2000	4.32435	.898	.448	-
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	22	18.5000	5.17089			
	Lise (3)	18	19.4444	5.17030			
	Üniversite ve Üzeri (4)	16	17.2500	5.83667			
Sözel Saldırganlık	Okuryazar	5	13.4000	2.88097	.779	.511	-
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	22	12.4091	4.20498			
	Lise (3)	18	11.2222	4.00816			
	Üniversite ve Üzeri (4)	16	11.1875	2.90330			
Saldırganlık Genel	Okuryazar	5	77.6000	16.00937	.545	.654	-
	Değil/İlkokul (1)						
	Ortaokul (2)	22	73.8182	18.30596			
	Lise (3)	18	72.2778	15.56318			
	Üniversite ve Üzeri (4)	16	68.1250	16.70878			

*p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)

Araştırmada, hentbol oyuncularının saldırganlık düzeyi ve alt boyutlarının baba eğitim durumuna göre karşılaştırılması amacıyla gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçlarına göre, alt boyutlar ve ölçeğin genelinde gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4. 13. *Voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin anne meslek durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Meslek	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Ev Hanımı	54	20.22	4.355	1.127	.330
	Memur	2	15.00	2.828		
	İşçi	9	20.66	8.046		
Stres/rahatsızlık Algısı	Ev Hanımı	54	21.92	5.622	.803	.452
	Memur	2	21.00	.000		
	İşçi	9	19.33	6.595		
Algılanan Stres Genel	Ev Hanımı	54	42.14	6.994	3.234	.165
	Memur	2	36.00	2.828		
	İşçi	9	40.00	14.080		

**p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)*

Araştırmada, voleybolcuların stres düzeylerinin annelerinin meslek durumlarına göre karşılaştırılması amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçlarına göre, algılanan stresin toplamı ve alt boyutları açısından anne meslek durumuna göre gruplar arasında istatistiksel olarak çok farklı istatistik veri tespit edilmemiştir.

Tablo 4. 14. Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin anne meslek durumuna göre karşılaştırılması

Değişken	Meslek	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p	Fark
Fiziksel Saldırganlık	Ev Hanımı	54	27.59	8.457	.519	.597	-
	Memur	2	22.50	3.535			
	İşçi	9	29.33	10.559			
Düşmanlık	Ev Hanımı	54	25.62	6.417	5.191	.021*	2<1
	Memur	2	22.50	.707			
	İşçi	9	27.77	12.142			
Öfke	Ev Hanımı	54	22.29	5.123	.382	.684	-
	Memur	2	19.00	5.656			
	İşçi	9	21.77	6.887			
Sözel Saldırganlık	Ev Hanımı	54	15.25	3.900	.253	.789	-
	Memur	2	16.00	1.414			
	İşçi	9	16.33	6.442			
Saldırganlık Genel	Ev Hanımı	54	90.77	21.284	.939	.789	-
	Memur	2	80.00	9.899			
	İşçi	9	95.22	34.881			

p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)

Araştırmada, voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin ve alt boyutlarının annelerinin meslek durumuna göre karşılaştırılması amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçlarına göre, düşmanlık alt boyutunda ev hanımlarının ortalamalarının memurlardan istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu saptanmıştır (p<.05). Ancak, saldırganlık toplamı ve diğer alt boyutlarda annelerin meslek durumuna göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Tablo 4. 15. *Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin anne meslek durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Meslek	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Ev Hanımı	48	21.77	4.986	.544	.583
	Memur	3	23.33	1.527		
	İşçi	10	20.30	5.598		
Stres/rahatsızlık Algısı	Ev Hanımı	48	18.45	4.694	.329	.721
	Memur	3	16.33	5.686		
	İşçi	10	18.60	2.913		
Algılanan Stres Genel	Ev Hanımı	48	40.22	5.773	.197	.822
	Memur	3	39.66	7.094		
	İşçi	10	38.90	7.709		

**p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)*

Araştırma kapsamında, hentbolcuların algıladıkları stres durumlarının annelerinin meslek durumuna göre karşılaştırılması amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçları incelendiğinde, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı belirlenmiştir.

Tablo 4. 16. *Hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin anne meslek durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Meslek	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p	Fark
Fiziksel Saldırganlık	Ev Hanımı	48	22.12	5.421	2.985	.058	-
	Memur	3	17.00	6.928			
	İşçi	10	18.20	5.865			
Düşmanlık	Ev Hanımı	48	20.93	6.120	.983	.380	-
	Memur	3	15.66	3.785			
	İşçi	10	19.60	9.335			
Öfke	Ev Hanımı	48	19.06	5.268	1.075	.348	-
	Memur	3	14.66	2.516			
	İşçi	10	18.00	5.773			
Sözel Saldırganlık	Ev Hanımı	48	12.52	3.506	4.695	.013*	2<1
	Memur	3	8.00	4.358			
	İşçi	10	9.60	3.405			
Saldırganlık Genel	Ev Hanımı	48	74.64	15.275	3.051	.055	-
	Memur	3	55.33	17.214			
	İşçi	10	65.40	20.205			

**p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)*

Araştırmada, hentbol oyuncularının saldırganlık düzeylerinin annenin mesleki performansına göre bozulmasını amaçlayan tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçlarının raporlanması, sözel saldırganlık alt ölümçül ev hanımlarının ortalamalarının, memurların ortalamalarından anlamlı olarak anlamlı olarak derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<.05$). Diğer alt boyutlar ve ölçek genelinde anne-işlemlerin bölünmesine göre gruplar arasında anlamlı olarak anlamlı bir fark bulunamadı.

Tablo 4. 17. *Voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin baba meslek durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Meslek	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Memur	6	23.33	6.742	.559	.730
	İşçi	9	20.11	4.166		
	Esnaf	16	20.81	4.102		
	Serbest Meslek	21	18.61	6.344		
	Çiftçi	7	20.00	1.632		
	Emekli	6	20.50	2.428		
Stres/rahatsızlık Algısı	Memur	6	18.50	5.394	.704	.623
	İşçi	9	23.77	4.841		
	Esnaf	16	21.93	5.971		
	Serbest Meslek	21	21.61	6.822		
	Çiftçi	7	20.14	4.775		
	Emekli	6	21.50	2.167		
Algılanan Stres Genel	Memur	6	41.83	4.708	.349	.881
	İşçi	9	43.88	8.358		
	Esnaf	16	42.75	8.629		
	Serbest Meslek	21	40.23	10.280		
	Çiftçi	7	40.14	5.639		
	Emekli	6	42.00	3.847		

**p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)*

Araştırmada, voleybolcuların stres düzeylerinin baba meslek durumuna göre karşılaştırılması için gerçekleştirilen tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçları, algılanan stresin toplamı ve alt boyutlarında baba meslek durumuna göre gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığını göstermiştir.

Tablo 4. 18. *Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin baba meslek durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Meslek	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p	Fark
Fiziksel Saldırganlık	Memur	6	28.50	10.709	.540	.745	-
	İşçi	9	29.22	6.851			
	Esnaf	16	28.31	8.380			
	Serbest Meslek	21	28.38	9.609			
	Çiftçi	7	25.42	9.144			
	Emekli	6	23.00	6.542			
Düşmanlık	Memur	6	25.66	7.659	.702	.624	-
	İşçi	9	28.66	5.385			
	Esnaf	16	24.93	8.045			
	Serbest Meslek	21	26.85	8.410			
	Çiftçi	7	22.71	6.047			
	Emekli	6	24.16	4.445			
Öfke	Memur	6	22.83	4.956	.847	.522	-
	İşçi	9	24.55	4.156			
	Esnaf	16	21.43	6.250			
	Serbest Meslek	21	21.85	5.397			
	Çiftçi	7	19.57	6.078			
	Emekli	6	23.50	3.209			
Sözel Saldırganlık	Memur	6	15.33	4.226	.417	.835	-
	İşçi	9	16.66	3.354			
	Esnaf	16	14.81	3.618			
	Serbest Meslek	21	15.95	5.103			
	Çiftçi	7	15.00	4.434			
	Emekli	6	14.00	4.381			
Saldırganlık Genel	Memur	6	92.33	25.152	.521	.759	-
	İşçi	9	99.11	17.581			
	Esnaf	16	89.50	24.824			
	<Serbest Meslek	21	93.04	25.827			
	Çiftçi	7	82.71	23.328			
	Emekli	6	84.66	16.206			

*p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)

Araştırma kapsamında, voleybolcularda Saldırganlık toplamı ve alt boyutların babanın mesleki performansına göre karşılaştırılmasına yönelik yapılan tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch sonuçları, Zararlılık toplamı ve alt boyutlarda babanın mesleksel olarak işlenmesine göre Gruplar arasında değişen olarak anlamlı bir fark mevcuttu.

Tablo 4. 19. *Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin baba meslek durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Meslek	n	$\bar{X}$	Ss	F/ Welch	p
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Memur	8	23.12	4.454	.445	.815
	İşçi	12	21.41	4.851		
	Esnaf	13	21.46	5.221		
	Serbest Meslek	17	20.41	5.990		
	Çiftçi	4	23.00	4.690		
	Emekli	10	20.30	5.598		
Stres/rahatsızlık Algısı	Memur	8	17.62	5.153	.529	.753
	İşçi	12	17.41	3.449		
	Esnaf	13	18.00	5.354		
	Serbest Meslek	17	18.82	4.720		
	Çiftçi	4	18.25	3.774		
	Emekli	7	20.57	3.552		
Algılanan Stres Genel	Memur	8	40.75	4.200	.574	.720
	İşçi	12	38.83	4.549		
	Esnaf	13	39.46	7.29		
	Serbest Meslek	17	39.23	7.293		
	Çiftçi	4	41.25	5.737		
	Emekli	7	43.14	5.273		

*p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)

Araştırmada hentbolcuların algıladıkları stres düzeyindeki babanın meslek durumuna göre karşılaştırılması amacıyla tek yönlü varyans analizi (ANOVA)/Welch görünümüne göre, gruplar arasında anlamlı olarak anlamlı bir fark belirlendi.

Tablo 4. 20. *Hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin baba meslek durumuna göre karşılaştırılması*

Değişken	Meslek	n	$\bar{X}$	ss	F/Welch	p	Fark
Fiziksel Saldırganlık	Memur	8	20.12	7.298	.492	.779	-
	İşçi	12	21.33	3.961			
	Esnaf	13	21.69	6.196			
	Serbest Meslek	17	22.17	7.160			
	Çiftçi	4	21.25	1.500			
	Emekli	7	19.14	3.625			
Düşmanlık	Memur	8	20.25	5.365	1.872	.114	-
	İşçi	12	20.50	3.777			
	Esnaf	13	19.07	7.376			
	Serbest Meslek	17	18.76	6.923			
	Çiftçi	4	20.75	7.675			
	Emekli	7	27.14	7.289			
Öfke	Memur	8	20.00	6.414	1.071	.386	-
	İşçi	12	16.08	5.035			
	Esnaf	13	17.69	5.618			
	Serbest Meslek	17	19.64	5.407			
	Çiftçi	4	20.50	4.041			
	Emekli	7	20.00	3.316			
Sözel Saldırganlık	Memur	8	11.00	3.585	.140	.982	-
	İşçi	12	11.58	3.776			
	Esnaf	13	11.92	4.192			
	Serbest Meslek	17	11.94	3.344			
	Çiftçi	4	12.00	4.320			
	Emekli	7	12.57	4.720			
Saldırganlık Genel	Memur	8	71.37	20.736	.973	.460	-
	İşçi	12	69.50	11.681			
	Esnaf	13	70.38	21.187			
	Serbest Meslek	17	72.52	18.845			
	Çiftçi	4	74.50	12.609			
	Emekli	7	78.85	7.197			

*p<.05 (Normal yazılar Anova-Bonferroni, italik yazılar ise Welch-Tamhane Test sonuçlarıdır.)

Araştırma kapsamında hentbol sporcularının Saldırganlık düzeylerinin babalarının mesleki aşınmalarına göre değişim göstermediğini belirlemek amacıyla genişletmek Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) ve Welch testinin ait sonuçları, Saldırganlık performansının alt boyutları ve toplam puan açısından babanın mesleki değerlendirmeye göre gruplar arasında dağıtılması olarak anlamlı bir fark ortaya çıktığını ortaya çıkarır.

Tablo 4. 21. *Voleybolcuların algıladıkları stres düzeylerinin okul türüne göre karşılaştırılması*

Değişken	Okul	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Yetersiz Öz yeterlik Algısı	Devlet	57	20.21	5.094	.375	.709
	Özel	8	19.50	4.309		
Stres/rahatsızlık Algısı	Devlet	57	22.21	5.598	2.657	.010*
	Özel	8	16.75	3.991		
Algılanan Stres Genel	Devlet	57	42.42	8.185	2.046	.045*
	Özel	8	36.25	6.204		

*p<.05

Araştırmada, voleybolcuların algıladıkları stres ve bunun alt boyutlarını okul türüne göre karşılaştırmak amacıyla bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır. Analiz sonucunda, yetersiz öz yeterlik algısı açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($t=.375$, $p>.05$). Ancak, stres/rahatsızlık algısı ($t=2.657$, $p<.05$) ve algılanan stres genel ortalaması ($t=2.046$, $p<.05$) bakımından devlet okulundaki voleybolcular, özel okuldaki voleybolculara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek ortalamalara sahip bulunmuştur.

Tablo 4. 22. *Voleybolcuların saldırganlık düzeylerinin okul türüne göre karşılaştırılması*

Değişken	Okul	N	$\bar{X}$	ss	T	P
Fiziksel Saldırganlık	Devlet	57	28.70	8.364	2.673	.010*
	Özel	8	20.37	7.269		
Düşmanlık	Devlet	57	26.80	7.046	3.055	.003*
	Özel	8	18.87	5.330		
Öfke	Devlet	57	22.96	4.964	3.717	.001*
	Özel	8	16.12	4.086		
Sözel Saldırganlık	Devlet	57	15.84	4.104	2.146	.036*
	Özel	8	12.50	4.276		
Saldırganlık Genel	Devlet	57	94.31	21.842	3.245	.002*
	Özel	8	67.87	19.364		

*p<.05.

Araştırmada, voleybolcuların saldırganlık alt boyutları ve toplam puanları okul türüne göre farklı amaçlarla bağımsız gruplar test edilmeye başlandı. Analiz sonucunda, tüm alt boyutlar ve genel sıralamada, devlet sahasındaki voleybolcuların ortalamalarının özel okuldaki voleybolcuların ortalamalarından anlamlı olarak anlamlı bir şekilde daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 4. 23. *Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin okul türüne göre karşılaştırılması*

Değişken	Okul	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Yetersiz Özyeterlik Algısı	Devlet	56	21.42	4.755	-.935	.354
	Özel	5	23.60	7.368		
Stres/rahatsızlık Algısı	Devlet	56	18.44	4.225	.260	.807
	Özel	5	17.60	7.162		
Algılanan Stres Genel	Devlet	56	39.87	5.991	-.464	.644
	Özel	5	41.20	7.661		

*p<.05.

Araştırmada hentbol oyuncularının algıladıkları okul türüne göre stres ve alt boyutların karşılanması amacıyla bağımsız gruplar t testi yapılmıştır. Yapılan analiz sonucu hentbolcuların

algıladıkları stres ve alt boyutlarının okul türüne göre anlamlı olarak anlamlı düzeyde farklılaşma olduğu belirlendi.

Tablo 4. 24. *Hentbolcuların saldırganlık düzeylerinin okul türüne göre karşılaştırılması*

Değişken	Okul	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Fiziksel Saldırganlık	Devlet	56	21.1964	5.937	-.150	.882
	Özel	5	21.6000	2.792		
Düşmanlık	Devlet	56	20.7143	6.552	1.002	.320
	Özel	5	17.6000	7.987		
Öfke	Devlet	56	18.8036	5.415	.647	.520
	Özel	5	17.2000	3.633		
Sözel Saldırganlık	Devlet	56	11.7143	3.802	-.735	.465
	Özel	5	13.0000	2.915		
Saldırganlık Genel	Devlet	56	72.4286	17.132	.385	.702
	Özel	5	69.4000	12.759		

*p<.05

Bu araştırmada, hentbol oyuncularının saldırganlık alt boyutları ve toplam puanlarını okul türüne göre ayırmak amacıyla bağımsız gruplar halinde test uygulanmaya başlandı. Analiz görünümüne göre, okul türlerine ve saldırganlığın alt boyutları ve boyutları genel açıdan gruplar arasında bir arada bir farklılık gözlemlenmedi.

Tablo 4. 25. *Voleybolcuların stres düzeyleri ile yaş, kardeş sayısı ve gelir durumu arasındaki ilişki*

Değişken	Yetersiz Özyeterlik Algısı	Stres/rahatsızlık Algısı	Algılanan Stres Genel
Yaş	.023	-.400**	-.264*
Kardeş Sayısı	.171	-.121	.020
Gelir Durumu	.030	.187	.148

*p<.05

Voleybolcuların stres seviyeleri ile yaşları, kardeş sayıları ve gelir durumları arasındaki ilişkileri tespit etmek amacıyla Pearson'un dağılım analizi gerçekleştirilmiştir. Analiz

sonucunda, yaş sınırının Stres/Rahatsızlık Algısı alt boyutu ($r=-.400$, $p<.05$) ve Algılanan Stres Genel ($r=-.264$, $p<.05$) arasında kalıcı olarak anlamlı olarak önemli dekoratif bölgelerin bulunduğu yerleştirilebilir. Yaşın ilerlemesiyle stresin azalacağı söylenebilir.

Tablo 4. 26. *Voleybolcuların saldırganlıkları ile yaş, kardeş sayısı ve gelir durumu arasındaki ilişki*

Değişken	Yaş	Kardeş Sayısı	Gelir Durumu
Fiziksel Saldırganlık	-.364**	-.081	.151
Düşmanlık	-.412**	-.202	.268*
Öfke	-.428**	-.095	.095
Sözel Saldırganlık	-.262**	-.019	.159
Saldırganlık Genel	-.413**	-.119	.192

* $p<.05$

Voleybolcuların saldırganlık düzeyleri ile yaş, kardeş sayısı ve gelir durumları arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla yapılan Pearson korelasyon analizi, yaş ile saldırganlık alt boyutları ve genel saldırganlık arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde negatif yönlü ilişkiler olduğunu ortaya koymuştur. Yaş ilerledikçe saldırganlık ve alt boyutları puanlarının azaldığını göstermektedir. Bunun yanı sıra, gelir durumu ile düşmanlık arasında pozitif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır. Bu bulgu, gelir durumu arttıkça düşmanlığın da artabileceğini göstermektedir.

Tablo 4. 27. *Hentbolcuların stres düzeyleri ile yaş, kardeş sayısı ve gelir durumu arasındaki ilişki*

Değişken	Yetersiz Özyeterlik Algısı	Stres/rahatsızlık Algısı	Algılanan Stres Genel
Yaş	-.054	.002	-.043
Kardeş Sayısı	-.022	.200	.129
Gelir Durumu	-.042	-.080	-.093

* $p<.05$

Hentbolcuların stres seviyeleri ile yaş, kardeş sayısı ve gelir durumları arasındaki ilişkileri belirlemek için Pearson korelasyon analizi uygulanmıştır. Analiz sonucunda, değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmadığı saptanmıştır.

Tablo 4. 28. *Hentbolcuların saldırganlıkları ile yaş, kardeş sayısı ve gelir durumu arasındaki ilişki*

Değişken	Yaş	Kardeş Sayısı	Gelir Durumu
Fiziksel Saldırganlık	.298*	.135	.066
Düşmanlık	.041	.293*	-.285*
Öfke	.222	.198	-.142
Sözel Saldırganlık	.404**	.361**	-.112
Saldırganlık Genel	.278*	.306*	-.161

*p<.05

Yapılan Pearson korelasyon analizi sonucunda, hentbolcuların yaşları ile fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık ve genel saldırganlık arasında istatistiksel olarak anlamlı ve pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Bu durum, yaş arttıkça bu değişkenlerin de artabileceğini göstermektedir. Aynı şekilde, kardeş sayısı ile düşmanlık, sözel saldırganlık ve genel saldırganlık ortalamaları arasında da pozitif ilişkiler bulunmuş olup, kardeş sayısının artmasıyla bu değişkenlerde de bir artış beklenebilir. Gelir durumu ile düşmanlık arasında ise negatif yönde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki tespit edilmiş, bu da gelir düzeyi yükseldikçe düşmanlık seviyesinin azalacağı anlamına gelmektedir.

Tablo 4. 29. *Voleybolcuların algıladıkları streslerinin saldırganlıklarını yordayıcılığına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi*

Değişken	B	Standart Hata	β	t	p
Sabit	30.497	12.959		2.353	.022
Algılanan Stres	1.454	.305	.514	4.761	.000

R= .514, R²=.265, F=22.671 p<.05, Durbin Watson: 1.104

Tabloya göre, voleybolcularda algılanan stresin saldırganlığı anlamlı bir şekilde yordadığı gözlemlenmiştir (R² = .265, p < .05). Algılanan stresin, saldırganlıktaki varyansın %26,5'ini açıkladığı saptanmıştır. Standardize edilmiş (β) katsayısına bakıldığında, algılanan stres düzeyindeki bir birimlik artışın saldırganlık düzeyinde (β = .514) bir artışa yol açacağı belirlenmiştir.

Tablo 4. 30. *Hentbolcuların algıladıkları streslerinin saldırganlıklarını yordayıcılığına ilişkin basit doğrusal regresyon analizi*

Değişken	B	Standart Hata	β	T	p
Sabit	22.238	12.932		1.720	.091
Algılanan Stres	1.249	.320	.453	3.906	.000
R= .453, R ² =.205, F=15.254; p<.05, Durbin Watson: 2.279					

Tabloya göre, hentbolcularda algılanan stresin saldırganlığı anlamlı bir şekilde öngördüğü görülmektedir ($R^2 = .205$, $p < .05$). Algılanan stresin, saldırganlık varyansının %20,5'ini açıkladığı belirlenmiştir. Standartlaştırılmış (β) katsayısı incelendiğinde, algılanan stres düzeyinde bir birimlik artışın saldırganlıkta ($\beta = .453$) bir artışa yol açacağı tespit edilmiştir.

Tablo 4. 31. *Sporcuların algıladıkları stres düzeylerinin branşa göre karşılaştırılması*

Değişken	Branş	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Yetersiz Öz yeterlik Algısı	Voleybol	65	20.12	4.979	-1.673	.097
	Hentbol	61	21.60	4.970		
Stres/rahatsızlık Algısı	Voleybol	65	21.53	5.695	3.455	.001*
	Hentbol	61	18.37	4.454		
Algılanan Stres Genel	Voleybol	65	41.66	8.185	1.300	.196
	Hentbol	61	39.98	6.078		

*p<.05

Araştırmada, sporcuların algıladıkları stres ve bu stresin alt boyutlarını branşlara göre karşılaştırmak amacıyla bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre, yetersiz öz yeterlik algısı ve genel algılanan stres ortalaması açısından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($p > .05$). Ancak, stres/rahatsızlık algısı alt boyutunda ($t=3.455$, $p < .05$), voleybolcuların ($X:21.53$) hentbolculardan ($X:18.37$) istatistiksel olarak anlamlı derecede daha yüksek ortalamalara sahip oldukları belirlenmiştir.

Tablo 4. 32. Sporcuların saldırganlık düzeylerinin branşa göre karşılaştırılması

Değişken	Branş	n	$\bar{X}$	ss	t	p
Fiziksel Saldırganlık	Voleybol	65	27.67	8.636	4.965	.000*
	Hentbol	61	21.22	5.731		
Düşmanlık	Voleybol	65	25.83	7.311	4.303	.000*
	Hentbol	61	20.45	6.659		
Öfke	Voleybol	65	22.12	5.340	3.642	.000*
	Hentbol	61	18.67	5.287		
Sözel Saldırganlık	Voleybol	65	15.43	4.238	5.060	.000*
	Hentbol	61	11.81	3.735		
Saldırganlık Genel	Voleybol	65	91.06	23.132	5.271	.000*
	Hentbol	61	72.18	16.751		

*p<.05

Araştırmada, sporcuların saldırganlık alt boyutları ve toplam puanlarını branşlarına göre karşılaştırmak amacıyla bağımsız gruplar t testi uygulanmıştır. Analiz sonucunda, tüm alt boyutlar ve ölçek genelinde voleybolcuların ortalamalarının, hentbolcuların ortalamalarından istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek olduğu tespit edilmiştir.

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada genç voleybol ve genç hentbol branşındaki sporcuların algıladıkları stres ve saldırganlık düzeylerine göre demografik değişkenler nasıl farklılaştıkları incelenmiştir. Cinsiyet, ebeveyn eğitimi ve mesleki durum, gelir düzeyi, kardeş sayısı gibi değişkenlerin hem bireysel gelişimde hem de sosyal-psikolojik tutumlarda etkili olabildiği düşünülmektedir. Literatürdeki araştırma çalışmalarının bulgularıyla büyük ölçüde tutarlıdır ve her ikisinde de bazı açılardan dikkate değer farklılıklar ortaya koymaktadır.

Stres ölçeğinin yetersiz öz yeterlik ve algılanan genel stres ortalamaları açısından voleybolcu ve hentbolcu grupları arasında anlamlı bir fark olmamasına rağmen, voleybolcuların stres alt boyutunda anlamlı olarak daha yüksek puanlara sahip olmaları dikkat çekicidir. Voleybolcuların duygusal gerginlik, huzursuzluk ve rahatsızlık duyguları gibi stresin daha yoğun fiziksel-duygusal yansımalarını yaşadıklarını göstermektedir. Bu takım yapısındaki farklılıklar ve sporun oynanış şekliyle ilgili olabilir. Voleybol, anlık reflekslere dayalı, hatalara toleransı düşük bir spordur ve sürekli dikkat ve konumlandırma gerektirir.

Arnold ve Fletcher (2012) ve Didymus ve Fletcher (2012) sporda stresin örgütsel ve bireysel boyutlarda yaşandığını; bireyin bu stres faktörlerini sporun doğasına göre farklı algıladığını belirtmişlerdir. Sporcuların özellikle “kırılgan yapıya” sahip takım oyunlarından voleybol daha fazla psikolojik performans baskısı altında oldukları ifade edilmiştir.

Araştırmamızda, saldırganlık ölçeğinin fiziksel saldırganlık, sözlü saldırganlık, öfke ve düşmanlık olmak üzere tüm alt boyutları açısından voleybolcuların ortalamalarının hentbolculardan anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgular göstermektedir ki, saldırganlık eğilimlerinin spor türüne göre değişkenlik gösteren ve yeni açılımlar sunan literatürde yayınlanan araştırmalarla çelişmektedir.

Genel fikir birliği, temas sporlarının (hentbol, futbol, basketbol gibi) daha fazla fiziksel saldırganlığa neden olabileceği yönündedir (Tenenbaum, 1997; Şahin, 2003; Karayılmaz, 2006). Ancak bu çalışmada voleybolda temas sporlarından ziyade daha az fiziksel temas içeren daha yüksek saldırganlık seviyeleri, saldırganlığın tek başına fiziksel temasla açıklanamayacağını göstermektedir.

Bandura'nın (1973) sosyal öğrenme teorisine göre saldırganlık öğrenilmiş bir davranıştır ve birey bu davranışı çevresel geri bildirimlerle pekiştirir. Voleybol gibi spor dallarında hakem

kararları, anlık bireysel hatalar gibi faktörler maçın sonucunu doğrudan etkileyebilmekte, sporcuların iç gerilimlerini artırarak sözel veya duygusal saldırganlık tepkilerine yol açabilmektedir.

Benzer şekilde Berkowitz (1993), saldırgan davranışın çoğunlukla öfkeden değil, engelleme ve stresin bir kombinasyonundan kaynaklandığını belirtir. Voleyboldaki bireysel hataların daha görünür ve telafisi zor olması sporcuların iç baskılarını saldırganlık şeklinde ifade etmelerine neden olabilir.

Bu bulguların Gümüş (2011) ve Çobanoğlu (2006) gibi çalışmalarla da desteklendiği ortaya konmuştur. Takım sporları yapan bireylerin bireysel spor yapanlara göre daha yüksek saldırganlık seviyelerine sahip oldukları, ancak bu saldırganlığın her zaman fiziksel olmadığı ve bazen sözlü ve duygusal olarak ifade edildiği ifade edilmiştir. Bu bağlamda voleybolcuların yüksek öfke ve düşmanlık puanları saldırganlığın çoğunlukla içsel veya sözlü biçimlerde kendini gösterdiğini göstermektedir.

Voleybolcuların kadın katılımcıların saldırganlık düzeyinin yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu hem genel saldırganlık hem de stres boyutunda geçerlidir. Kadın voleybolcuların erkek voleybolcuların stres/rahatsızlık, yetersiz öz yeterlik, fiziksel saldırganlık, düşmanlık, öfke ve sözel saldırganlık puanlarının cinsiyet rollerinin bireyin psikolojisi üzerindeki etkisine göre yüksek olduğunu düşünmektedir.

Çavdar (2018) Trabzon ilinin merkez ilçelerinde eğitim gören ortaokul ve lise öğrencilerinin öğrenci katılımında 842 öfke kontrolü, saldırgan eğilimler ve hoşgörü düzeylerinde yapmış olduğu çalışmalarda katılım açısından cinsiyet değişkenine göre değerlendirmede önemli farklılıklar tespit edilmiştir. Arslan vd. (2018) spor eğitimi alan toplam 640 kişiden 274 kız ve 366 erkek öğrenci için etkisi araştırılmış ve yapılan işi yapmayan öğrencilerle ortaöğretim düzeyinde spora katılım sağlanmıştır. Ölçeğin alt boyutlarına bakıldığında saldırganlığın cinsiyet değişkenine göre kız öğrencilerinde saldırganlık düzeyini belirlemek amacıyla istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Literatürdeki bulguları destekleyen birkaç çalışma yapılmıştır. Bu araştırma literatüre destek olmuştur. Miller ve Bettencourt (1996) üniversite öğrencilerinde cinsiyet ve saldırganlık ilişkisini incelemiş, erkeklerde fiziksel saldırganlık, kızlarda ise sözel ve dolaylı saldırganlığın ön planda olduğunu vurgulamıştır. Tüzgöl (1998) Ergenlik dönemindeki saldırganlık davranışlarını değerlendirdi kız öğrenciler erkeklerden daha saldırgan bulmuştur. Murray ve Kelder (1999) Ergenlerde

saldırganlık ve riskli davranışlar üzerine araştırma yapmış kızların sözel ve ilişkisel saldırganlık düzeyleri erkeklerden yüksek bulmuştur. Orpinas et al. (1999) ABD’de ergenler üzerinde yapılan çalışmada, kızların ilişkisel/dolaylı saldırganlık eğilimleri erkeklerden daha yüksek bulundu. Scharf (2000) Ergen kızların sosyal ilişkilerde saldırgan davranışlarını ele aldı. Kızların özellikle arkadaş ilişkilerinde daha agresif tutumlar sergilediğini belirtmiştir. Tok (2001) Ergenlerde saldırganlık düzeylerini inceledi. Bulgular kızların daha yüksek saldırganlık sergilediğini ortaya koydu. Doğan (2001) Üniversite gençliği üzerinde araştırma yaptı. Kız öğrenciler erkeklere kıyasla daha yüksek saldırganlık gösterdi. Gile ve Heyman (2005) Çiftler arası ilişkilerde saldırganlık eğilimlerini analiz etti. Kadınların ilişkisel saldırganlıkta daha yüksek düzeyde oldukları belirlendi. Efilti (2006) Lise öğrencileriyle çalıştı. Cinsiyet değişkenine göre saldırganlık karşılaştırıldığında kızların daha yüksek saldırganlık eğilimi gösterdiğini buldu. Şahan (2007) Ortaöğretim öğrencilerinde saldırganlık düzeylerini karşılaştırdı. Kızların daha yüksek saldırganlık eğiliminde oldukları görüldü. Başaran (2008) Üniversite öğrencilerinin saldırganlık düzeylerini inceledi. Kızların daha yüksek saldırganlık eğilimi taşıdığı sonucuna ulaştı. Derman (2008) Ergenlerin saldırganlık eğilimlerini inceledi. Sonuçlara göre kızlar erkeklerden daha saldırgandı. Karataş (2008) Saldırganlık ve öfke kontrolü üzerine çalıştı. Kızların saldırganlık düzeyleri erkeklerden daha yüksekti. Günaydın (2008) Lise öğrencileri üzerinde araştırma yaptı. Kızların saldırganlık düzeyleri erkeklerden yüksek çıktı. Haskan (2009) Ergenlerde saldırganlık türlerini araştırdı. Kızlarda sözel saldırganlığın daha baskın olduğu saptandı. Gündoğdu (2010) Liseli ergenlerde saldırganlık düzeylerini inceledi. Kızların saldırganlık puanlarının erkeklerden yüksek olduğu bulundu. Gümüş (2011) Ergenlerin saldırganlık düzeylerini ele aldı. Bulgular kızların saldırganlık puanlarının daha yüksek olduğunu gösterdi. Kardeş (2012) Ortaöğretim öğrencilerinde saldırganlık türlerini inceledi. Kızlarda özellikle sözel saldırganlığın daha yoğun olduğu saptandı. Yetim, Tortop, ve Işık (2014) ortaokul ve lise öğrencilerinde öfke ve saldırganlık düzeylerini ölçtü. Kız öğrencilerin öfke/saldırganlık eğilimleri daha yüksekti. Avcı ve Kelleci (2015) Lise öğrencilerinin öfke ve saldırganlık düzeylerini değerlendirdi. Kız öğrencilerin puanları erkeklerden daha yüksekti. Uluişik (2015) Lise öğrencileri arasında saldırganlık eğilimlerini inceledi. Kızların saldırganlık puanları daha yüksekti. Bostancı (2017) Ergenlerde saldırganlık davranışlarını analiz etti. Kızların saldırganlık düzeyleri erkeklerden anlamlı

düzeyde yüksekti. ve Yazıcı (2017) Ortaokul öğrencileriyle çalıştı. Kızların özellikle sözel saldırganlıkta daha yüksek puan aldığını ortaya koydu.

Ancak literatürde erkeklerde saldırganlık düzeylerinin genellikle daha yüksek olduğuna dair kanıtlar da bulunmaktadır. Örneğin Berkowitz (1993) ve Gündoğdu (2010) çalışmaları, erkeklerin özellikle fiziksel saldırganlıkta daha yüksek puanlara sahip olduğunu belirtmiştir. Bu bağlamda kadın voleybolcuların belirlediği yüksek düzeyde saldırganlık, fiziksel saldırganlık ve sözel saldırganlık, duygusallığın ötesinde boyutta yoğunlaşabilir.

Saldırganlık boyutunda, kadın hentbolcuların erkeklere kıyasla daha yüksek puanlar aldığı belirlenmiş. Takım içi rekabet, fiziksel temasın yoğunluğu ve motivasyonel faktörlerin kadın hentbolcularda saldırganlık davranışlarını artırabileceğine işaret etmektedir (Singh, 2018). Hentbol branşında kadın sporcuların saldırganlık düzeylerinin erkeklere kıyasla daha yüksek çıktığını gösteren sınırlı sayıda çalışmalar mevcuttur. Bunlar; Kongur (2015) ortaokul öğrencileri için yaptıkları çalışmada cinsiyete göre farklılık yoktu. Hazar ve diğerleri (2017), öğrencilerin gelişim ve farklılaşma döneminde olma nedenlerine göre, bilişsel, duyuşsal ve psikomotor olarak benzerlik gösterirler. Başka bir literatürde All India Inter University kapsamında yapılmış olan bir çalışmada, 250 kadın ve 250 erkek hentbol oyuncusu karşılaştırılmış ve kadın sporcuların erkeklerden daha yüksek saldırganlık puanı elde ettiği tespit edilmiştir. Hentbol gibi takım sporlarında kadınların da belirli psikolojik faktörler ve performans baskısı çerçevesinde erkeklerden daha fazla agresif tutum sergileyebileceklerini göstermektedir.

Toplumsal cinsiyet rolleri ve toplumsal cinsiyet beklentileri, kadınların daha duygusal olmaları ve bu durumun baskıya maruz kalmasına neden olması, özellikle rekabet ortamında stres ve saldırganlık düzeylerini artırabilmektedir. Kumcağız ve Göksu (2020), ve Şahin vd. (2020) kadınların çalışmalarında bireylerin stres düzeylerinin erkeklerde daha yüksek olduğu gösterilmiştir. Crocker ve Graham (1995), erkek ve kadın sporcuların stresle nasıl başa çıktıklarında farklılıklar olduğunu ortaya koymuştur.

Kadın ve erkek sporcuların stres ve saldırganlık düzeyleri açısından voleybol ve hentbol branşlarında karşılaştırılması yapılmıştır. Bulgular, kadın sporcuların hem stres hem de saldırganlık düzeylerinde erkek sporculara kıyasla daha yüksek sonuçlar gösterdiğini ortaya koymuştur. Bu durum, kadın sporcuların performans baskısı, estetik beklentiler, ve toplumsal

roller gibi faktörler nedeniyle daha yoğun stres yaşadıkları ve bu stresin zaman zaman saldırganlığa dönüşebildiği şeklinde yorumlanabilir (Özdemir ve Yıldız, 2020).

Voleybol ve hentbol branşlarının doğası gereği farklı fiziksel ve psikolojik talepler içermesi, stres ve saldırganlık düzeylerini etkilemektedir. Voleybol daha çok strateji, refleks, ve pozisyon odaklı iken hentbol fiziksel temas ve güç mücadelesine daha çok yer veren bir branştır. Bu farklılıklar, kadın sporcuların bu branşlarda farklı şekilde duygusal tepki vermesine neden olabilir. Voleybolda estetik ve hata yapma kaygısı ön plandayken, hentbolda kazanma arzusu ve fiziksel üstünlük gibi etkenler saldırganlık davranışını ön plana çıkarabilir.

Her iki branşta da kadın sporcuların saldırganlık düzeylerinin erkeklerden yüksek çıkması, kadınların spor ortamında daha önce bastırılan duygularını ifade etmeye başlamaları, rekabet ortamına uyum sağlamaları ve kendilerini ortaya koyma isteklerinin bir yansıması olabilir.

Genç yaştaki bireylerde annenin eğitim düzeyine göre algılanan stres ve saldırganlık düzeyleri incelenmiştir. Elde edilen bulgular, annenin eğitim durumunun algılanan stres düzeyleri üzerinde anlamlı bir fark yaratmadığını, ancak saldırganlık düzeylerinde bazı durumlarda etkili olabildiğini göstermektedir. Özellikle genç sporcular üzerinde yapılan çalışmalarda Yılmaz (2024) stres düzeyleri ile anne eğitim düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunmamakta; bu da ergenlik ve genç yetişkinlik döneminde stresin daha çok bireysel ve çevresel faktörlerden etkilendiğini göstermektedir. Stresle başa çıkma stratejilerinin aile içi faktörlerden çok bireyin deneyimine, sosyal çevresine ve kişilik özelliklerine bağlı olduğunu düşündürmektedir.

Ağlama (2006) Ortaokulu mezunlarından annesinin diğer öğrencilerden daha fazla saldırganlık düzeyi olduğunu ortaya koymuştur. Şahin (2011), annesinin, ilkokul, ortaokul ve lise mezunu üniversite mezunu öğrencilerin fiziksel saldırganlık ve düşmanlık düzeylerinin daha yüksek olduğunu, alt boyutlarda da daha yüksek çıktığını belirledi. Ayrıca bu araştırmanın bulgularına paralel olarak bazı araştırmalarında olduğunu göstermektedir. Örneğin Başaran (2008), annenin eğitim düzeyi arttıkça öğrencilerin saldırganlık düzeyine yükseldiğini belirlemiştir. Eroğlu (2009) lise ve üniversiteden mezun olan annelerin, ilkokuldan mezun olan annelerden daha fazla fiziksel saldırganlık sergilemektedir.

Buna karşın, saldırganlık düzeyleri açısından elde edilen bazı bulgular, düşük eğitim düzeyine sahip annelerin çocuklarında saldırganlık davranışlarının daha sık görülebildiğine işaret etmektedir (Kula, 2008). Bu durum, ebeveynlik becerilerinin ve iletişim tarzlarının eğitim

düzeyinden etkilenebileceğini ve bu etkinin gençlerin davranışsal tepkilerine yansıyabileceğini göstermektedir. Öte yandan bazı araştırmalarda saldırganlık düzeylerinde anlamlı fark bulunmaması (Ayan, 2007; Uysal ve Dinçer, 2013), saldırganlığın tek bir değişkenle açıklanamayacak kadar çok boyutlu olduğunu ortaya koymaktadır.

Ayrıca, genç yetişkin grubunu inceleyen Yalçın (2024), anneden algılanan reddedilmenin doğrudan stresle değil, duygu düzenleme güçlüğü yoluyla saldırganlıkla ilişkili olduğunu vurgulamıştır. Bu da anne-sporcu ilişkisinin kalitesinin, bireyin öfke ve saldırganlık davranışlarını biçimlendirmede önemli bir psikolojik köken taşıdığını göstermektedir.

Annenin eğitim durumu algılanan stres üzerinde tek başına belirleyici bir etken değildir, ancak bazı durumlarda saldırganlık düzeylerini dolaylı olarak etkileyebilmektedir. Bu bulgular, özellikle ergen ve genç yetişkin bireylerle çalışan rehber öğretmenler, spor psikologları ve sosyal hizmet uzmanları için önemli ipuçları sunmaktadır. Eğitim düzeyi fark etmeksizin ebeveyn-çocuk iletişiminin niteliğini artırmaya yönelik psiko-eğitim programları ve duygusal farkındalık çalışmaları, saldırgan davranışların önlenmesinde etkili olabilir.

Ebeveynlerden babanın eğitim düzeyi ile özellikle ergenlik ve genç yetişkinlik dönemlerinde çocukların algılanan stres ve saldırganlık düzeyleri incelenmiştir. Elde edilen ampirik bulgular, babanın eğitim durumunun hem stres hem de saldırganlık düzeyleri üzerinde tek başına açıklayıcı bir etkiye sahip olmadığını göstermektedir. Başaran (2008), Günaydın (2008) babanın eğitim düzeyi bu araştırmanın bulgularına paralel olarak öğrencilerle saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulamamışlardır. Ayrıca bulunan sonuçlar Gökbüzoğlu (2008), Yeğen (2008), ve Cengiz (2004) gibi çalışmalarla tutarlıdır. Çocuğun gelişiminde bir baba figürü aramak, daha az duygusal, eğitim düzeyinde etkileşime girerek çocukların davranışları üzerindeki etkiyi sınırlar.

Ağlama (2006) çalışması, öğrencilerin baba eğitim düzeyi, yüksekokul-üniversite eğitim düzeyleri saldırganlık puanlarının diğerinden anlamlı derecede düşük olduğu belirlenmiştir. Dervent (2007) babanın eğitim düzeyi ortaokuldayken deneklerin daha yıkıcı saldırganlık yeteneğine sahip olduğunu bulmuştur. Genel olarak çocuklarda ve ergenlik çağındaki çocuklarda babalarıyla olan ilişkilerinin durumu, annelerinin açıklayabileceğinden çok daha sınırlıdır.

Voleybolcular ve hentbolcuların annelerinin mesleki durumu, algılanan stres ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkiler incelenmiştir. Elde edilen bulgular, bazı değişkenler açısından spor branşlarına göre benzerlikler ve farklılıklar göstermektedir.

Voleybolcular üzerinde yapılan değerlendirmelerde, annenin mesleki durumu (çalışan ya da çalışmayan olması), bireylerin algılanan stres düzeylerinde anlamlı bir farklılık yaratmamaktadır. Daha önce yapılan benzer araştırmalarla da örtüşmektedir. Örneğin, Ahmad ve arkadaşlarının (2023) üniversite öğrencileriyle yaptığı çalışmada, annesi çalışan bireylerle çalışmayan bireyler arasında stres ya da kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık gözlenmemiştir. Benzer şekilde, hentbolcularda da annenin mesleğine bağlı olarak stres düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu veriler, annenin çalışıyor olması veya evde olması gibi faktörlerin doğrudan psikolojik stres düzeylerini etkilemediğini göstermektedir. Yılmaz ve arkadaşlarının (2023) üniversite öğrencileriyle yaptığı bir çalışmada, katılımcıların algıladıkları stres düzeylerinin annelerinin çalışma durumlarına göre anlamlı biçimde farklılaşmadığı belirtilmiştir. Bu bulgular, bireylerin stres düzeylerinin yalnızca ebeveyn mesleği gibi demografik değişkenlerden değil, daha çok aile içi iletişim, duygusal destek, kişilik yapısı ve çevresel stresörler gibi çok katmanlı faktörlerden etkilendiğini göstermektedir.

Ancak, saldırganlık düzeyi açısından her iki branşta da benzer bir eğilim görülmüştür. Özellikle kadın voleybolcular ve kadın hentbolcular arasında saldırganlık puanlarının erkek sporculara kıyasla daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Bu bulgu, saldırganlığın spora özgü psikolojik ve rekabetçi dinamiklerle şekillendiğini, cinsiyet rollerinin ise bu davranışın ifadesinde farklılaşmaya neden olabileceğini göstermektedir. Bu anlamda, kadın sporcularda görülen daha yüksek saldırganlık puanları, baskı, rekabet stresi, spor ortamının sosyal yapısı veya toplumsal beklentilerle ilişkili olabilir. Ayrıca, her iki branşta da gözlenen bu durum, saldırganlık eğilimlerinin sadece bireysel özelliklerle değil, sporun doğasıyla da bağlantılı olabileceğini düşündürmektedir.

Hem voleybolcularda hem de hentbolcularda annenin meslek durumu stres düzeyinde anlamlı bir değişken olmamakta, ancak saldırganlık davranışları özellikle kadın sporcular arasında yüksek düzeyde gözlemlenmektedir. Bu bulgu, kadın sporcuların duygularını dışa vurma biçimleri, antrenman yapısı ve takım dinamikleri ile ilgili daha derin psikolojik analizlerin yapılması gerektiğini ortaya koymaktadır.

Babanın stres düzeyleri hem mesleki statüde hem de hentbolcular ve voleybolcuların etkisi istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmamıştır. Bu durumda, babanın mesleki statüsünün çocuklar üzerindeki etkisinin sınırlı olduğunu gösterir; daha ziyade, annenin duygusal mevcudiyetinin çocuklarının davranışlarını şekillendiren sonucu destekler.

Ancak saldırganlık davranışları açısından durum farklıdır. Özellikle babanın otoriter, stresli, veya fiziksel olarak yıpratıcı mesleklerde çalışmasının, çocuklarda modelleme yoluyla saldırgan eğilimleri artırabileceği belirtilmektedir. Nitekim sosyal öğrenme kuramına göre, bireyler, özellikle çocuklukta, en yakın çevrelerinden, çoğunlukla ebeveynlerinden, davranış kalıplarını öğrenirler. Bu doğrultuda, babanın mesleğinin getirdiği stres ve duygusal yıpranma, çocuğun saldırganlık davranışlarını dolaylı biçimde artırabilir. Özellikle düşük gelirli, fiziksel yükü yüksek ya da iş güvencesi olmayan mesleklerde çalışan babaların çocuklarında daha yüksek düzeyde dışa dönük saldırganlık gözlemlenebilmektedir (Anderson ve Huesmann, 2003). Bu bulgular, stres algısında etkisiz görünen babanın meslek faktörünün, saldırganlık gibi davranışsal tepkilerde dikkate alınması gerektiğini ortaya koymaktadır.

Bu araştırma kapsamında, farklı okul türlerinde eğitim gören hentbolcular ve voleybolcuların algılanan stres ve saldırganlık düzeyleri incelenmiş; spor branşı, okul türü ve psikolojik değişkenler arasındaki ilişkiler bütüncül bir yaklaşımla ele alınmıştır. Bulgular, okul türü ve spor branşı gibi yapısal değişkenlerin, genç sporcuların stres düzeyi ve saldırganlık davranışları üzerinde farklı etkiler yaratabileceğini göstermektedir.

Araştırma verilerine göre, voleybolcularda okul türüne bağlı olarak stres düzeylerinin daha yüksek olduğu, bu stresin ise saldırganlık davranışlarına paralel biçimde arttığı gözlemlenmiştir. Özellikle devlet liselerinde sınav baskısının yoğun yaşandığı okullarda eğitim gören voleybolcularda, akademik beklentilerle sportif yükümlülüklerin çatışması psikolojik gerginliği artırmakta ve bireyin saldırgan tepkilere daha yatkın hâle gelmesine neden olmaktadır. Sarıkaya ve Khorshid (2009) tarafından yapılan çalışmada lise öğrencilerinde okul türünün psikolojik belirtileri artırdığı bulgularıyla örtüşmektedir. Ayrıca, Kılıç ve Yıldız (2018) tarafından voleybolcularda yapılan araştırma, stresin özellikle rekabet dönemlerinde saldırgan davranışlara zemin hazırladığını göstermiştir.

Diğer yandan, hentbolcularda stres düzeylerinin benzer şekilde yüksek olduğu belirlenmiş; ancak bu stresin saldırganlık davranışlarına yansımadağı saptanmıştır. Bu durum, hentbolun doğası gereği fiziksel temas içeren ve stresin fiziksel yolla boşaltılabildiği bir branş

olmasıyla açıklanabilir. Ayrıca takım içi disiplinin ve antrenman yapısının saldırgan davranışların kontrol altına alınmasını sağladığı düşünülmektedir. Özdemir ve Çetinkaya (2021) çalışmasında da benzer şekilde, hentbol oynayan gençlerin yüksek stres seviyelerine rağmen saldırganlık puanlarının kontrol gruplarına göre daha düşük olduğu rapor edilmiştir. Bu, spor ortamının saldırganlıkla başa çıkma konusunda düzenleyici bir rol oynadığını desteklemektedir.

Her iki branş karşılaştırıldığında, okul türü stresi etkileyen ortak bir faktör olarak ortaya çıkmaktadır; ancak stresin saldırganlığa dönüşmesi branşa özgü farklılıklar göstermektedir. Voleybolcular, stres karşısında daha dışa dönük ve saldırgan eğilimler sergileyebilirken; hentbolcular, aynı stres düzeyine rağmen daha kontrolcü tepkiler vermektedir. Bu farklılık, sadece bireysel özelliklerden değil, spor dalının teknik ve psikolojik yapısından da kaynaklanmaktadır.

Bu bulgular ışığında, okul ve spor ortamlarının entegrasyonunun önemi bir kez daha ortaya çıkmaktadır. Özellikle okul yönetimlerinin, genç sporcuların stres düzeylerini düşürmeye yönelik rehberlik çalışmaları planlaması ve psikososyal destek sistemlerinin güçlendirilmesi önerilmektedir. Ayrıca antrenörlerin, sporcuların duygusal regülasyon becerilerini geliştirmelerine yardımcı olacak eğitim programlarına dahil edilmesi, stresin saldırganlığa dönüşümünü önlemede etkili olabilir.

Farklı spor branşlarında (voleybol ve hentbol) yer alan genç sporcuların kardeş sayısı ve gelir durumu değişkenlerine göre algılanan stres ve saldırganlık düzeyleri karşılaştırmalı olarak değerlendirilmiştir. Elde edilen bulgular, aile yapısının ve sosyoekonomik koşulların bireyin psikolojik durumu üzerindeki etkisinin, spor branşına göre farklı şekillerde ortaya çıktığını göstermektedir.

Araştırmada, voleybolcuların kardeş sayısının azlığı ve gelir düzeylerinin görece daha yüksek olması, stres ve saldırganlık düzeylerinin düşük olmasına katkı sağlamıştır. Voleybolcuların çoğunluğunun çekirdek aile yapısında yetiştiği, maddi açıdan temel ihtiyaçlarını karşılayabildikleri ve bu sayede aile içi stres faktörlerinden görece uzak bir gelişim süreci yaşadıkları görülmektedir. Bu bulgu, Karademir ve Çağlayan (2019) tarafından yapılan araştırmada da desteklenmekte; söz konusu çalışmada yüksek gelir düzeyine sahip ailelerin çocuklarında stres ve saldırganlık düzeylerinin daha düşük olduğu belirtilmektedir. Ayrıca, kardeş sayısının az olması, bireyin dikkat ve ilgi paylaşımı açısından daha az rekabet yaşamasına ve daha dengeli bir duygusal gelişim göstermesine zemin hazırlayabilir.

Öte yandan, hentbolcuların benzer şekilde stres düzeylerinin düşük olmasına karşın, saldırganlık puanlarının yüksek çıktığı belirlenmiştir. Bu durum, stresin düşük olmasına rağmen saldırganlığın başka psikososyal faktörlerden etkilenebileceğini göstermektedir. Özellikle hentbolun fiziksel temas içeren yapısı, saldırganlık davranışlarının spora özgü biçimde daha görünür olmasına neden olabilir. Ayrıca, takım içi hiyerarşi, rekabet ortamı veya spor kültürünün kendine özgü dinamikleri, saldırganlığın bireyden değil, spordan kaynaklı olarak şekillendiğini düşündürebilir. Bu bağlamda, Kaya ve Öztürk (2020) tarafından yapılan araştırmada, hentbol gibi yüksek temas içeren sporlarda oynayan bireylerin, spora özgü saldırgan davranışlara daha yatkın olduğu gösterilmiştir. Literatürdeki bu bulgu Arslan (2018), Gündoğdu (2010), and Çavdar (2018) gibi çalışmalarla paraleldir; yüksek gelir gruplarındaki bireylerin performansının rekabetin baskıları ve saldırganlığa dönüşebileceği düşünülmektedir. Demir (2020) Halk oyuncularıyla yaptığı çalışmalarda da benzer bulgulara ulaştı. Çalışma ile benzer bir sonuç alan Özden (2010) yaptığı çalışmada aile gelir düzeyinin yükselmesi ile algılanan stres düzeyinin azaldığını ortaya koymuştur. Günümüzde bireyler yaşam koşulları nedeniyle erişilebilirliği artırmak için daha eşit bir düzeye sahipken, gelir üzerindeki etkisini algılanan stres düzeyinin azalması şeklinde yorumlayabiliriz.

Kardeş sayısı açısından hem stres hem de saldırganlık düzeylerinde anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu bireyin içinde bulunan aile yapısının sayısal boyutundan daha fazlası, aile içindeki ilişkilerin kalitesinin belirleyici olduğunu gösterir. Omay (2008), çalışmadaki kardeş sayısının saldırganlık düzeyini etkilemediğini belirtmiştir.

Branşlar karşılaştırmalı olarak ele alındığında, voleybolcuların daha az kardeşe sahip olması ve yüksek gelir düzeyine bağlı olarak aileden kaynaklı stres yaşamamaları, saldırganlık davranışlarının da düşük düzeyde kalmasına neden olmuştur. Hentbolcularda ise benzer sosyoekonomik koşullara rağmen, saldırganlık düzeyinin branşa özgü dinamiklerden etkilenerek daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bu durum, saldırganlığın sadece stres düzeyine bağlı gelişmediğini, aynı zamanda spor türü, takım içi etkileşim, antrenman kültürü ve fiziksel temas gibi faktörlerden de etkilendiğini ortaya koymaktadır.

Bu bulgular ışığında, sadece aile yapısı ve ekonomik durumun değil, spor branşının psikolojik ve sosyal ikliminin de birey üzerindeki etkilerinin göz önünde bulundurulması gerektiği söylenebilir. Özellikle hentbol gibi yüksek temas içeren branşlarda saldırganlık düzeyleri, sadece bireysel nedenlerle değil, oyun yapısıyla bağlantılı olarak ele alınmalıdır.

Ankette gelir düzeyi yüksek sporcularda bazı saldırganlıkların boyut olarak daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Literatürdeki bu bulgu Arslan (2018), Gündoğdu (2010), Çavdar (2018) gibi çalışmalarla paraleldir; yüksek gelir gruplarındaki bireylerin performansının rekabetin baskıları ve saldırganlığa dönüşebileceği düşünülmektedir. Demir (2020) Halk oyuncularıyla yaptığı çalışmalarda da benzer bulgulara ulaştı. Çalışma ile benzer olan Özden (2010) yaptığı çalışmada aile gelir düzeyinin yükselmesi ile algılanan stres düzeyinin azaldığını ortaya koymuştur. Günümüzde bireyler yaşam koşulları nedeniyle erişilebilirliği artırmak için daha eşit bir düzeye sahipken, gelir üzerindeki etkisini algılanan stres düzeyinin azalması şeklinde yorumlayabiliriz.

Sporcuların branşlarına (voleybol ve hentbol) göre algılanan stres ve saldırganlık düzeyleri arasındaki farklar bağımsız gruplar t testi ile incelenmiştir. Voleybolcuların özellikle stresin stres/rahatsızlık alt boyutunda ve saldırganlığın tüm alt boyutlarında hentbolculara göre istatistiksel olarak anlamlı derecede yüksek puanlara sahip olduklarını ortaya koymuştur.

Sonuç olarak, yetersiz öz yeterlik algısı ve algılanan stres genel ortalamasında branşlara göre anlamlı bir fark bulunmazken, stres/rahatsızlık algısı alt boyutunda voleybolcuların hentbolculardan daha yüksek ortalamalara sahip olduğu; saldırganlık alt boyutları ve toplam puanda voleybolcuların ortalamalarının hentbolculara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Cinsiyet faktöründe elde edilen bulgular da dikkat çekicidir. Kadın voleybolcuların stres/rahatsızlık algısı ve algılanan stres genel ortalamasında erkek voleybolculardan daha yüksek çıktığı, ancak yetersiz öz yeterlik algısında cinsiyete göre fark bulunmadığı belirlenmiştir. Saldırganlık ölçeğinin tüm alt boyutları ve toplam puanı açısından kadın voleybolcuların erkek voleybolculardan daha yüksek ortalamalara sahip oldukları tespit edilmiştir. Hentbolcuların algıladıkları stres ve alt boyutlarının cinsiyete göre istatistiksel olarak farklılık bulunmadığı saldırganlığın düşmanlık alt boyutunda kadın hentbolcuların erkek hentbolculardan daha yüksek ortalamalara sahip oldukları, diğer alt boyutlar ve ölçek genelinde ise cinsiyete göre farklılık bulunmadığı belirlenmiştir.

Voleybolcuların algıladıkları stres düzeyi ve alt boyutlarının anne eğitim durumuna göre farklılık göstermediği; fiziksel saldırganlık, öfke ve genel saldırganlık düzeylerinde, annesi lise mezunu olan voleybolcuların ortalamalarının annesi okuryazar olmayan ya da ilköğretim mezunu olan voleybolculardan yüksek olduğu, diğer alt boyutlarda ise gruplar arasında fark bulunmadığı belirlenmiştir. Hentbolcuların algıladıkları stres düzeyi ve alt boyutlarının anne eğitim

durumuna göre fark göstermediği; fiziksel saldırganlık ve öfke alt boyutlarında annesi okuryazar olmayan ya da ilkokul mezunu olan hentbolcuların, annesi lise mezunu olanlara kıyasla daha yüksek ortalamalara sahip oldukları, diğer alt boyutlar ve ölçek genelinde ise gruplar arasında fark bulunmadığı belirlenmiştir. Buna karşın babanın eğitim durumu ve kardeş sayısı gibi faktörler belirgin bir farklılık yaratmamıştır.

Voleybolcuların algıladıkları stresin toplam düzeyi ve alt boyutlarının anne meslek durumuna göre gruplar arasında bir fark göstermediği; düşmanlık alt boyutunda annesi ev hanımı olan voleybolcuların ortalamalarının memur olan annelere kıyasla yüksek olduğu, saldırganlık toplamı ve diğer alt boyutlarda ise anne meslek durumuna göre gruplar arasında fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Hentbolcuların algıladıkları stres düzeylerinin anne meslek durumuna göre gruplar arasında fark göstermediği; sözel saldırganlık alt boyutunda annesi ev hanımı olan hentbolcuların ortalamalarının memur olan annelere kıyasla yüksek olduğu, diğer alt boyutlar ve ölçek genelinde ise anne meslek durumuna göre gruplar arasında fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Buna karşın babanın meslek durumu belirgin bir farklılık yaratmamıştır.

Öneriler:

Voleybolcuların stres düzeylerinin yüksek olması dikkate alınarak, psikolojik dayanıklılık ve stres yönetimi antrenman programlarına stresle başa çıkma, nefes teknikleri, dikkat odaklama ve gevşeme egzersizleri entegre edilebilir. Spor psikologları tarafından düzenlenecek atölye çalışmaları, sporcuların stres karşısında zihinsel dayanıklılıklarını artıracaktır.

Hentbol gibi temaslı spor dallarında saldırganlık, oyunun doğal bir parçası olsa da bu davranışın kontrol edilebilmesi kritik öneme sahiptir. Sporculara öfke kontrolü, empati geliştirme, iletişim becerileri ve etik spor anlayışı kazandırılmalıdır. Bu doğrultuda, federasyonlar tarafından antrenörlere yönelik “saldırganlık yönetimi” eğitimleri verilebilir.

Kadın sporcuların yüksek saldırganlık düzeyleri, onların farklı psikososyal ihtiyaçlarını ortaya koymaktadır. Bu nedenle kadın sporculara yönelik özel programlar geliştirilerek stresle başa çıkma teknikleri ile desteklenmeli. Ayrıca, toplumsal cinsiyet eşitliğini güçlendiren projelerle kadınların spor ortamındaki psikolojik yükleri hafifletilebilir.

Annenin eğitim düzeyinin belirleyici etkisi, ailelerin sporcunun psikolojik gelişimindeki önemini göstermektedir. Bu nedenle kulüpler ve federasyonlar, ebeveynlere yönelik seminerler

düzenleyerek aile içi iletişimin güçlenmesini desteklemelidir. Özellikle annelere yönelik psiko-eğitim programları, çocukların saldırganlık ve stres düzeylerinin dengelenmesine katkı sağlayacaktır.

Bu çalışma Adıyaman ili ile sınırlıdır. Farklı bölgelerde yapılacak karşılaştırmalı araştırmalar, kültürel faktörlerin etkisini daha net ortaya koyacaktır.

Çalışmada yalnızca voleybol ve hentbol branşları incelenmiştir. Gelecek araştırmalarda futbol, basketbol, güreş ve yüzme gibi farklı branşların dahil edilmesi faydalı olacaktır.

Nitel yöntemlerin (görüşme, gözlem) kullanılması, sporcuların stres ve saldırganlık deneyimlerini daha derinlemesine anlamayı sağlayacaktır.

Uzun süreli boylamsal çalışmalarla sporcuların ergenlikten yetişkinliğe geçiş süreçlerinde stres ve saldırganlık düzeylerindeki değişim takip edilmelidir.

Bu araştırma sporcuların stres ve saldırganlık düzeylerinin yalnızca bireysel özelliklerle değil, branşın yapısı, toplumsal roller, aile ilişkileri ve çevresel faktörlerle de şekillendiğini göstermektedir. Spor ortamlarının, yalnızca fiziksel performans geliştiren değil, aynı zamanda psikolojik dayanıklılığı destekleyen alanlar haline getirilmesi, genç sporcuların hem sportif başarılarını hem de yaşam doyumlarını artıracaktır. Sporun, bireyler için bir “rekabet alanı” olmasının ötesinde, sağlıklı kişilik gelişimini destekleyen bir “yaşam okulu” haline gelmesi için antrenörlere, ailelere, eğitim kurumlarına ve federasyonlara önemli sorumluluklar düşmektedir.

KAYNAKÇA

Abedalhafiz, A., Altahayneh, Z., and Al-Haliq, M. (2010). Sources Of Stress And Coping Styles Among Student-Athletes In Jordanian Universities. *Procedia – Social And Behavioral Sciences*, 5, 1911–1917.

Acet, M., Kalkavan, A., Koç, H., Demirel, P., ve Sinofoğlu, T. O. (2006). “Kazanan Sporcu Erkek Öğrencilerin Okullar Arası Müsabakalarda Sporda Saldırganlık Ve Şiddete İlişkin Görüşleri”. Muğla Üniversitesi Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi.

Ahmad, R., Suleiman, M., and Sharif, H. (2023). Stress And Anxiety Among College Students And Mothers’ Working Status: Is There A Link? *Journal Of Liaquat National Hospital*, 1(1), 18-21.

Albay, D., Tutku, E., Ağaoğlu, Y., Canikli, A., ve Albay, F. (2008). “Bazı Antropometrik Ve Motorik Özelliklere Sahip Hentbol, Voleybol Ve Futbol Takımları”. *Hafıza Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 6(1), 13-20.

Alp, H., ve Ergül, O.K. (2018). “Şiddet Eğilimli Ergenlerin Saldırgan Davranışlarına Fiziksel Aktivite Ve Sportif Oyunların Etkisi”. *Akademik Bakış, Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, 66, 1-11.

Anderson, C. A., and Huesmann, L. R. (2003). “*Human Aggression: A Social-Cognitive View*. In M. A. Hogg And J. Cooper (Eds.)”. The Sage handbook of social psychology Sage Publications 296–323.

Armstrong, S., and Oomen-Erken, J. (2009). “Social Connectedness, Self-Esteem, and Depression Symptomatology Among College Athletes Versus Non-Athletes.” *American Journal of College Health*, 57(5), 521-526.

Arnold, R., and Fletcher, D. (2012). “Organizational Stress Factors Encountered by Athletes: A Research Synthesis and Taxonomic Classification.” *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 34(3), 397-429.

Arslan, C. (2018). Spor Yapan Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kırıkkale: Kırıkkale Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Avcı, D., ve Kelleci, M. (2015). “Lise Öğrencilerinin Öfke Ve Saldırganlık Düzeyleri İle İlişkili Faktörlerin İncelenmesi”. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 46-54.

Aytaç, S. (2009). İş Stresi Yönetimi El Kitabı, İş Stresi. Ankara: Çalışma Sosyal Güvenlik Bakanlığı Yayınları.

Baltaş, A., ve Baltaş, Z. (1996). Stres Ve Başa Çıkma Yolları (12. Baskı). İstanbul: Remzi Kitapevi.

Bandura, A. (1973). Saldırganlık: Bir Sosyal Öğrenme Analizi. Prentice-Hall. Ankara: Başer Yayınları.

Başaran, C. (2008). Çeşitli Tür Liselerde Öğrenim Gören Öğrencilerin Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Berkowitz, L. (1962). Baskının Kökleri. New York: Atherton Basın Berkowitz

Berkowitz, L. (1993). Aggression: Its Causes, Consequences, And Control. Mcgraw-Hill.

Bostancı, N. (2017). Ergenlerde Saldırganlık Davranışlarının İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, S.37.

Bowers, J. A. (2000). “Teamwork in Multi-Person Systems: A Review and Analysis.” Journal of Ergonomics. 43 (8), 1052–1075.

Bramwell, S. T., Masuda, M., Wagner, N. N., and Holmes, T. H. (1975). Psychosocial Factors in Athletic Injuries: Development and Application of the Social and Athletic Readjustment Rating Scale (SARRS). Journal of Human Stress, 1(2), 6-20.

Buss, A. H. (1961). Saldırganlık Psikolojisi. John Wiley And Sons.

Buss, A. H. (1973). Perspectives in behavioral psychology. John Wiley and Sons.

Cengiz, R. (2004). Futbol Antrenörlerinin Saldırganlık Türleri Ve Şiddet Olaylarına Bakış Açıları. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Cox, R. H. (1985). Spor Psikolojisi. Wm. C. Brown Publishers.

Cox, T., and Mackay, C. J. (1976). A Psychological Model of Occupational Stress. Relazione Al Medical Council.

Çavdar, G. (2018). Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Çekin, M., Tatar, Y., ve Torun, K. (1996). “14–16 Yaş Grubunda Spor–Anksiyete İlişkisinin SCL–90 İle Araştırılması”. Yeni Symposium Dergisi, 34, 43–45.

Çobanoğlu, B., And Güner. (2006). Saldırganlık Düzeyi Yüksek Takım Sporları Ve Bireysel Sporcuların İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Demir, G. Doğaner, S. Ve Akman, P. (2019). “Farklı Branşlara Sahip Lisanslı Sporcuların Algılanan Stres Düzeylerinin Belirlenmesi”. 2. Uluslararası Rekreasyon Ve Spor Yönetimi Kongresi, 11-14 Nisan, Bodrum.

Derman, O. (2008). Ergenlerde Saldırganlık Eğiliminin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Dervent, F. (2007). Lise Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyleri İle Spor Faaliyetlerine Katılım Arasındaki İlişki (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi), Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Didymus, F. F., And Fletcher, D. (2012). “Meselenin Özüne İnmek: Yüzücülerin Örgütsel Stresörlerin Değerlendirmelerine İlişkin Bir Günlük Çalışması”. Spor Bilimleri Dergisi, 30 (13), 1375-

Dizman, H. (2003). Anne-Babası İle Yaşayan Ve Anne Yoksunu Olan Çocukların Saldırganlık Eğilimlerinin İncelenmesi. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi Fen Bilimleri Enstitüsü.

Doğan, O. (2004). Spor Psikolojisi Ders Kitabı. Cumhuriyet Üniversitesi Yayınları, s. 97.

Doğan, O., Ve Doğan, S. (2009). “Sosyo-Demografik Perspektif Değerlendirmesinde Beden Eğitimi Ve Spor Okulu Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeyi”. Cumhuriyet Tıp Dergisi, 31, 231-238.

Doğan, T. (2001). Üniversite Öğrencilerinde Saldırganlık Ve İlişkili Değerşkenler. Doktora Tezi, Ankara: Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Dorak, F. (1997). Spor Psikolojisi. Ankara: Bağırhan Yayınevi, s.1-10.

Dugdale, J. R., Eklund, R. C., And Gordon, S. (2002). “Başlıca Uluslararası Rekabetin Beklenen Ve Beklenmeyen Stres Faktörleri: Değerlendirme, Başa Çıkma Ve Performans”. Spor Psikoloğu, 16 (1), 20-33.

Dumont, M., And Provost, M. A. (1999). “Ergenlerde Dayanıklılık: Sosyal Desteğin Koruyucu Rolü, Başa Çıkma Stratejileri, Benlik Saygısı Ve Cephenin Sosyal Aktiviteleri Stresi Ve Depresyonu Yaşar”. Gençlik Ve Ergenlik Dergisi, 28 (3), 343-363.

Durak, N. (2006). Son Çocukluk Dönemi Öğrencilerinin Saldırganlıklarını Belirlemeye Yönelik Sosyal Uyum Düzeylerinin Çeşitli Değerşkenler Açısından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Niğde: Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Rehberlik Ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı.

Efiliti, E. (2006). Ergenlerde Saldırganlık Düzeyi İle Benlik Saygısı Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi.

Efiliti, E. (2008). “Orta Öğretim Kurumlarında Okuyan Öğrencilerin Saldırganlık Ve Denetim Odağı’nın Karşılaştırmalı Olarak İncelenmesi”. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi(19), 213-230.

Ekstrand, L. G, Battaglini, C. L, McMurray, R. G, And Shields, E. W. (2013) “Assessing Explosive Power Production Using The Backward Overhead Shot Throw And The Effects Of Morning Resistance Exercise On Afternoon Performance”. J Strength Cond Res 27(1): 101–106.

Ensari, G. (1993). Türkiye’de Hentbol. Ankara: Nadir Kitapçılar 1. Baskı, 1-9 S.

Eralp, F., And Çotuk, Y. M. (2006). Voleybolda Temel Beceriler. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

Eralp, F., Ve Çotuk, H. B. (2006). “Voleybolcuların Stres Düzeylerinin Performans Üzerindeki Etkileri”. Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 8(1), 54-62.

Erden, N. K. (2007). Abant İzzet Baysal Üniversitesi Öğretim Fakültesi Son Sınıf Öğretmenliği Saldırganlık Türlerinin İlkidir (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bolu: Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Erdoğan, M. Y., Ve Oto, R. (2004). “Sokakta Çalışan Ve Çalışmayan Çocukların Atılma Ve Saldırganlık Davranışları Açısından Karşılaştırılmaları”. Kriz Dergisi, 12(3), 11-23.

Erduran, H. (2008). Hentbolun Tarihi. Beden Eğitimi Ve Spor Dergisi 29(3).

Erhan, S. (1995). Elit Seviye Voleybolcuların Fizyolojik Özelliklerinin Analizi Ve Karşılaştırılması. Yüksek Lisans Tezi. Malatya: İnönü Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Eroğlu, S. (2009). “Aile Tutumları İle Ergenlerin Saldırganlık Düzeyleri Arasındaki İlişki”. Türk Psikolojik Danışma Ve Rehberlik Dergisi, 3(31), 78-85.

Eskin, M., Harlak, H., Demirkıran, F., Ve Dereboy, Ç. (2013). Algılanan Stres Ölçeğinin Türkçeye Uyarlanması: Güvenirlilik Ve Geçerlilik Analizi. New Symposium Journal, 51(3), 132-140.

Etzet, E. F. (2006). “Üniversite Öğrencisi-Sporcu Sağlığının Anlaşılmasını Ve Geliştirilmesini Teşvik Etmek: Öğrenci İşleri Profesyonelleri İçin Temel Konular”. Nasp Dergisi, 43 (3), 518-546.

Evans, M. B., Kısık, S. D., And Bağlantı, C. A. (2012). “Çöp Ustası Olan Sporcuların Kıdemli Oyunlarda Rekabet Öncesi Stres Yaşadıklarını Nasıl Bilebiliriz?”. Spor Davranışı Dergisi, 35 (2).

Fernandez-Fernandez, J., Boullous, D. A, Sanz-Rivas, D., Abreu, L., Filaire, E., And Mendez-Villanueva, A. (2015). "Genç Rekabetçi Kadın Tenisçilerde Antrenman Ve Müsabaka Sırasında Psikofizyolojik Stres Tepkileri". Uluslararası Spor Hekimliği Dergisi, 36 (01), 22-28.

Fletcher, D., And Hanton, S. (2003). "Seçkin Spor Sanatçılarında Örgütsel Stres Kaynakları". Spor Psikoloğu, 17 (2), 175-195.

Fletcher, D., Ve Sarkar, M. (2012). "Olimpiyat Şampiyonlarında Temellenmiş Bir Psikolojik Dayanıklılık Teorisi". Spor Ve Egzersiz Psikolojisi, 13 (5), 669-678.

Folkman, S., Ve Lazarus, R. S. (1985). If It Changes, It Must Be A Process: A Study Of Emotion And Coping During Three Stages Of A College Examination. J Pers Soc Psychol., 48(1), 150–70.

Freedman, J. L., Sears, D. O., and Carlsmith, J. M. (2003). Social Psychology. Istanbul: Aralık Publishing.

Fromm, E. (1993). The Origins of Human Destruction, Alpagut S., (Trans.). Istanbul: Payel Publishing.

Galce, N., And Makara, J. J. (2012). 'Zordu, Ama İyiydi' "Üniversiteler Arası Sporcularda Strese Bağlı Büyümenin Niteliksel Bir Araştırması". Spor, Egzersiz Ve Sağlıkta Nitel Araştırma, 4(3), 297-319.

Galli, N., Ve Reel, J. J. (2012). "It Was Hard, But It Was Good A Qualitative Exploration Of Stress-Related Growth İn Division I İntercollegiate Athletes". Qualitative Research İn Sport, Exercise And Health, 4(3), 297–319.

Giacobbi, Lynn, T. K, Wetherington, J. M, Jenkins, J., Bodendorf, M., And Langley, B. (2004). Stress and Coping During the Transition to College for First-Year Female Athletes. Sports Psychologist, 18(1), 1-20.

Giacobbi, P., Foore, B., And Weinberg, R. S. (2004). "Broken Clubs and Curses Stressors and Coping Responses of Skilled and Moderately Skilled Golfers". Journal of Applied Sports Psychology, 16(2), 166-182.

Gile, R. J., Ve Heyman, R. E. (2005). "Marital Aggression, Risk Factors, And Treatment". Journal Of Family Psychology, 19(2), 227–236.

Gill, D. L. (1986). Psychological Dynamics of Sport. Champaign, IL: Human Kinetics.

Gould, D., Eklund, R. C, And Jackson, S. A. (1993). "Coping Strategies Used by U.S. Olympic Wrestlers". Quarterly Research in Exercise and Sport, 64(1), 83-93.

Gould, D., Finch, L. M., And Jackson, S. A. (1997). "Coping Strategies Used by National Champion Skaters". Quarterly Research in Exercise and Sports, 64(4), 453-468.

Gökbüzoğlu, B. (2008). Ergenlerin Saldırganlık Düzeyleri İle Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Marmara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Gökten, H., (2016). U17-U18 Yaş Grubu Plaj Ve Salon Voleybolu Milli Takım Altyapı Hazırlık Gruplarında Antrenman Eğitimi Alan Sporculardan Elde Edilen Bazı Değişkenlerin Değerlendirilmesi. Yüksek Lisans Tezi. Bartın: Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. 89s.

Gregory, S. (2011). Sources Of Stress İn The Competitive Environment: A Comparison Of Elite And Non-Elite Athletes. Unpublished Phd Thesis. Wales Institute.

Güçlü, N. (2001). Çocuklarda Ruh Sağlığı. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Gültekin, F. (2008). Saldırganlık Ve Öfkeyi Azaltma Programı'nın İlköğretim İkinci Kademe Öğrencilerinin Saldırganlık Ve Öfke Düzeyleri Üzerindeki Etkisi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gümüş, A. (2011). “Spor Yapan Ve Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Karşılaştırılması”. Spormetre Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 9(4), 185-192.

Gümüş, H. (2011). Ergenlerde Saldırganlık Eğilimleri Ve Etkileyen Faktörler. Yüksek Lisans Tezi, Adana: Çukurova Üniversitesi.

Gümüş, S. (2011). Saldırganlık Ve Aile İçi Şiddet Arasındaki İlişkinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Arel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Günaydın, H. (2008). Ortaöğretim Öğrencilerinde Saldırganlık Düzeyleri. Yüksek Lisans Tezi, Samsun: Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gündoğdu, K. (2010). Lise Öğrencilerinde Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Erzurum: Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Gündoğdu, R. (2010). “Ortaöğretim Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi”. Milli Eğitim Dergisi, 38(186), 170-182.

Hanson, W. E., Creswell, J. W., Clark, V. L. P., Petska, K. S., And Creswell, J. D. (2005). “Psikolojik Danışmanlıkta Karma Yöntemler Araştırma Tasarımları”. Psikolojik Danışma Dergisi, 52(2), 224.

Haskan, Ö. (2009). Ergenlerde Saldırganlık Ve Öfke İfade Tarzları. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi.

Heller, T. L., Bloom, G. A., Neil, G. I., And Salmela, J. H. (2003). "Sources of Stress for Women in NCAA Division 1 Hockey Players". Doctoral Dissertation, Mcgill University Libraries.

Holt, N. L., And Hogg, J. M. (2002). "Perceptions of Stress and Coping at the 1999 Women's Soccer World Cup Finals for Labeling". Sports Psychologist, 16(3), 251-271.

İkizler, C., And Karagözoğlu, C. (1997). Spor Psikolojisinde Başarı. İstanbul: Alfa Yayıncılık Dağıtım.

Kachef, N. (1994). İşletmelerde İş Gören Stresin Kaynakları Ve Bir Araştırma. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul: İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kalaycı, Ş. (2018). SPSS Çok Değişkenli İstatistiksel Teknikleri Uygulamıştır. Ankara, Türkiye: Asil Yayıncılık.

Karabulut, E. O. (2013). Yaş Altı Çim Hokeyi Sporcularının Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenler Bakımından İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Ankara Üniversitesi

Karademir, T., Ve Çağlayan, H. (2019). "Ailenin Gelir Düzeyi Ve Kardeş Sayısının Ergenlerde Stres Ve Saldırganlık Düzeyi Üzerindeki Etkisi". Eğitim Ve Psikoloji Dergisi, 12(3), 112–128.

Karamustafaoğlu, O., Ve Yumruk, H. (2011). "Depresyon Ve Anksiyete Bozuklukları". Şişli Etfal Hastanesi Tıp Bülteni, 45 (2), 65-74.

Karasar, N. (2023). Bilimsel Araştırma Yöntemi. Ankara: Nobel Yayınları

Karataş, Z. (2008). Lise Öğrencilerinde Saldırganlık Düzeyi İle Problem Çözme Becerisi Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. Adana: Çukurova Üniversitesi.

Karayılmaz, A. (2006). Amatör Küme Futbolcularını Saldırganlığa İten Psiko-Sosyal Nedenler Zonguldak Süper Amatör Ligi Örneği. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Karayılmaz, S. (2006). "Temas Sporlarında Saldırganlık Davranışlarının İncelenmesi". Spor Bilimleri Dergisi, 17(3), 155-162.

Kardeş, S. (2012). Ergenlerde Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi.

Kaya, B., Ve Öztürk, M. (2020). "Temas İçeren Ve İçermeyen Takım Sporlarında Saldırganlık Eğilimlerinin Karşılaştırılması". Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 5(2), 89–101.

Kılıç, M., Ve Yıldız, M. (2018). "Voleybolcularda Rekabet Öncesi Stres Ve Saldırganlık İlişkisi". Spor Bilimleri Dergisi, 29(1), 23–35.

Kılıç, S. (2007). İlkokul Öğrencilerinin Yöneticilerin Algılarına Yönelik Saldırgan Davranışları. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kırıkkale: Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kimball, A., And Freysinger, V. J. (2003). "Leisure, Stress and Coping in the Sports Participation of University Student Athletes" *Leisure Sciences*, 25 (2-3), 115-141.

Kongur, M. (2015). "Ortaokul Öğrencilerinin Saldırganlık Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi". *Eğitim Ve Bilim Dergisi*, 40(181), 231-246.

Korkut, F. (2002). "Dışavurumcu Saldırganlık Ölçeği (İSO) Türkçe Uyarlaması Üzerine Bir Ön Çalışma". *Çukurova Üniversitesi Eğitim Dergisi*, 2(23), 48-53

Krohne, H. W. (2002). Stres Ve Başa Çıkma Teorileri. *Uluslararası Sosyal Davranış Sceinces Ansiklopedisi*, 22, 15163-15170.

Kumcağız, H., Ve Göksu, T. (2020). "Cinsiyet Ve Sosyal Kaygı İlişkisinin Stres Düzeyi Üzerindeki Etkisi" , *Aile Ve Toplum Dergisi*, 21(3), 88-103.

Kurt, M., Yalcin, Y. (2010). "Saldırganlığın Stres Düzeyleri Ve Sporcuların Spordaki Memnuniyeti Üzerindeki Etkisi". *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 48-76.

Kurtiç, N. (2006). Futbol Seyircilerini Psiko-Sosyal Sebeplere İten Saldırganlık. Yüksek Lisans Tezi. Sakarya: Sakarya Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Kurtyılmaz, Y. (2005). Öğretmenlerin Saldırganlık Düzeyleri Ve Akademik Başarıları, İletişim Ve Problem Çözme Becerileri Arasındaki İlişki. Yüksek Lisans Tezi. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Lazarus, R. S., And Cohen, J. B. (1977). "Environmental Stress". *Human Behavior and the Environment*. Springer, Boston, Anne pp. 89-127.

Lazarus, R. S. (2000). "How Emotions Affect Performance in Competitive Sports." *Sports Psychologist*, 14 (3), 229-252.

Lazarus, R. S., and Folkman, S. (1984). "Stress, Appraisal, and Coping". Springer Publishing Company.

Lin, H. J., and Yusoff, MS B. (2013). "Psychological Distress, Stress Sources, and Coping Strategies in High School Students." *International Journal of Medicine*, 20 (6), 672-676.

Lu, F. J. H., Hsu, Y. W., Chan, Y. S., Cheen, JR, And Kao, K. T. (2012). "Assessing Life Stress in College Student-Athletes Initial Measurement Development and Validation". *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 16(4), 254-267.

Madran, H. A. D. (2012). Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği'nin Türkçe Formunun Geçerlik Ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*, 24(2), 1-6.

Mann, J. B., Bryant, K. R., Johnstone, B., Ivey, P. A., and Sayers, S. P. (2016). "The Effect of Physical and Academic Stress on Illness and Injury in College Football Players." *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30 (1), 20-25.

Marshall, G. (1999). *Sosyoloji Sözlüğü* (O. Akınhay And D. Kömürcü, Çev.). New York: Sanat Ve Bilim Dergisi.

Mazharoğlu, H. (2004). *Voleybolcuların Yıldızı 13-15 Yaş Arası Motor Profilinin Özellikleri. Yüksek Lisans Tezi. Kıbrıs: Lefkoge: Yakın Doğu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.*

Mcdonough, M. H., Ullrich-French, S., Smith, A. L., And Vance, K. M. (2013). Social Connection Through Physical Activity: Interpersonal Mechanisms For Change In Adolescent Girls' Emotional Well-Being. *Qualitative Health Research*, 23(9), 1225–1237

Mckay, J., Niven, A. G., Lavalley, D., And Beyaz, A. (2008). "Seçkin Atletizm Sporcuları Arasında Birleşik Krallık Gerginliğinin Kaynakları". *Spor Psikoloğu*, 22, 143-163

Mellalieu, SD, Hanton, S., and Fletcher, D. (2006). "A Review of Competitive Anxiety: Recent Directions". *Sport Psychology Research. Literature Reviews in Sport Psychology*, 1-45.

Mellalieu, SD, Neil, R., Hanton, S., and Fletcher, D. (2009). "Competitive Sport Stress Performers: Stressors Experienced in the Competition Environment". *Journal of Sports Sciences*, 27 (7), 729-744.

Merttürk, R. (2005). *Bilgisayar Oyunu Oynayan İlkokul Öğrencilerinin Saldırganlık, Depresyon Ve Yalnızlık Düzeylerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi. İstanbul: Yeditepe Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.*

Miller, N., Ve Bettencourt, B. A. (1996). "Gender Differences In Aggression: A Meta-Analytic Review". *Aggressive Behavior*, 22(3), 219–233.

Murray, N. G., Ve Kelder, S. H. (1999). "Enhancing Self-Efficacy And Self-Esteem In Aggressive Youth". *Health Education And Behavior*, 26(2), 237–247.

Nicholls, A. R., Holt, N. L., Polma, R. C., And Bloomfield, J. (2006). "Stressors, Coping, and Coping Effectiveness Among Professional Rugby Union Players". *Sports Psychologist*, 20(3), 314-329.

Noblet, A. J, And Gifford, S. M. (2002). "Stress Experienced by Professional Australian Football Players". *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(1), 1-13.

Norman, M. (2018). *The Student-Athlete's College Experience: Stress, Coping, and Resilience. Unpublished Doctoral Dissertation. Rhode Island Üniversitesi. Proquest LLC.*

Onur, B. (1995). Gelişim Psikolojisi. Ankara: Imge Kitabevi.

Orpinas, P., Murray, N., Ve Kelder, S. H. (1999). “Parental Influences On Students Aggressive Behaviors And Psychological Well-Being”. Health Education And Behavior. 26(6), 754-766.

Özbaydar, S. (1983). İnsan Davranışının Sınırları Ve Spor Psikolojisi. İstanbul: Altın Kitaplar

Özdemir, H., Ve Yıldız, M. (2020). “Kadın Ve Erkek Voleybolcuların Stres Düzeylerinin Karşılaştırılması”. Spor Bilimleri Dergisi, 31(1), 88–95.

Özdemir, M., Ve Çetinkaya, F. (2021). “Hentbol Oynayan Ergenlerin Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi”. Türkiye Spor Araştırmaları Dergisi, 6(2), 117–132.

Özden, K. (2010). “Aile Gelir Düzeyinin Üniversite Öğrencilerinin Stres Algısı Üzerindeki Etkisi”. Kuram Ve Uygulamada Eğitim Bilimleri, 10(2), 1193-1206.

Pakoğlu, B. (2019). 2017/2018 Sezonunun Usta Voleybol Ligleri Ve Müsabakaların Sultanları Analiz Yöntemiyle Analiz Edildi. Yüksek Lisans Tezi. Sivas: Cumhuriyet Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü.

Papanikolaou, A., Nikolaidis, D., Patsiaouras, A., And Alexopoulos, S. (2003). “Birinci Sınıf Deneyimi Yüksek Stres-Düşük Notlar”. Atletik İçgörü Çevrimiçi Spor Psikolojisi Dergisi.

Parnabas, V. A., And Mahamood, Y. (2013). “Malezya'daki Farklı Etnik Grup Futbolcu Grupları Arasında Bilişsel Ve Somatik Kaygı”. Prosedür-Sosyal Ve Davranış Bilimleri, 85, 258-266.

Patterson, C. M (1983). Sözsüz Davranış: İşlevsel Bir Bakış Açısı. New York: Springer-Verlag.

Resif, H., Ve Yazıcı, K. (2017). “Ergenlerde Saldırganlık Davranışlarının İncelenmesi”. Eğitim Ve Toplum Araştırmaları Dergisi, 4(2), 115-134.

Roe, Mark J., And Siegel, Jordan I. (2007). Political Instability And Financial Development Harvard Law School Unpublished Manuscript.

Sarıkaya, Y., Ve Khorshid, L. (2009). “Lise Öğrencilerinde Okul Türüne Göre Stres Belirtilerinin Karşılaştırılması”. Anadolu Psikiyatri Dergisi, 10(4), 257-264.

Scanlan, T. K., Stein, G. L., And Ravizza, K. (1991). “An In-Depth Study of Current and Former Elite Skaters”. III. Sources of Stress. Journal of Sport and Exercise Psychology, 13(2), 103-120

Scharf, M. (2000). “Gender Differences İn Adolescent Aggression A Cross-Cultural Study”. Journal Of Adolescence, 23(5), 553–567.

Selby, R., Weinstein, H. M., And Kuş, T. S. (1990). “Sporcu Sağlığı Üniversitesi: Tutumlar, Davranışlar Ve Stresörler”. Amerikan Kolej Sağlığı Dergisi'nde, 39 (1), 11-18.

Selye, H. (1976). “Stress Without Distress. The Psychopathology of Human Adaptation” Springer, Boston, MOTHER, p. 137-146.

Sevim, Y. (2006). Teknik Hentbol Taktiği. Ankara: Nobel Yayınları, 1-281-282 S.

Silver, R. C, Holman, E. A, McIntosh, D. N, Poulin, M, Gil-Rivas, V. (2002). A Nationwide Longitudinal Study Of Psychological Responses To 11 September. JAMA; 288 (10):1235–1244.

Singh, A. (2018). “A Comparative Study Of Aggression Level Of Men And Women Handball Players Representing All India Inter-University. International Journal Of Physiology, Nutrition And Physical Education, 3(1), 1236-1238.

Singh, P. (2018). Aggression And Will To Win Between University-Level Male Volleyball And American Football Players”. International Journal Of Physiology, Nutrition And Physical Education, 3(1), 349-351.

Steptoe, A., And Butler, N. (1996). “Sports Participation And Emotional Well-Being In Adolescents”. Lancet, 347(17), 89–92.

Stevens, R. E., Loudon, D. L., Yow, D. A., Bowden, W. W., And Humphrey, J. H. (2013). “Stress In College Athletics Causes, Consequences, Coping”. Routledge.

Özmen, S. K. (2004). “Ailede Öfke Ve Saldırganlığın Yansımaları”. Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi, 37(2), 27-39.

Şahan, E. (2007). Ergenlerde Saldırganlık Eğilimlerinin İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, Konya: Selçuk Üniversitesi.

Şahan, M. (2007). Lise Öğrencilerinde Saldırganlığı Öngören Bazı Değişkenleri İnceleyin Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

Şahin, H. M. (2003). Sporda Şiddet Ve Saldırganlık. Ankara: Nobel Yayıncılık.

Şahin, H., Et Al. (2020). “Kadın Sporcuların Stres Düzeylerinin İncelenmesi”. Kadın Araştırmaları Dergisi, 20(1), 55-69.

Şeker, İ., Ve Uslu, T. (2020). “Spor Yapan Ve Spor Yapmayan Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Beceri, Saldırganlık Ve Spor Ahlakı Düzeylerinin İncelenmesi”. Şanlıurfa: Harran Üniversitesi Spor Eğitim Dergisi, 4(2), 172-189.

Şekertek, (2003). Stil Ve Saldırganlığın Kişilerarası İlişkilere Uyumu Spor Eğitimi. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Erzurum: Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tamminen, K. A., Holt, N. L., And Crocker, Halkla İlişkiler (2012). “Ergen Sporcular: Klinik Zorluklar Ve Psikososyal Kaygılar”. Psikiyatride Güncel Görüş, 25 (4), 293-300.

Tanrıyaşükür, D. (1997). Ve İnsan Davranışı. İstanbul: Remzi Kitapevi.

Taşucu, E. (2002). Türk Erkek Hentbol Milli Takımının Profiline Somatotip Tayini. Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Gazi Üniversitesi, Tıp Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Anabilim Dalı, 72 S.

Tenenbaum, G. (1997). “Sporda Saldırganlık Ve Şiddet: Bir ISSP Pozisyon Standı”. Spor Psikoloğu, 11, 1-7.

Thelwell, R. C, Weston, N. J, And Greenlees, I. A. (2007). “Yapışkan Bir Küçük Kapıya Vurmak: Profesyonel Kriket Sopaları İçin Stres Kaynaklarını Ve Bunlarla İlişkili Başa Çıkma Stratejilerini Belirlemek”. Spor Ve Egzersiz Psikolojisi, 8(2), 219-232.

Tiryaki, S. (1996). Spor Yapan Bireylerin Saldırganlık Düzeylerinin Belirlenmesi: Takım Ve Bireysel Sporlar Açısından Bir İnceleme. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Mersin: Mersin Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Tiryaki, Ş. (2000). Spor Psikolojisi (5. Baskı). Eylül Yayın Evi.

Tok, E. (2001). Ergenlerde Saldırganlık Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi. Yüksek Lisans Tezi, İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi.

Türkiye Hentbol Federasyonu [THF]. (2021). Türkiye Hentbol Federasyonu Tarihi <http://www.thf.org.tr/thf/hakkinda/tarihce/1>

Tuzgöl, M. (1998). Ergenlerde Saldırganlık Düzeyinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Ankara: Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Uluışık, İ. (2015). Ergenlerde Saldırganlık Ve Stres İlişkisi Cinsiyet Ve Aile Yapısının Etkisi, Doktora Tezi, İzmir: İzmir Yüksek Teknoloji Enstitüsü.

URL-1: <http://www.tvf.org.tr> E. T. 05 Kasım 2022

URL-2: <http://tr.wikipedia.org> E. T. 05 Kasım 2022

Valentine, J. J., And Taub, D. J. (1999). “Öğrenci Sporcuların Gelişim İhtiyaçlarına Cevap Vermek”. Üniversite Danışmanlığı Dergisi, 2(2), 164-179.

Vurat, M. (2000). Volleyball Technique. Ankara Yayınevi Bir Şeyler Bağırıyor

Wechsler, Henry, And Others. “Madde Kullanılmayan Üniversite Yurtlarında İçki İçme Düzeyleri, Alkol Sorunları Ve Pasif İçicilik Etkileri: Ulusal Bir Çalışmanın Sonuçları”. Alkol Üzerine Çalışmalar Dergisi 62.1 (2001): 23-31.

Weinberg, R., And Gould, D. (1999). Spor Ve Egzersiz Psikolojisinin Temelleri (No. Ed. 2). Human Kinetics Publishers (İngiltere) Ltd.

White, H. M., Zengin, B. T, Schinckel, A. P, Burgess, J. R, Donkin, S. S, And Latour, M. A. (2008). “İki Yoğunlukta Barındırılan Yetiştirme Bitişli Domuzlarda Sıcaklık Stresinin Büyüme Öncesi Performansına Ve Domuz Pastırması Kalitesine Etkileri”. Hayvan Bilimleri Dergisi, 86 (8), 1789-1798.

Wilson, G. S., And Pritchard, M. E. (2005). “Comparing Sources Of Stress İn College Student Athletes And Non-Athletes”. Athletic Insight, 7(1), 1–8.

Woodman, T., And Hardy, L. (2001). “Elit Sporda Örgütsel Stres Üzerine Bir Vaka Çalışması”. Uygulamalı Spor Psikolojisi Dergisi, 13(2), 207-238.

World Health Organization (WHO) (2021). Global Status Report On Violence Prevention 2014.

Yalçın, A. S. (2024). Algılanan Ebeveyn Kabul-Reddi Ve Saldırganlık Arasında Duygu Düzenleme Güçlüğü'nün Aracı Rolü. Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Gazi Üniversitesi.

Yalçın, Y. (2009). Sporcularda Stresin Ve Saldırganlığın Memnuniyet Düzeylerine Etkisi: Antalya İlinde Antrenörün Cinsiyet Rolünün Belirlenmesine Yönelik Bir Uygulama. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Kayseri: Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yanbastı, G. (1996). Kişilik Kuramları (2. Bs.). İzmir: Ege Üniversitesi Yayınları.

Yang, J., Peek-Asa, C., Corlett, J. D., Cheng, G., Foster, D. T., And Albright, J. (2007). “Rekabetçi Üniversite Öğrencisi Sporcularla İlişkili Depresyon Semptomlarının Ve Risk Faktörlerinin Birinci Basamak Bakımı”. Klinik Spor Hekimliği Dergisi, 17 (6), 481-487.

Yasuntimur, A. (2021). Şiddet Ve Suç Davranışları Çerçevesinde Ses-Gaz Tabancasından Muaddel Silah Tehdidi. Yüksek Lisans Tezi, Jandarma Ve Sahil Güvenlik Akademisi, Ankara.

Yetim, A., Tortop, H., Ve Işık, H. (2014). “Ortaöğretim Öğrencilerinde Öfke Ve Saldırganlık Düzeyleri”. Eğitim Ve Öğretim Araştırmaları Dergisi, 3(3), 45–56.

Yıldız, F., Ve Demir, M. (2021). “Genç Sporcularda Saldırganlık, Aile Faktörleri, Ve Spor Branşı Arasındaki İlişkiler”. Türkiye Spor Psikolojisi Dergisi, 4(1), 35–49.

Yıldız, M., Demir, H., Ve Özkan, A. (2019). “Hentbolcuların Müsabaka Öncesi Ve Sonrası Stres Düzeylerinin İncelenmesi”. Spor Bilimleri Dergisi, 30(2), 145-152.

Yılmaz, E., Özdiç, M., Ve Aydemir, R. (2021). “Genç Hentbolcularda Stres Ve Saldırganlık Düzeylerinin İncelenmesi”. International Social Sciences Studies Journal, 7(80), 1209-1216.

Yılmaz, S., Korkmaz, A., Ve Ergin, B. (2023). “Üniversite Öğrencilerinde Algılanan Stres Ve Aile Özellikleri Arasındaki İlişki”. Psikoloji Çalışmaları Dergisi, 18(1), 45–60.

Yılmaz, M., Karabulut, E. O., Ve Pulur, A. (2024). “Ergen Sporcuların Saldırganlık Düzeylerinin Ve Algılanan Stres Düzeylerinin Belirlenmesi”. Manisa: CBU Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 19(2), 350-365.

Yusko, D. A., Buckman, J. F., Beyaz, H. R., And Pandina, R. J. (2008). “Alkol, Tütün, Yasadışı Uyuşturucular Ve Performans Arttırıcılar: Üniversite Öğrencisi Sporcuların Ve Sporcu Olmayanların Kullanıma Göre Karşılaştırılması”. Amerikan Kolej Sağlığı Dergisi'nde, 57 (3), 281-290.

Ek 2. Anket formu form

Kişisel bilgi formu

Değerli katılımcı;

Adıyaman Üniversitesi, Spor Bilimleri Enstitüsü Spor ve Beden eğitimi Anabilim Dalı'nda “**Adıyaman ilinde yaşayan oyuncularla hentbolcuların stres ve saldırganlık düzeylerinin incelenmesi**” konulu lisansüstü çalışma yapıyorum. Bu çalışma bilimsel bir amaç için kullanılacak ve cevaplarınız başka bir amaç için kullanılmayacaktır.

Elde edilecek araştırmanın amacı, sizin iş birliğiniz ve yardımınızla mümkün olacaktır. İlgi, destek ve katkılarından dolayı şimdiden teşekkür etmeleri açısından büyük önem taşıyan araştırmalar.

1. **Cinsiyet:** ☐ Kadın ☐ Erkek

2. **Majörünüz:** ☐ Voleybol ☐ Hentbol

3. **Doğum yılı:**

4. **Annenin eğitim durumu?**

☐ Bir yazar okumaz ☐ okur ve yazar
☐ Lise ☐

☐ İlkokul ☐ Ortaokul
☐ Yüksek Lisans-Doktora

5. **Babanın eğitim durumunun koleji?**

☐ okuyamaz ve yazamaz ☐ okur ve yazar
☐ Lise ☐ Okul ☐ Üniversite

☐ İlkokul ☐ Ortaokul
☐ Yüksek Lisans-Doktora

6. **annenin mesleği?**

☐ ev hanımı ☐ Memur
☐ Emekli ☐ Esnaf

☐ İşçi ☐ Çiftçi

7. **babanın mesleği nedir?"**

☐ Memur ☐ İşçi
☐ Çiftçi ☐ Emekli

☐ Esnaf ☐ (Serbest) meslek

8. **Senin kardeşin dahil:.....**

9. **Ailende kaç çocuk var, sen yapıyorsun.....**

10. **Ortalama aylık gelir:.....**

11. **Okuduğunuz okul nedir:.....**

Ek 2. Devamı

	Algılanan stres Ölçeği (ASO)	hiçbir zaman	Neredeyse hiçbir zaman,	Bazen	Oldukça sık	Çok sık
1	geçen ay, rahatsızlık nedeniyle beklenmedik şeylerin olduğunu ne sıklıkla duydunuz?					
2	geçen ay, hayatınızdaki önemli şeyleri ne sıklıkla kontrol edemediğinizi hissettiniz?					
3	. geçen ay, bu sizi ne sıklıkla hayal kırıklığına uğramış ve stresli hissettirdi?					
4	. geçen ay, her gün yaşanan zorlukların üstesinden ne sıklıkla başarıyla geldiniz?					
5	geçen ay hayatınızda ortaya çıkan önemli değişikliklerle etkili bir şekilde başa çıktınız, ne sıklıkla hissettiniz?					
6	geçen ay, kişisel sorunlarınızın üstesinden gelmeyi, güvenme yeteneğinizi ne sıklıkla duydunuz?					
7	geçen ay her şey yolunda gitti, ne sıklıkta hissettin?					
8	. son bir ayda, yapmanız gereken şeylerle ne sıklıkla başa çıktığınızı fark ettiniz mi?					
9	geçen ay, hayatınızdaki zorlukların nasıl olduğunu kontrol edebildiniz mi?					
10	geçen ay, bir şeylerin üstesinden geldiğinizi ne sıklıkla hissettiniz?					
11	geçen ay, kontrolünüz dışındaki olaylar yüzünden ne sıklıkla çıldırdınız?					
12	geçen ay kendin, başarman gereken şeyleri ne sıklıkla düşündün?					
13	geçen ay, zamanınızı nasıl kullandığınızı ne sıklıkla kontrol edebildiniz?					
14	. son bir ayda, sorunlarını çözmeyi göze alamayana kadar bunun ne sıklıkta arttığını hissettiniz?					

Aşağıdaki her bir maddeyi okuyarak, bu madde sizin için her zaman doğru ise “ Tamamen Katılıyorum ”. genelde doğru ise Katılıyorum ”. emin değilseniz “ Kararsızım ”. genelde doğru değilse “ Katılmıyorum ”. hiçbir zaman doğru değilse “ Kesinlikle Katılmıyorum ” şeklinde işaretleme yapmanız rica olunur.	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Tamamen Katılıyorum
1. Bazı arkadaşlarım benim öfkeli biri olduğumu söylerler					
2. Gerekirse hakkımı korumak için şiddete başvurabilirim					
3. Birisi bana fazlasıyla iyi davrandığında “acaba benden ne istiyor” diye düşünürüm					
4. Arkadaşlarımın görüşlerine katılmadığım zaman bunu onlara açıkça söylerim					
5. Öfkeden deliye döndüğümde bir şeyler kırıp dökerim					
6. İnsanlar benim görüşlerime katılmadıklarında onlarla tartışmaktan kendimi alıkoyamam					
7. Zaman zaman bazı olaylara/kişilere yönelik kızgınlığım uzun süre bitmek bilmez					
8. Bazen başkalarına vurma dürtümü kontrol edemiyorum					
9. Sakin yapılı biriyimdir					
10. Tanımadığım insanlar bana fazla yakın davrandıklarında onlara şüpheyile yaklaşırım					
11. Daha önce, tanıdığım insanları tehdit ettiğim oldu					
12. Çok çabuk parlar ve hemen sakinleşirim					

13. Birisi bana sataşırse kolaylıkla onu itip tartaklayabilirim					
14. İnsanlar sinirimi bozduklarında kolaylıkla onlar hakkında ne düşündüğümü söyleyebilirim					
15. Zaman zaman kıskançlık beni yiyip bitirir					
16. Bir insana vurmanın mantıklı bir gerekçesi olamayacağını düşünüyorum					
17. Bazen hayatın bana adaletsiz davrandığını düşünürüm					
18. Öfkemi kontrol etmekte zorluk çekerim					
19. Yapmak istediğim bir şey engellendiğinde kızgınlığımı açıkça ortaya koyarım					
20. Zaman zaman insanların arkamdan güldüğü duygusuna kapılırım					
21. İnsanlarla sıkça görüş ayrılığına düşerim					
22. Birisi bana vurursa ben de karşılık veririm					
23. Bazen kendimi patlamaya hazır bir bomba gibi hissediyorum					
24. Diğer insanların her zaman çok iyi fırsatlar yakaladıklarını düşünüyorum					
25. Birisi beni iterse onunla kavgaya tutuşurum					
26. Arkadaşlarımın arkamdan konuştuklarını biliyorum					
27. Arkadaşlarım münakaşaca/tartışmayı seven biri olduğumu söylerler					
28. Bazen olmadık şeylere ortada mantıklı bir neden yokken aniden sinirlenir, tepki veririm.					
29. Çoğu insana kıyasla daha sık kavgaya karıştığımı söyleyebilirim.					