



**T.C.
AMASYA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ**

**SPOR YAPAN VE YAPMAYAN LİSE ÖĞRENCİLERİNDE KAYGI VE
SALDIRGANLIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

MUHAMMED ZAHİD KÖTÜLÜKETMEZ

**AMASYA
OCAK 2026**

T.C.
AMASYA ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

**SPOR YAPAN VE YAPMAYAN LİSE ÖĞRENCİLERİNDE KAYGI VE
SALDIRGANLIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ**

Muhammed Zahid KÖTÜLÜKETMEZ

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Danışman
Dr. Öğr. Üyesi İskender GÜLER

AMASYA
OCAK 2026

YÜKSEK LİSANS TEZİ KABUL VE ONAY SAYFASI

Muhammed Zahid KÖTÜLÜKETMEZ tarafından hazırlanan “SPOR YAPAN VE YAPMAYAN LİSE ÖĞRENCİLERİNDE KAYGI VE SALDIRGANLIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ” adlı tez çalışması aşağıdaki jüri tarafından OY BİRLİĞİ ile Amasya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir.

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi İskender GÜLER

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Amasya Üniversitesi

.....

Üye: Prof. Dr. Soner ÇANKAYA

Spor Yöneticiliği, Ondokuz Mayıs Üniversitesi

.....

Üye: Doç. Dr. Seda SABAH

Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Amasya Üniversitesi

.....

Tez Savunma Tarihi: 27/01/2026

Jüri tarafından kabul edilen bu tezin Yüksek Lisans Tezi olması için gerekli şartları yerine getirdiğini onaylıyorum.

.....

Doç. Dr. Gonca ÜSTÜN

Sağlık Bilimleri Enstitüsü Müdürü

ETİK BEYAN

Amasya Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Tez Yazım Kurallarına uygun olarak hazırladığım bu tez çalışmada;

- Tez içinde sunduğum verileri, bilgileri ve dokümanları akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi,
- Tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu,
- Tez çalışmada yararlandığım eserlerin tümüne uygun atıfta bulunarak kaynak gösterdiğimi,
- Kullanılan verilerde herhangi bir değişiklik yapmadığımı,
- Bu tezde sunduğum çalışmanın özgün olduğunu bildirir, aksi bir durumda aleyhime doğabilecek tüm hak kayıplarını kabullendiğimi beyan ederim.

Muhammed Zahid KÖTÜLÜKETMEZ

27/01/2026

TEŞEKKÜR

Yüksek lisans sürecimin her aşamasında, yardım ve bilgileriyle bana yol gösteren, değerli görüş ve önerileriyle yönlendiren ve desteğini hiçbir zaman esirgemeyen, çok değerli tez danışmanım Dr. Öğr. Üyesi İskender Güler'e sonsuz saygı, sevgi ve teşekkürlerimi sunarım. Aynı zamanda lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca bilgilerini ve tecrübelerini benimle paylaşan kıymetli hocam Doç. Dr. Seda SABAH' a da şükranlarımı sunarım.

Eğitim hayatım boyunca maddi manevi desteğini hiçbir zaman esirgemeyen hayatımın her anında yanımda olan canım eşim Rümeysa KÖTÜLÜKETMEZ' e çok teşekkür ederim.

Muhammed Zahid KÖTÜLÜKETMEZ

ÖZET

SPOR YAPAN VE YAPMAYAN LİSE ÖĞRENCİLERİNDE KAYGI VE SALDIRGANLIK ARASINDAKİ İLİŞKİNİN İNCELENMESİ

Muhammed Zahid KÖTÜLÜKETMEZ

Amasya Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü

Beden Eğitimi ve Spor Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Ocak 2026

Danışman: Dr. Öğr. Üyesi İskender GÜLER

Bu çalışmanın amacı, spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinde kaygı ve saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemek ve spor yapma durumunun bu değişkenler üzerindeki rolünü ortaya koymaktır. Araştırma nicel araştırma kapsamında, 2024–2025 eğitim-öğretim yılında Samsun ilinde öğrenim gören lise öğrencileri üzerinde yürütülmüştür. Çalışmaya toplam 1096 öğrenci katılmış olup bunların 561'i erkek, 535'i kadındır. Araştırmada Malakcioglu tarafından 2022'de geliştirilen Kaygı Değerlendirme Ölçeği ve Kuzucu ve Sarıot-Ertürk'ün 2020 yılında uyarladığı Saldirganlik Ölçeği Kısa Formu kullanılmıştır. Elde edilen bulgular, yaş ve sınıf düzeyi arttıkça kaygı ve saldırganlık puanlarının genel olarak yükseldiğini göstermiştir. Cinsiyete göre kaygı düzeylerinin kız öğrencilerde, fiziksel saldırganlık düzeylerinin ise erkek öğrencilerde daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Spor yapma durumu açısından kaygı düzeylerinde anlamlı bir fark saptanmazken, profesyonel düzeyde spor yapan öğrencilerin fiziksel saldırganlık puanlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Sonuç olarak, ergenlik döneminde kaygı ve saldırganlık birbirleriyle ilişkili psikolojik değişkenler olup yaş, cinsiyet ve sınıf düzeyi gibi faktörlerden etkilenmektedir. Sporun kaygı üzerinde doğrudan belirleyici bir etkisi bulunmamakla birlikte, saldırganlık boyutunda branş ve spor düzeyine bağlı farklılıklar ortaya çıkabilmektedir. Bu bulgular doğrultusunda, okullarda psikososyal destek programlarının güçlendirilmesi ve spor etkinliklerinin rehberlik hizmetleriyle bütüncül biçimde planlanması önerilmektedir.

Anahtar Kelimeler: Kaygı değerlendirme ölçeği, Lise öğrencileri, Saldirganlik ölçeği, Spor.

ABSTRACT

INVESTIGATING THE RELATIONSHIP BETWEEN ANXIETY AND AGGRESSION AMONG HIGH SCHOOL STUDENTS WHO DO AND DO NOT PARTICIPATE IN SPORTS

Muhammed Zahid KÖTÜLÜKETMEZ

Amasya University, Institute of Health Sciences

Physical Education and Sports Department, Master's Thesis, January 2026

Supervisor: Assist. Prof. Dr. İskender GÜLER

The aim of this study is to examine the relationship between anxiety and aggression levels in high school students who do and do not do sports and to reveal the role of sports on these variables. The research was conducted on high school students studying in Samsun province in the 2024-2025 academic year within the scope of quantitative research. A total of 1096 students participated in the study, 561 of whom were male and 535 were female. In the study, the Anxiety Assessment Scale developed by Malakcioglu in 2022 and the Aggression Scale Short Form adapted by Kuzucu and Sariot-Ertürk in 2020 were used. The findings showed that anxiety and aggression scores generally increased as age and grade level increased. According to gender, it was determined that anxiety levels were higher in female students and physical aggression levels were higher in male students. While there was no significant difference in anxiety levels in terms of sports status, it was observed that students who did sports at the professional level had higher physical aggression scores. In conclusion, anxiety and aggression during adolescence are interrelated psychological variables influenced by factors such as age, gender, and grade level. Although sports do not have a direct determining effect on anxiety, differences may arise in the dimension of aggression depending on the branch and sports level. In line with these findings, it is recommended to strengthen psychosocial support programs in schools and to plan sports activities holistically with guidance services.

Keywords: Anxiety Assessment Scale, high school students, Aggression Scale, sports.

İÇİNDEKİLER

	Sayfa
TEŞEKKÜR	i
ÖZET	ii
ABSTRACT	iii
İÇİNDEKİLER	iv
TABLolar DİZİNİ	vi
KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ	vii
1. GİRİŞ	1
1.1. Problem Durumu	2
1.1.1. Problem cümlesi	3
1.1.2. Alt problemler	4
1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi	4
1.3. Araştırmanın Varsayımları	5
1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları	5
2. GENEL BİLGİLER	6
2.1. Sporun Tanımı ve Türleri	6
2.2. Sporun Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri	7
2.3. Sporun Stres, Kaygı ve Öfke Kontrolü Üzerindeki Rolü	8
2.4. Sporun Sosyal Beceri ve Öz Düzenleme Üzerindeki Katkıları	8
2.5. Kaygı Kavramı ve Ergenlikte Kaygı	9
2.5.1. Kaygının psikolojik temelleri	10
2.5.2. Kaygı türleri	10
2.6. Kaygının Akademik, Sosyal ve Davranışsal Etkileri	11
2.7. Saldırganlık Kavramı ve Ergenlikte Saldırganlık	12
2.7.1. Saldırgan davranışların psikolojik ve sosyal temelleri	12
2.7.2. Saldırganlık türleri	13
2.8. Ergenlik Döneminde Saldırgan Davranışlar	14
2.9. Okul Ortamında Saldırganlığın Yansımaları	14
2.10. Ergenlik Dönemi ve Lise Öğrencileri	14
2.11. Spor Yapma Durumu ve Spor Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Psikolojik Özellikleri	15
2.12. Spor Yapma Durumu Açısından Kaygı-Saldırganlık İlişkisi	16
2.13. Sporun Kaygı ve Saldırganlık Üzerindeki Düzenleyici Rolü	17
3. YÖNTEM	19
3.1. Araştırma Modeli	19

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi	19
3.3. Veri Toplama Araçları	19
4. BULGULAR	22
5. TARTIŞMA	38
5.1. Yaşa Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması.....	38
5.2. Cinsiyete Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması	38
5.3. Sınıflara Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması.....	39
5.4. Spor Yapma Durumuna Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması ...	39
5.5. Spor Branşına Göre Ölçek Toplam Boyut ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması	40
5.6. Ailenin Gelir Durumuna Göre Ölçek Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması ..	41
5.7. Ölçek Toplam ve Alt Boyutlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	41
5.8. Ölçek Toplam ve Alt Boyutlara Ait Cronbach's Alpha Sonuçlarının Değerlendirilmesi	42
5.9. Kaygı Değerlendirme Ölçeğinin Saldırganlık Ölçeği Üzerindeki Etkisinin Lineer Regresyon Analizi ile İncelenmesi.....	43
6. SONUÇ VE ÖNERİLER.....	44
KAYNAKLAR	46
EKLER	52
Ek-1: Araştırma Kurum İzni	53
Ek-2: Etik Kurul Değerlendirme Formu	54
Ek-3: Kaygı Değerlendirme Ölçeği.....	55
Ek-4: Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu.....	56
ÖZGEÇMİŞ.....	57

TABLOLAR DİZİNİ

Tablo 3.1. Korelasyon Dağılımı.....	21
Tablo 4.1. Demografik Bilgilere Ait Tanımlayıcı İstatistikler	22
Tablo 4.2. Yaşa Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması	23
Tablo 4.3. Cinsiyete Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması	25
Tablo 4.4. Sınıflara Göre Ölçek Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması.....	26
Tablo 4.5. Spor Yapma Durumuna Göre Ölçek Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması	29
Tablo 4.6. Spor Branşına Göre Ölçek Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması	30
Tablo 4.7. Ailenin Gelir Durumuna Göre Ölçek Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması	32
Tablo 4.8. Ölçek Toplam ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi	34
Tablo 4.9. Ölçek Toplam ve Alt Boyutlarına Ait Cronbach's Alpha Değerleri.....	36
Tablo 4.10. Kaygı Değerlendirme Ölçeğinin Saldırganlık Ölçeği Üzerindeki Etkisinin Lineer Regresyon Analizi ile İncelenmesi	36

KISALTMALAR VE SİMGELER DİZİNİ

Bu tez çalışmasında kullanılan kısaltmalar ve simgeler, açıklamaları ile aşağıda listelenmiştir.

Kısaltmalar

Açıklama

ANOVA

Tek yönlü varyans analizi (Analysis of Variance)

AQ-SF

Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu / Aggression
Questionnaire–Short Form

BMC

BioMed Central

CBÜ

Celal Bayar Üniversitesi

COVID-19

Coronavirus Disease 2019 (Koronavirüs Hastalığı
2019)

DSÖ

Dünya Sağlık Örgütü (World Health
Organization)

GA

Güven aralığı (Confidence interval)

GAM

Genel Saldırganlık Modeli (General Aggression
Model)

IBM

International Business Machines (IBM; örn. IBM
SPSS)

ISBN

International Standard Book Number

JAMA

Journal of the American Medical Association

KDÖ

Kaygı Değerlendirme Ölçeği

PLOS

Public Library of Science

R²

R² (Belirleme katsayısı / Coefficient of
determination)

SPSS

Statistical Package for the Social Sciences

SSM

Social Science & Medicine (SSM dergi ailesi;
örn. SSM – Mental Health)

STAI

State–Trait Anxiety Inventory (Durumluluk–
Süreklilik Kaygı Envanteri)

TRAILS

Tracking Adolescents' Individual Lives Survey

UK

United Kingdom (Birleşik Krallık)

UNESCO	United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (BM Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü)
UNICEF	United Nations Children's Fund (Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu)
US	United States (Amerika Birleşik Devletleri)
WHO	World Health Organization (Dünya Sağlık Örgütü)

Simgeler	Açıklama
p	Anlamlılık Düzeyi (Probability)
r	Korelasyon Katsayısı
α	Cronbach Alfa (Güvenirlik Katsayısı)
vd	ve diğerleri

1. GİRİŞ

Spor, insanların bireysel veya grup halinde yaptıkları, genel olarak bir yarışma mantığı içerisinde kendine has durum içeren kişinin zihinsel ve fiziksel ilerlemesini gerçekleştiren keyif verici ve eğitici uğraştır (Atasoy & Kuter, 2005). Spor her yaştan insanın kişisel gelişimine destek olarak edindiği her türlü tecrübe sayesinde bireysel olarak hedef belirlemesine olanak sağlar. Aynı zamanda sporda aktif rol almanın birçok alanda akademik başarıyı arttırdığı, liderlik yeteneklerini ilerlettiği ve benlik saygısını yükselttiği gibi olumlu sonuçların olduğu belirtilmektedir (Aykara & Albayrak, 2016). Spor, gençlerin yalnızca bedensel ilerleyişlerini ve hareket becerilerini öğretmekle kalmaz bunun yanında kişiliğin şekillenmesine de katkı sağlar. Şöyle ki; spor aktiviteleriyle birlikte gençler özgüvenlerini keşfeder, motivasyonlarını geliştirir, dikkat ve odaklarını kuvvetlendirirler. Bunun yanında, takıma girme, takım içinde uyum sağlama, rekabet gerektiren ortamlarda başarı ve başarısızlığı tatma, makul çerçevede karşılama ve etkinlik esnasında dürüstlük kaidesine sadık kalma gibi karakteristik özellikleri de elde ederler (Avcı & Afacan, 2016).

Kaygı, sporcuların hareketlerini ve sahip oldukları bilişsel mekanizmaları olumsuz etkilediği gibi, kaygılanma düzeyleri arttıkça doğru kararlar almada ve yeteneklerini göstermede zorluklar yaşamalarına neden olan bir durumdur. Yoğun baskı altında olan sporcular istemedikleri yanlış davranışlar yapabilirler. Normal seviyenin üzerinde yaşanan kaygı, sporcuların sahip oldukları potansiyellerini göstermelerine engel olabilmektedir. Bunun yanında duygusal olarak karmaşa yaşamaları onların olumsuz davranışlar sergilemelerine neden olabilir (Yıldırım & Yılmaz, 2025). Saldırganlık, başkalarına zarar verme, acı çektirme veya bu tür durumların yaşanmasına neden olacak hareketler olarak ifade edilse de bireyin kendisine verdiği fiziksel ve psikolojik zarar verme olarak da açıklanmaktadır (Bolat vd., 2025).

Bireylerin gelişiminde kritik dönem olan ergenlikte yaşanan duygusal dalgalanmalar gençlerin davranışlarını doğrudan etkilemektedir. Bu dönemlerde gençlerde görülen kaygı ve saldırganlık gibi istenmeyen olumsuz duygular; okul hayatını, çevresiyle olan etkileşimini ve akademik başarısını negatif yönde etkileyebilmektedir. Özellikle lisedeki öğrenciler birden fazla stres kaynaklarıyla baş başa kalmaktadır. Karşılaşılabilecekleri olumsuz durumlarla mücadele etmede sporun katkıları literatürde yapılan çalışmalarda sıkça vurgulanmıştır. Düzenli fiziksel aktivite kişilerin stres düzeylerini azaltmakta, özgüvenlerini artırmakta, olumlu iletişim ve ilişki kurmalarına yardımcı olmaktadır. Bu

bağlamda; spor yapan veya yapmayan gençler arasındaki farkların özellikle lise çağındaki öğrenciler özelinde incelenmesine ihtiyaç vardır.

Bu tez çalışması, spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinde kaygı ile saldırganlık düzeyleri arasındaki ilişkiyi inceleyerek ergenlik dönemindeki psikolojik süreçlerin daha iyi anlaşılmasına katkı sağlamayı amaçlamaktadır. Çalışmada Kaygı Değerlendirme Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeği kullanılarak öğrencilerin duygu durumları ve davranış eğilimleri nesnel biçimde değerlendirilecektir. Elde edilecek bulgular, spor katılımının kaygı ve saldırganlık üzerindeki olası etkilerine ilişkin güncel ve karşılaştırılabilir veriler sunacaktır. Bu yönüyle araştırma, gençlerin psikolojik gelişimini destekleyebilecek koruyucu ve önleyici müdahale alanlarının belirlenmesi açısından önem arz etmektedir. Özellikle okul çağında görülebilen kaygı düzeyi artışı ve saldırganlık eğilimlerinin erken dönemde tanınması, öğrencilerin iyi oluş hâlinin güçlendirilmesine olanak sağlayabilir. Ayrıca çalışma sonuçları, beden eğitimi ve spor etkinliklerinin psikososyal kazanımlarına yönelik uygulamaların planlanmasında yol gösterici olabilir. Okul ortamında rehberlik servisleri ile öğretmenlerin öğrencileri destekleme süreçlerine bilimsel dayanak sunması bakımından da çalışma önem taşımaktadır. Spor yapan ve yapmayan gruplar arasındaki benzerlik ve farklılıkların ortaya konulması, risk gruplarının daha doğru tanımlanmasına katkı sağlayacaktır. Bu sayede öğrencilerin daha sağlıklı bireyler olarak yetişmelerine yardımcı olabilecek eğitsel ve sosyal çıktılar üretilebilecektir. Sonuç olarak araştırmanın hem spor bilimleri alanına hem de okul temelli psikolojik destek ve eğitim uygulamalarına anlamlı katkılar sunması beklenmektedir.

1.1. Problem Durumu

Ergenlik dönemi; bireyin bedensel, zihinsel ve toplumsal alanlarda hızlı dönüşümler yaşadığı, duygusal dalgalanmaların arttığı ve öz-denetimin zaman zaman zorlanabildiği hassas bir gelişim sürecidir. Lise çağındaki öğrenciler bu süreçte; akademik sorumluluklar, sınav odaklı baskı, kimlik arayışı, akran ilişkilerinin belirleyiciliği ve geleceğe ilişkin belirsizlikler gibi birden çok stres kaynağıyla aynı anda baş etmek durumunda kalabilmektedir. Söz konusu stres etmenleri anksiyete düzeyini yükseltebilir; yükselen anksiyete ise dikkat toplama, sağlıklı karar verme, problem çözme ve sosyal etkileşim kurma gibi işlevleri zayıflatarak öğrencinin okula uyumunu olumsuz yönde etkileyebilir. Bu nedenle lise döneminde anksiyetenin güvenilir biçimde değerlendirilmesi önem taşımakta; bu çalışmada anksiyetenin ölçümünde kullanılacak Kaygı Değerlendirme

Ölçeği'nin geçerlik ve güvenilirlik bulgularının ortaya konmuş olması, ölçme sürecine bilimsel dayanak sağlamaktadır (Malakcıoğlu, 2022).

Okul iklimini ve öğrenci ilişkilerini etkileyen bir diğer önemli değişken saldırganlıktır. Saldırganlık; yalnızca fiziksel ya da sözel eylemlerden ibaret görülmemekte, aynı zamanda öfke ve düşmanlık gibi bilişsel-duygusal bileşenleri de kapsayan çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaktadır. Bu yönüyle saldırganlığı yalnızca gözlenen davranış üzerinden değerlendirmek sınırlı kalmakta; davranışın gerisindeki öfke düzeyi ve düşmanca düşünce örüntülerinin de dikkate alınmasını gerekli kılmaktadır. Bu çalışmada saldırganlığın değerlendirilmesinde kullanılacak Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu'nun (Aggression Questionnaire Short Form) Türkçe uyarlamasının psikometrik özelliklerinin ergenler ve yetişkinler üzerinde incelenmiş olması, saldırganlığın güvenilir biçimde ölçülmesine katkı sunmaktadır (Kuzucu & Sarıot-Ertürk, 2020).

Bu çerçevede literatürde öne çıkan tartışma alanlarından biri, lise döneminde kaygı ile saldırganlık arasındaki ilişkinin nasıl şekillendiğidir. Kaygı düzeyindeki artış bazı gençlerde geri çekilme ve kaçınma eğilimini yükseltebilirken, bazı gençlerde stres eşiğini düşürerek irritabiliteyi artırmakta ve tepkisel davranışları güçlendirebilmektedir. Bu ilişkiyi anlamlandırmada öğrencilerin spor yapmaya katılım durumu önemli bir ayırım noktası oluşturabilmektedir. Spor yapan lise öğrencileri, düzenli fiziksel aktivite ve sosyal etkileşim olanakları nedeniyle stresle baş etme ve duygu düzenleme bakımından farklı bir deneyim yaşayabilirken; spor yapmayan öğrencilerde kaygı ve buna eşlik eden davranışsal tepkiler farklı bir görünüm sergileyebilmektedir. Bu nedenle kaygı ile saldırganlığın, Kaygı Değerlendirme Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu gibi geçerlik-güvenirliliği desteklenmiş ölçme araçlarıyla birlikte ele alınması; spor yapan ve yapmayan lise öğrencileri özelinde değişkenlerin düzeylerini ve aralarındaki ilişkinin spor katılımına göre farklılaşıp farklılaşmadığını daha bütüncül biçimde değerlendirmeye katkı sağlayacaktır (Malakcıoğlu, 2022; Kuzucu & Sarıot-Ertürk, 2020).

1.1.1. Problem cümlesi

Bu tez çalışmasında “Spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin kaygı ve saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık var mıdır ve bu öğrencilerde kaygı ile saldırganlık düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki bulunmakta mıdır?” sorusu problem cümlesini oluşturmaktadır.

1.1.2. Alt problemler

Çalışma, nicel araştırma modelinde olup araştırmaya ait alt problemler aşağıda tanımlanmıştır.

- Lise öğrencilerinin kaygı düzeyi ve saldırganlık düzeyi, yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Lise öğrencilerinin kaygı düzeyi ve saldırganlık düzeyi, cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Lise öğrencilerinin kaygı düzeyi ve saldırganlık düzeyi, sınıf değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Lise öğrencilerinin kaygı düzeyi ve saldırganlık düzeyi, spor yapma durumu (spor yapan/spor yapmayan) değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Spor yapan lise öğrencilerinin kaygı düzeyi ve saldırganlık düzeyi, spor branşı değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Spor yapan lise öğrencilerinin kaygı düzeyi ve saldırganlık düzeyi, kaç yıldır spor yaptığına göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Lise öğrencilerinin kaygı düzeyi ve saldırganlık düzeyi, ailenin aylık gelir düzeyine göre anlamlı bir farklılık göstermekte midir?
- Lise öğrencilerinin kaygı düzeyi ile saldırganlık düzeyi arasındaki ilişki ne düzeydedir?

1.2. Araştırmanın Amacı ve Önemi

Bu çalışmada, spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinde kaygı düzeyi ile saldırganlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. İlgili literatür incelendiğinde, spora katılım durumuna göre lise öğrencilerinde kaygı ve saldırganlığın birlikte ele alındığı ve aralarındaki ilişkinin karşılaştırmalı biçimde değerlendirildiği çalışmaların sınırlı olduğu görülmektedir. Bu bağlamda araştırmanın; ergenlik döneminde sık karşılaşılan kaygı ve saldırganlık eğilimlerinin erken dönemde belirlenmesine, risk gruplarının daha doğru tanımlanmasına ve okul ortamında uygulanabilecek koruyucu-önleyici müdahalelerin planlanmasına büyük ölçüde katkı sağlaması beklenmektedir. Bununla birlikte elde edilecek bulguların, rehberlik servisleri ve öğretmenlerin öğrencilerin duygu-davranış süreçlerini daha kapsamlı bir bakışla değerlendirmesine ve öğrencilere yönelik daha etkili psikososyal destek programlarının geliştirilmesine katkı sunması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

1.3. Araştırmanın Varsayımları

- Araştırmada yer alan katılımcıların kendi istekleri doğrultusunda araştırma sorularına dürüst ve içtenlikle cevap verdikleri varsayılmıştır.
- Araştırmada alınan örneklemin evrenin tüm özelliklerini taşıdığı ve evreni temsil ettiği varsayılmıştır.
- Araştırmanın bilgi toplama formlarının araştırmanın amacına hizmet ettiği varsayılmıştır.

1.4. Araştırmanın Sınırlılıkları

Samsun'da 2024-2025 eğitim öğretim yılında öğrenim gören lise öğrencileri ve ankette yer alan bilgi sorularıyla sınırlandırılmıştır.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Sporun Tanımı ve Türleri

Spor, insanın zihinsel ve bedensel sahip olduğu donanımını kullanarak kendisiyle, rakibiyle, doğayla, zaman ve mesafe ile adalet mekanizması çerçevesinde yarıştığı bir etkinlik biçimi olarak tanımlanabilir. Bu etkinlik sürecinde mücadele ve rekabet kavramları sporun temel taşlarını oluştururken, sporun bireyler ve bireylerin meydana getirdiği toplumlar arasındaki sağlıklı ilişkileri geliştirmede, kurallara bağlılık itibar ve sosyal barış gibi değerlerin pekiştirilmesinde önemli bir araç olduğu görülmektedir (Gürpınar & Güven, 2011).

Spor kavramı, yalnızca fiziksel hareketi değil; kurallı/kuralsız biçimde yapılabilen, performans ve beceri geliştirmeyi hedefleyen, rekabet ve/veya iş birliği içerebilen etkinlikleri kapsar. Avrupa Spor Şartı'nda spor; fiziksel uygunluğu, ruhsal iyi oluşu ve sosyal ilişkileri geliştirmeyi amaçlayan organize ya da serbest fiziksel etkinlikler bütünü olarak ele alınmaktadır (Council of Europe, 2021). Sağlık ve davranış bilimlerinde kavramların ayrıştırılması önemlidir: “fiziksel aktivite”, iskelet kaslarıyla üretilen ve enerji harcamasını artıran tüm hareketleri; “egzersiz” ise planlı, yapılandırılmış ve tekrarlı biçimde yapılan, fiziksel uygunluğu geliştirmeyi amaçlayan fiziksel aktivite alt türünü ifade eder (Caspersen vd., 1985). Bu çerçevede, lise öğrencilerinin spora katılımının (örneğin; takım sporu, bireysel spor, okul dışı kulüp sporu) psikolojik sonuçlarının yorumlanmasında kavramsal netlik sağlar.

Şeker'in (2020) tezinde spor; bireyin fiziksel kapasitesini geliştiren, aynı zamanda kurallı rekabet ve toplumsal etkileşim yoluyla değerler, tutumlar ve davranış örüntülerini de şekillendirebilen çok boyutlu bir olgu olarak ele alınmaktadır. Bu çerçevede sporun türleri (bireysel–takım; rekreatif–lisanslı vb.) yalnızca performans düzeyi açısından değil, spor ortamının talep ettiği iletişim, sorumluluk paylaşımı ve duygu düzenleme gereklilikleri bakımından da ayrılmaktadır.

2.1.1. Bireysel sporlar

Bireysel sporlar; performansın doğrudan bireyin beceri, kondisyon ve psikolojik hazırlığına dayandığı, yarışmanın çoğu zaman bireyler arası olduğu sporları ifade eder. Bu bağlamda hedef belirleme, öz-yeterlik, öz-düzenleme ve dikkat kontrolü gibi süreçler daha

görünür hale gelebilir; ancak performans baskısı da daha doğrudan yaşanabilir (Weinberg & Gould, 2019).

2.1.2. Takım sporları

Takım sporlarında performans; bireysel yeterlik kadar grup içi koordinasyon, rol paylaşımı ve iletişime de bağlıdır. Takım sporları, aidiyet ve sosyal destek kanalları üzerinden psikolojik iyi oluşla ilişkilendirilebilir; ayrıca çatışma yönetimi, iş birliği ve iletişim gibi sosyal beceriler için doğal bir uygulama alanı sağlar (Weinberg & Gould, 2019).

2.2. Sporun Ruh Sağlığı Üzerindeki Etkileri

Ergenlik döneminde düzenli spor/egzersiz katılımı, depresif belirtiler ve kaygı başta olmak üzere birçok ruh sağlığı göstergesiyle ilişkili bulunmuştur. Güncel çalışmalar, sporun olası etkilerini yalnızca “enerji boşaltma” ile değil; sosyal bağlılık, öz-yeterlik, beden algısı, uyku düzeni ve stres fizyolojisi gibi çoklu mekanizmalarla açıklamaktadır.

2025: Ergenlerde fiziksel aktivite düzeyinin kaygı ile negatif yönde ilişkili olabildiği ve kaygı düzeyinin bazı olumsuz sonuçlar üzerinde aracı rol üstlenebileceği ifade edilmiştir (Park, 2025).

2016: Çocuk ve ergenlerde fiziksel aktivite/egzersizin ruh sağlığı üzerindeki etkilerini derleyen sistematik incelemelerde, genel eğilimin olumlu yönde olduğu; ancak etki büyüklüklerinin yaş, cinsiyet ve müdahale türüne göre değişebildiği vurgulanmıştır (Lubans vd., 2016).

2013: Spor katılımının psikolojik ve sosyal yararlarını bir arada ele alan sistematik derlemede, spora katılımın benlik saygısı, sosyal bağlılık ve psikolojik iyi oluşla ilişkili olduğu; özellikle düzenli ve yapılandırılmış spor ortamlarının koruyucu potansiyel taşıdığı raporlanmıştır (Eime vd., 2013).

Şeker (2020) sağlıklı spor yapmanın özgüven, yenilgiyi kabul edebilme, sosyalleşme ve mental olarak daha sağlıklı düşünebilme gibi kazanımlar yoluyla bireylerin psikolojik iyi oluşunu destekleyebileceğini; dolayısıyla saldırganlığın doğurabileceği fiziksel ve psikolojik zararların azaltılmasına katkı sunabileceğini vurgulamaktadır.

2.3. Sporun Stres, Kaygı ve Öfke Kontrolü Üzerindeki Rolü

Sporun stres ve kaygı üzerindeki etkisi hem akut (tek seans) hem de kronik (düzenli) düzeyde incelenmektedir. Akut egzersizin durumluk kaygıyı azaltabildiğine yönelik meta-analitik kanıtlar bulunurken; düzenli katılımın duygu düzenleme becerileri ve stresle başa çıkma repertuarı üzerinden daha kalıcı katkılar sağlayabildiği öne sürülmektedir.

Çalışmada; Ortaöğretim öğrencilerinde spor yapan ve yapmayan grupların sınav kaygısı düzeyleri karşılaştırılmış; spor katılımının kaygı göstergeleriyle ilişkili olabileceği tartışılmıştır (Aydın & Güleşce, 2025).

Wu çalışmasında; geniş örneklemli bir çalışmada fiziksel egzersizin ergenlerde sosyal kaygı ile negatif ilişkili olduğu; bu ilişkinin spor öz-yeterliği ve duygu bastırma gibi süreçler üzerinden açıklanabildiği bildirilmiştir (Wu vd., 2025).

2017’de yapılan çalışmada spor yapan öğrencilerde öfke düzeylerinin bazı değişkenlere göre farklılaşabildiği ve düzenli sportif katılımın öfke tepkilerini yönetmede bir bağlam oluşturabileceği raporlanmıştır (İnce & Dever, 2017).

Akandere (2016), beden eğitimi dersine enegre edilen eğitsel oyun programının ergenlerde öfke düzeyleri üzerinde anlamlı değişimlerle ilişkili olabileceği gösterilmiştir.

2015’te Akut egzersizin durumluk kaygı üzerindeki etkilerini inceleyen meta-analizinde, egzersizin kısa vadede kaygıyı azaltma eğilimi gösterdiği rapor edilmiştir (Ensari vd., 2015).

Bununla birlikte sporun kaygı üzerindeki etkisi bağlama duyarlıdır. Budak’ın (2021) spor yaralanması kaygısına odaklanan çalışması, sporcularda kaygının önemli bir kısmının yaralanma riski, yeniden yaralanma endişesi ve performans baskısı etrafında şekillenebildiğini; özellikle son bir yıl içinde yaralanma öyküsü bulunan sporcularda yaralanma kaygısının daha yüksek olabildiğini bildirmektedir. Bu bulgu, sporun stres/kaygı yönetimi açısından koruyucu etkilerinin yanında, rekabet ve riskin arttığı koşullarda kaygıyı yükseltebilecek stresörler de üretebileceğini göstermektedir.

2.4. Sporun Sosyal Beceri ve Öz Düzenleme Üzerindeki Katkıları

Spor ortamları; kurallara uyma, gecikmiş haz, hedefe yönelik çaba, geri bildirim kullanma ve hatadan öğrenme gibi öz-düzenleme bileşenlerini içerir. Takım bağlamında iletişim, empati, iş birliği ve çatışma çözümü gibi sosyal beceriler daha sık devreye girer. Bu nedenle spor katılımı, ergenlerde hem sosyal yeterlik hem de öz-kontrol gelişimiyle ilişkilendirilmektedir.

2025'te yapılan çalışmada; ergenlerde sportmenlik ile öz-kontrol ve bilinçli farkındalık arasındaki ilişkiler incelenmiş; öz-kontrol düzeyi yükseldikçe sportmenlik eğilimlerinin de arttığı bildirilmiştir (İnal, 2025).

Shachar ve arkadaşlarının yaptığı çalışmada spor temelli bir müdahale çalışmasında saldırganlığın azalmasında öz-kontrol becerileri ve duygu süreçlerinin rolüne işaret edilmiştir (Shachar vd., 2016).

2021 yılında yapılan çalışmada okul temelli kaygı (özellikle sınav kaygısı) ile akademik çıktılarının ilişkisini ele alan çalışmalar, kaygının performansı bilişsel yük üzerinden olumsuz etkileyebileceğine işaret etmektedir (Putwain, 2021).

Zeidner çalışmasında; kaygının akademik performans ve öğrenme süreçleriyle ilişkisini kuramsal olarak ele alan klasik kaynaklarda, kaygının “kolaylaştırıcı” ve “engelleyici” etkilerinin bağlam ve bireysel farklılıklarla şekillenebileceği vurgulanmıştır (Zeidner, 1998).

2.5. Kaygı Kavramı ve Ergenlikte Kaygı

Kaygı, belirli bir düzeyde uyumu destekleyebilen bir duygu durum olmakla birlikte, şiddeti ve süresi arttığında kişinin işlevselliğini zorlayabilen bir tabloya dönüşebilmektedir. Nitekim Malakcıoğlu (2022) çalışmasında, aşırı kaygı ile başa çıkmada etkili müdahaleler geliştirmek için kaygının çok boyutlu değerlendirilmesinin ve kaygının yalnızca tek bir belirti alanına indirgenmeden ele alınması gerektiğini vurgulamaktadır (Malakcıoğlu, 2022).

Ergenlikte kaygı hem bedensel gerginlik hem de bilişsel endişe bileşenleriyle görünür olabildiğinden, belirtiler bazen günlük yaşam ve okul uyumunu doğrudan etkileyebilmektedir. Tekgül (2022) çalışmasında, anksiyete bozuklukları çocuk ve ergenlerin en yaygın sorunlarından biri olduğunu bildirmiş ve kaygı bozukluklarının başlangıcına ve seyrine ilişkin olarak çoğunlukla çocukluk veya ergenlikte başlayıp, genelde süregelen bir durum haline geldiği, lise döneminin ise kritik bir izlem alanı olduğuna işaret etmiştir. Küresel yaygınlık verileri de kaygı bozukluklarının çocukluk–ergenlik hattında önemli bir yük oluşturduğunu; geniş örneklemli çalışmalarda kaygı bozukluklarının yaygınlık bakımından öne çıktığını göstermektedir (Kieling vd., 2024). Başka bir çalışmada ise kaygı belirtileri gelişimsel olarak çeşitlenebildiğinden, ergenlerde ayrılma kaygısı, sosyal kaygı, panik benzeri belirtiler ya da yaygın endişe gibi farklı örüntüler bir arada ya da ayrı ayrı görülebilmektedir (Spence vd., 2003). Kaygı

düzeyindeki artışın bazı bireylerde içe çekilme ile bazı bireylerde ise düşük stres toleransı ve öfke tepkileri üzerinden dışa yönelen davranışlarla birlikte görülebilmesi, kaygı ile saldırganlık arasındaki ilişkinin birlikte değerlendirilmesini gerekli kılmaktadır.

2.5.1. Kaygının psikolojik temelleri

Kaygı; bireyin anlık olarak ve gelecekte nasıl ortaya çıkacağı belli olmayan; hatta gerçekleşme ihtimali dahi olmayan, kendine ait bir duruma karşı gösterdiği tedirginlik ve korku duyması olarak ifade edilebilir (Şahin, 2019).

Kaygı, olası bir tehdit algısı karşısında ortaya çıkan; bilişsel (endişe, olumsuz beklenti), fizyolojik (uyarılmışlık) ve davranışsal (kaçınma) bileşenleri olan bir duygulanım durumudur. Bilişsel yaklaşımlar, kaygının sürdürülmesinde tehdit odaklı dikkat yanlılığı, olumsuz otomatik düşünceler ve kaçınma davranışlarının pekiştirici rolüne vurgu yapar (Beck & Clark, 1997). Klinik perspektifte kaygı, işlevsellikte belirgin bozulma yarattığında kaygı bozuklukları başlığı altında değerlendirilir; bu bozukluklarda kaçınma ve güvenlik davranışları kısa vadede rahatlatıcı olsa da uzun vadede kaygının devamına katkı sağlayabilir (Barlow, 2002).

Budak'ın (2021) derlemesine göre kaygı, bireyin tehdit algısı ve belirsizlik değerlendirmeleriyle ilişkili; bedensel gerginlik, huzursuzluk ve olumsuz beklenti bileşenleriyle seyreden bir duygulanım durumudur. Bu yönüyle kaygı, hem bilişsel süreçleri (dikkat, karar verme, tehdit yorumlama) hem de fizyolojik uyarılmışlığı birlikte etkileyerek davranışsal tepkileri şekillendirebilir.

2.5.2. Kaygı türleri

Kaygı çoğunlukla süreklilik ve bağlama göre sınıflanır. En yaygın ayırım, durumluk (anlık, duruma bağlı) ve sürekli (kişilik eğilimi) kaygıdır. Bu ayırım, lise öğrencilerinde spora katılımın “anlık sınav/performans kaygısı” ile “genel kaygı eğilimi” üzerinde farklı örüntüler gösterebileceği varsayımına teorik bir dayanak sağlar.

2.5.2.1. Durumluk kaygı

Durumluk kaygı, belirli bir olay/uyaran karşısında ortaya çıkan geçici kaygı düzeyini ifade eder ve bağlamsal olarak hızlı değişebilir. Ölçme alanında en yaygın araçlardan biri olan STAI, durumluk kaygıyı durumsal uyarılmışlık ve endişe bileşenleriyle birlikte ele alır (Spielberger, 1983).

Budak (2021), durumluk kaygıyı stres yaratan koşullarda ortaya çıkan, şiddeti zamana ve duruma göre değişebilen geçici bir gerginlik/tedirginlik durumu olarak özetlemektedir. Bu tanım, okul ortamında sınav, performans ve sosyal değerlendirme gibi akut stresörlerin ergenlerde kaygıyı kısa süreli olarak yükseltebileceğini düşündürmektedir.

2.5.2.2. Sürekli kaygı

Sürekli kaygı, bireyin farklı durumlarda kaygı yaşamaya yatkınlığını yansıtan görece stabil bir özelliktir. STAI'nin sürekli kaygı formunun yapısı üzerine çalışmalar, ölçeğin kaygı eğilimini güvenilir biçimde yakalayabildiğini; ancak bazı maddelerin depresif duygulanımla örtüşebileceğini tartışmıştır (Bieling vd., 1998).

Budak'ın (2021) değerlendirmesi doğrultusunda sürekli kaygı, bireyin genel eğilimi (kaygıya yatkınlık) ile ilişkili daha kalıcı bir özellik olarak ele alınmakta; çevresel stresörler değişse bile kaygı yaşantısının görece süreklilik gösterebileceği vurgulanmaktadır. Bu açıdan sürekli kaygı, spor yapma davranışının uzun dönemli etkilerini değerlendirmede kritik bir değişkendir.

2.5.2.3. Ergenlik döneminde kaygı

Ergenlik dönemi; biyolojik değişimler, akademik beklentiler ve akran ilişkilerinin yoğunlaştığı bir gelişim evresidir. Bu dönemde kaygının artması, özellikle performans değerlendirmelerinin (sınavlar, sosyal onay) sıklaştığı okul bağlamında daha görünür hale gelebilir. Spor katılımının öz-yeterlik ve sosyal destek kanalları üzerinden koruyucu olabileceği; ancak aşırı rekabet baskısının bazı ergenlerde kaygıyı da tetikleyebileceği dikkate alınmalıdır (Aydın & Güleşce, 2025).

2.6. Kaygının Akademik, Sosyal ve Davranışsal Etkileri

Kaygı düzeyinin yükselmesi, bilişsel kaynakları tüketerek dikkat, çalışma belleği ve problem çözme süreçlerini olumsuz etkileyebilir; bu da akademik performans üzerinde düşüşe yol açabilir. Sosyal alanda kaçınma, akran ilişkilerinde geri çekilme ve sosyal değerlendirilme korkusu görülebilir. Davranışsal düzeyde içe kapanma kadar irritabilite ve öfke tepkilerinde artış da gözlenebilir; bu nedenle kaygı-saldırganlık ilişkisi ergenlikte klinik ve eğitimsel açıdan önem taşır.

Shalayiding ve arkadaşları (2024) tarafından yürütülen çalışmada okul bağlamında kaygı ve uyum göstergelerinin guplara göre farklılık gösterebildiği ve bu bağlamda hedeflenmiş psikososyal destek müdahalelerinin önem taşıdığı vurgulanmıştır.

2.7. Saldırganlık Kavramı ve Ergenlikte Saldırganlık

Saldırganlık, araştırma literatüründe genellikle “başkasına zarar verme niyeti taşıyan davranış” çerçevesinde tanımlanmakta ve çok boyutlu bir yapı olarak ele alınmaktadır. Bu yapı yalnızca fiziksel ve sözel eylemleri değil, öfke ve düşmanlık gibi bilişsel-duygusal bileşenleri de kapsayabilir (Anderson & Bushman, 2002).

Ergenlikte dürtüsellikte dalgalanmalar, akran etkisi ve duygusal yoğunluk, tepkisel saldırganlık açısından hassasiyet yaratabilmektedir. Okul bağlamında saldırgan davranışlar, akran çatışmaları ve disiplin süreçleri üzerinden okul iklimini olumsuz etkileyebilen bir risk alanı olarak değerlendirilir. Bu nedenle saldırganlığın yalnızca “gözlenen davranış” olarak değil, davranışı besleyebilen duygu ve biliş örüntüleriyle birlikte incelenmesi önem taşır.

Organize spor bağlamında yapılan çalışmalar, çevresel özelliklerin antisosyal ve prososyal davranışlarla ilişkili olabildiğini göstererek saldırganlığın bağlama duyarlı yönüne işaret etmektedir (Rutten vd., 2007). Bazı spor türlerinde güç ve mücadele normlarının öne çıkması, ergenlerde sportmenlik dışı tutumlara zemin hazırlayabilecek bir iklim oluşturabilir (Endresen & Olweus, 2005). Bu çerçevede ergenlikte saldırganlık hem bireysel düzenleme becerileri hem de içinde bulunulan sosyal ortamın normlarıyla birlikte düşünülmelidir. Dolayısıyla lise öğrencilerinde saldırganlık, okul temelli önleyici çalışmalar ve sağlıklı sosyal iklim oluşturma hedefleri açısından kritik bir inceleme alanıdır.

2.7.1. Saldırgan davranışların psikolojik ve sosyal temelleri

Saldırganlık, bir başkasına zarar verme niyeti taşıyan davranışları kapsar ve biyolojik yatkınlıklar, öğrenme süreçleri, sosyal normlar ve durumsal tetikleyicilerle açıklanır. Sosyal öğrenme yaklaşımı, saldırganlığın gözlem ve pekiştirme yoluyla öğrenilebileceğini vurgular (Bandura, 1973). Genel Saldırganlık Modeli ise (GAM) kişisel özellikler (örn. mizaç, tutumlar) ve durumsal etkenlerin (örn. provokasyon, rekabet, sosyal ipuçları) biliş, duygu ve fizyolojik uyarılmışlık üzerinden değerlendirildiğini; bu değerlendirme süreçlerinin de saldırgan ya da saldırgan olmayan davranışa dönüştüğünü ileri sürerek

bütüncül bir çerçeve sunar (DeWall vd., 2011). Bu model, ergenlerde kaygı düzeyi yükseldiğinde artan uyarılmışlığın uygun duygu düzenleme stratejileri yoksa saldırgan tepkileri kolaylaştırabileceğini açıklamada yararlıdır.

Şeker (2020) saldırgan tutumların yalnızca bireysel özelliklerle değil; engellenme yaşantıları, sosyal öğrenme süreçleri, akran/rol model etkileri ve içinde bulunulan spor/okul iklimi gibi çevresel etmenlerle birlikte ele alınması gerektiğini belirtmektedir. Bu yaklaşım, lise dönemindeki saldırgan davranışların çok-etmenli bir çerçevede (birey–aile–okul–akran–medya) değerlendirilmesini destekler.

2.7.2. Saldırganlık türleri

Saldırganlık tek boyutlu değildir; fiziksel, sözel ve dolaylı/ilişkisel biçimleri farklı belirleyicilere ve sonuçlara sahip olabilir. Ölçme alanında Buss-Perry Saldırganlık Ölçeği, fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke ve düşmanlık alt boyutlarını kapsayan yaygın bir araçtır (Buss & Perry, 1992).

2.7.2.1. Fiziksel saldırganlık

Fiziksel saldırganlık; vurma, itme, tekmeleme gibi doğrudan bedensel zarar verme davranışlarını içerir. Fiziksel aktivite müdahalelerinin çocuk ve ergenlerde saldırganlığı azaltabileceğine dair meta-analitik bulgular bulunmakla birlikte, spor türü ve temas düzeyi sonuçları farklılaştırabilmektedir (Zhu vd., 2022).

2.7.2.2. Sözel saldırganlık

Sözel saldırganlık; hakaret etme, bağırma, küçümseme gibi ifadelerle zarar verme niyetini yansıtır. Buss-Perry yaklaşımında sözel saldırganlık, saldırganlığın daha görünür ve bağlamsal boyutlarından biri olarak ele alınır ve özellikle akran etkileşimlerinde sıklıkla gözlenebilir (Buss & Perry, 1992).

Sözel saldırganlık da etken saldırganlığın bir alt görünümü olarak; aşağılayıcı, tehditkâr veya incitici ifadeler aracılığıyla zarar verme niyetinin sözlü eylemle dışavurulmasını kapsar (Şeker, 2020).

2.7.2.3. Dolaylı (pasif) saldırganlık

Dolaylı/ilişkisel saldırganlık, bireyin sosyal ilişkilerini hedef alarak dışlama, dedikodu, itibarsızlaştırma gibi yollarla zarar vermeyi içerir. İlişkisel saldırganlık özellikle

ergenlikte akran grubunun önemi arttıkça daha görünür hale gelir ve cinsiyete göre farklı örüntüler gösterebilir (Crick & Grotpeter, 1995).

2.8. Ergenlik Döneminde Saldırgan Davranışlar

Ergenlikte saldırganlık hem gelişimsel dinamikler hem de çevresel stresörlerle birlikte değerlendirilmelidir. Akran statüsü, aile içi iletişim, okul iklimi ve medya maruziyeti gibi etkenler saldırgan davranışları artırabilir. Öte yandan, yapılandırılmış spor ortamları; öz-kontrol, sportmenlik iklimi ve duygu düzenleme becerileri aracılığıyla saldırganlığı azaltma potansiyeli de taşıyabilir.

Aslanyürek & Demircioğlu (2024) tarafından yapılan Ergenlerin saldırgan davranışlarının çeşitli değişkenlere göre incelediği çalışmasında, saldırganlığın çok etmenli yapısı ve risk göstergeleri tartışmıştır.

Kırımoğlu vd. (2008) çalışmalarında Lise öğrencilerinde spora katılım durumuna göre saldırganlık düzeyleri karşılaştırılmış; spor katılımı ile saldırganlık örüntülerinin bazı alt boyutlarda farklılaşabildiğini raporlamışlardır.

2.9. Okul Ortamında Saldırganlığın Yansımaları

Okul ortamında saldırganlık, disiplin sorunları, akran zorbalığı, akademik başarısızlık ve okul terkine kadar uzanabilen geniş bir etki alanına sahiptir. Birleşmiş Milletler Eğitim, Bilim ve Kültür Örgütü (UNESCO)’nun küresel raporu, okul şiddeti ve zorbalığın yaygınlığına dikkat çekmekte ve öğrencilerin psikolojik iyi oluşu üzerinde olumsuz sonuçlar doğurabileceğini vurgulamaktadır (UNESCO, 2019). Bu nedenle kaygı ve saldırganlık değişkenleri, okul iklimi ve akran ilişkileri bağlamında birlikte ele alınmalıdır.

Şeker (2020)’nin yorumları, spor ortamında nitelikli eğitim ve “spor ahlakı/etik” vurgusunun zayıf kalmasının saldırgan tutumları azaltmak yerine artırabileceğini; bu nedenle okul temelli spor faaliyetlerinin içerik ve ikliminin (fair-play, kurallara bağlılık, öğretmen/koç modellemesi) özellikle önemli olduğunu düşündürmektedir.

2.10. Ergenlik Dönemi ve Lise Öğrencileri

Ergenlik dönemi, Dünya Sağlık Örgütü (DSÖ)’nün sınıflamasında genellikle 10–19 yaş aralığını kapsayan bir gelişim evresi olarak ele alınmaktadır (DSÖ, 2024). Lise öğrencileri, ergenlik döneminin özellikle orta ve geç evrelerine denk gelen yıllarda

akademik ve sosyal taleplerin belirgin biçimde arttığı bir okul bağlamında gelişimlerini sürdürmektedir. Bu süreçte biyolojik olgunlaşma ile bilişsel kapasitede ilerleme ve sosyal rollerde çeşitlenme eş zamanlı görülür (DSÖ, 2019).

Sınav baskısı, başarı beklentisi ve gelecek planlaması gibi unsurlar lise döneminde günlük stres yükünü artırabilmektedir. Akran ilişkilerinin önem kazanması ve kimlik arayışının yoğunlaşması, duygulanım dalgalanmalarını daha görünür hâle getirebilir.

DSÖ, 10–19 yaş grubunda “her 7 ergenden 1’inin” bir ruh sağlığı problemi yaşayabildiğini bildirmektedir. Aynı kaynakta depresyon, kaygı ve davranışsal bozuklukların ergenlerde önemli hastalık ve işlev kaybı nedenleri arasında yer aldığı vurgulanmaktadır (DSÖ, 2025).

DSÖ ve Birleşmiş Milletler Çocuklara Yardım Fonu (UNICEF)’in çocuk ve gençlerin ruh sağlığı hizmetlerine erişimine ilişkin yayımladığı rehber içeriklerde de erken dönemde destekleyici müdahalelerin gerekliliği özellikle belirtilmektedir (DSÖ & UNICEF, 2024). Bu nedenle okul, yalnızca akademik öğrenmenin değil; psikolojik iyi oluş göstergelerinin izlenmesi ve risklerin erken fark edilmesi açısından da işlevsel bir ortamdır (UNICEF, 2021).

Dolayısıyla lise öğrencilerinde kaygı ve saldırganlık gibi değişkenlerin birlikte ele alınması, ergenlikteki uyum süreçlerini anlamaya katkı sağlayabilecek bir çerçeve sunmaktadır.

2.11. Spor Yapma Durumu ve Spor Yapan ve Yapmayan Ergenlerin Psikolojik Özellikleri

Spor yapma durumu, öğrencinin düzenli olarak sportif etkinliklere katılıp katılmamasını ve bu katılımın sürekliliğini yansıtan temel bir yaşam tarzı göstergesidir.

Ergenlikte spor katılımı, yalnızca fiziksel gelişimle sınırlı kalmayıp sosyal aidiyet, akran etkileşimi ve yapılandırılmış zaman kullanımı gibi alanları da etkileyebilir (Eime vd., 2013). Organize sporun, ergen ruh sağlığı çıktılarıyla ilişkisini inceleyen sistematik derleme ve meta-analiz bulguları, sporla ilişkili kaygı/depresyon belirtilerinin genellikle daha düşük düzeyde raporlanabildiğini göstermektedir (Panza vd., 2020). Bununla birlikte “spor yapmak” tek tip bir deneyim değildir; branşın niteliği, rekabet düzeyi ve takım kültürü gibi bağlamsal özellikler etkilerin yönünü değiştirebilir. Organize gençlik sporunda çevresel özelliklerin (ör. antrenör-öğrenci ilişkisi, ahlaki iklim) antisosyal ve prososyal davranışlarla ilişkilendirilebildiği gösterilmiştir (Rutten vd., 2007).

Spor yapan öğrencilerde ortaya çıkan davranış örüntülerini yalnızca bireysel özelliklerle açıklamak, spor ortamının etkisini gözden kaçırma riskini doğurabilir. Bazı spor türlerinde güç ve mücadele odaklı normların yoğunlaşması, sportmenlik dışı tutumları besleyebilen bir iklim de oluşturabilir (Endresen & Olweus, 2005). Bu konuda yapılan kapsamlı bir tarama çalışması, spor katılımı ile agresif/şiddet içerikli davranışlar arasındaki ilişkinin bağlama göre değişebildiğini ve bulguların tutarlı olmadığını vurgulamaktadır (Newman vd., 2021). Bu nedenle spor yapan ve spor yapmayan grupları karşılaştırmak, spor katılımının olası koruyucu veya risk artırıcı yönlerini daha net tartışmayı mümkün kılar. Sonuç olarak “spor yapma durumu” araştırmalarda tek bir değişken gibi görünse de içinde farklı yoğunlukları ve bağlamsal bileşenleri barındıran çok katmanlı bir olgudur. Spor deneyiminin süresi ve sporun niteliği (branş), sporun psikolojik değişkenlerle ilişkisini farklılaştırabileceğinden, spor katılımını daha ayrıntılı şekillerde ele almak gereklidir.

2.12. Spor Yapma Durumu Açısından Kaygı–Saldırganlık İlişkisi

Spor katılımı, ergenlerin psikolojik uyumunda koruyucu bir alan oluşturabilse de bu etki çoğu zaman katılımın niteliğine (spor yapma sıklığı, branş türü ve çevresel koşullar) göre değişebilmektedir (Carter vd., 2023). Spor katılımı ile ruh sağlığı arasındaki ilişkinin zaman içinde de karşılıklı biçimde etkilenebildiğini gösteren bulgular, sporun yalnızca anlık değil, süreç içinde değişen bir bağlam olduğunu düşündürmektedir (Chen vd., 2025).

Türkiye’de ortaöğretim öğrencileriyle yapılan güncel bir çalışmada, spor yapan ve yapmayan öğrencilerin sınav kaygısı düzeylerinin karşılaştırılması, spor katılımının kaygı boyutunda ele alınmasının güncel bir araştırma hattı olduğunu göstermektedir (Aydın & Güleşce, 2025). Saldırganlık açısından değerlendirildiğinde, spor temelli müdahalelere ilişkin bir meta-analizde sporun bazı bileşenlerde azalma sağlayabildiği; ancak saldırganlık ve öfke gibi alanlarda etkinin her zaman anlamlı düzeye ulaşmayabildiği raporlanmıştır (Wang vd., 2025). Buna karşılık başka bir sistematik derleme ve meta-analiz, spor müdahalelerinin çocuk ve ergenlerde saldırganlık düzeyini azaltma yönünde genel olarak olumlu bir etkiyle ilişkili olabildiğini ortaya koymuştur (Yang vd., 2023). Gençlik sporunda akran şiddetinin; yaş, antrenman yılı ve spor türü gibi değişkenlerle farklılaşabildiğini gösteren bulgular, spor ortamının yalnızca koruyucu değil, bazı durumlarda risk üretici yönleri de olabileceğini düşündürmektedir (Banjac vd., 2025). Türkiye’de ergen sporcularla yürütülen bir çalışmada saldırganlık düzeylerinin bazı

değişkenlere göre farklılaşmasının raporlanması, spor bağlamında saldırganlığın “tek tip” ele alınmaması gerektiğine işaret etmektedir (Yılmaz vd., 2024).

2.13. Sporun Kaygı ve Saldırganlık Üzerindeki Düzenleyici Rolü

Tezin üçüncü problem sorusu açısından kritik nokta, sporun yalnızca kaygıyı ve saldırganlığı ayrı ayrı etkilemesi değil; aynı zamanda kaygı–saldırganlık ilişkisinin gücünü “düzenleyici” (moderator) bir değişken olarak değiştirebilmesidir. Kuramsal olarak spor; öz-kontrol, sosyal destek ve duygu düzenleme kapasitesini artırarak kaygının saldırgan tepkilere dönüşmesini zayıflatabilir. Bununla birlikte literatürde sporun etkisinin tek yönlü olmadığı; yüksek temas içeren ve aşırı rekabetçi bağlamlarda saldırgan normların pekişebildiği, dolayısıyla program içeriği, koç/öğretmen yaklaşımı ve sportmenlik ikliminin belirleyici olduğu vurgulanmaktadır (Zhu vd., 2022).

Fiziksel aktivitenin saldırganlığı azaltmasında psikososyal süreçlerin rolüne işaret eden çok dalgalı bir modelleme çalışması rapor etmişlerdir (Yue vd., 2025). Ergenlerde spor müdahalelerinin saldırganlık/öfke üzerindeki etkilerini inceleyen meta-analizde; özellikle temassız sporların öfkeyi azaltmada daha belirgin etki gösterebildiği, temaslı sporların sonuçlarının daha heterojen olabildiği bildirilmiştir (Wang vd., 2025).

Fiziksel egzersizin çocuk ve ergenlerde saldırgan davranışı anlamlı düzeyde azaltabildiğini bildiren meta-analiz çalışmalarında, müdahale özellikleri ve demografik değişkenlerin etkiyi düzenleyebileceği raporlamışlardır (Zhao & Wang, 2025).

Spor temelli müdahalelerin zorbalık davranışlarını azaltabildiğini gösteren sistematik derleme çalışmalarında, farklı spor türlerinin farklı mekanizmalarla etkili olabileceği öne sürmüşlerdir (Zhou vd., 2025).

Zhang ve arkadaşları; ergenlerde düzenli egzersizin bazı bağlamlarda zorbalık davranışlarıyla birlikte değişebildiği; bu nedenle spor ortamlarının gözetim ve eğitim ilkeleriyle yapılandırılmasının kritik olduğu belirtmişlerdir (Zhang & Deng, 2024).

Budak, üniversite düzeyinde spor yaralanması kaygısını inceleyen yüksek lisans tezinde, sporcuların spor yaralanması kaygı düzeylerinin özellikle son bir yılda yaralanma öyküsü bulunanlarda daha yüksek olabildiği; yaş gruplarına göre kaygı düzeylerinin farklılaşabildiği rapor etmiştir (Budak, 2021).

Şeker (2020) Harran Üniversitesi örnekleminde yürüttüğü çalışmada, rekreatif spor yapan öğrencilerin saldırganlık tutumu düzeylerinin spor yapmayanlara göre daha yüksek bulunması ve saldırganlık tutumu ile sporda ahlaktan uzaklaşma arasında pozitif ilişki

saptanması, sporun saldırganlığı her koşulda azaltmadığını ve spor etiği ikliminin önemli bir düzenleyici olduğunu düşündürmektedir.



3. YÖNTEM

Bu bölümde oluşturulan araştırma modeli, çalışmaya ait evren ve örneklem, veri toplama araçları ve verilerin analizi ile ilgili bilgiler ayrıntılı olarak açıklanmıştır.

3.1. Araştırma Modeli

Bu araştırmada, ilişkileri tanımlamak ve mevcut durumu ortaya koymak amacıyla nicel araştırma yöntemlerinden betimsel ve ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Bu modellerde istatistiksel teknikler ve anket kullanılarak gruplar üzerinde değişkenlere bağlı olarak çıkan sonuç değerlendirilir (Karasar, 2011).

Betimsel tarama modeli, araştırmacının herhangi bir müdahalede bulunmadan mevcut durumu olduğu gibi ortaya koymayı amaçladığı tarama yaklaşımıdır. Bu modelde amaç; bir grubun/olgunun özelliklerini tanımlamak, betimlemek ve var olan durumu tam ve dikkatli biçimde açıklamaktır (Gurbetoğlu, 2018). İlişkisel tarama modeli ise iki ya da daha fazla nicel değişken arasındaki ilişkinin derecesini belirlemek ve bu ilişkiyi çoğunlukla bir korelasyon katsayısı üzerinden ortaya koymak amacıyla kullanılan bir araştırma desendir (Fraenkel & Wang, 1993). Bu ilişkisel tarama modeli, değişkenler üzerinde herhangi bir müdahalede bulunmadan eldeki değişkenlere göre bir fark olup olmadığını ve ölçeklerin aralarındaki ilişkinin yönünü/düzeyini inceler (Karasar, 2011).

3.2. Araştırmanın Evren ve Örneklemi

Bu araştırmanın evrenini 2024–2025 eğitim-öğretim yılında Samsun ili Millî Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı lisede öğrenim gören öğrenciler oluştururken uygun (kolayda) örnekleme yöntemiyle belirlenen örneklemi ise araştırmaya gönüllü olarak katılan 1096 lise öğrencisi oluşturmaktadır.

Araştırmanın yürütülmesine başlamadan önce ilgili etik kurul onayı (Sayı:E-30640013-108.01-249443) ile kurumsal/uygulama izinleri alınmış olup, bu izin belgeleri tezin Ekler bölümünde sunulmuştur.

3.3. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları 3 bölümden oluşmaktadır. İlk olarak araştırmacı tarafından hazırlanan 'Demografik Bilgiler' yer alırken ikinci bölümünde Malakcıoğlu tarafından 2022'de geliştirilen 'Kaygı Değerlendirme Ölçeği' yer almaktadır. Üçüncü

bölümde ise Kuzucu & Sarıot Ertürk tarafında 2020 de uyarlanan ‘ Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu yer almaktadır.

3.3.1. Demografik bilgiler

Bu bölümde araştırmacı tarafından hazırlanan “Demografik Bilgiler” başlığı altında öğrencilerin yaş, cinsiyet, sınıf, spor yapma durumu, branşı, kaç yıldır spor yaptığı ve aile gelir durumunun yer aldığı anket soruları uygulanmıştır.

3.3.2. Kaygı değerlendirme ölçeği (KDÖ)

Malakcioglu tarafından 2022’de geliştirilen Kaygı Değerlendirme Ölçeği 5’li likert tipinde oluşturulmuş olup 10 maddeden oluşmaktadır. Puanlama olarak 1: Hiç, 2: Çok Nadiren, 3: Bazen, 4: Sıklıkla, 5: Nerdeyse Her Zaman, şeklinde sıralanmaktadır. Ölçek maddeleri arasında ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçek maddeleri toplamından elde edilen en düşük puan 10 en yüksek puan ise 50 puandır.

Kaygı değerlendirme Ölçeği 3 alt boyuttan oluşmaktadır. Fizyolojik gerginlik alt boyutuna ait maddeler 1,4,7 ve 10. maddeler olup en düşük 4 en yüksek 20 puan alınmaktadır. Endişelenme alt boyutuna ait maddeler 2,5 ve 8. maddeler olup en düşük 3 en yüksek ise 15 puan alınmaktadır. Güvende hissetmeme alt boyutuna ait maddeler ise 3,6 ve 9. maddeler olup en düşük 3 en yüksek ise 15 puan alınmaktadır. Genel olarak ölçekten alınan toplam puan arttıkça, bireyin kaygıya ilişkin belirti/yaşantıları daha sık bildirdiği ve buna bağlı olarak kaygı düzeyinin daha yüksek olduğu şeklinde yorumlanır. Malakcioglu tarafından 2022’de geliştirilen Kaygı Değerlendirme Ölçeği’nde Fizyolojik Gerginlik alt boyutuna ait Cronbach’s alfa iç tutarlılık katsayısı 0,770, Endişelenme alt boyutuna ait Cronbach’s alfa iç tutarlılık katsayısı 0,822 ve Güvende hissetmeme alt boyutunda 0,838 olarak elde edilmiştir. Ölçek toplam puanına ait Cronbach’s alfa iç tutarlılık katsayısı ise 0,845 olarak elde edilmiş olup yüksek derecede güvenilir elde edilmiştir.

3.3.3. Saldırganlık ölçeği kısa formu

Kuzucu & Sarıot-Ertürk’ün (2020) uyarladığı AQ-SF (12 maddelik Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu), orijinal olarak Bryant & Smith (2001) tarafından Buss & Perry’nin (1992) 29 maddelik Aggression Questionnaire (AQ) ölçeğinden türetilerek geliştirilmiştir. Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu (AQ-SF) 5’li likert tipinde oluşturulmuş olup 12 maddeden oluşmaktadır. Puanlama olarak 1: Tamamen yanlış, 2: Çoğunlukla yanlış, 3: Ne

yanlış ne doğru, 4: Çoğunlukla doğru, 5: Tamamen doğru, şeklinde sıralanmaktadır. Kısa form oluşturulurken ters puanlanan maddeler çıkarıldığından ölçek maddeleri arasında ters puanlanan madde bulunmamaktadır. Ölçek maddeleri toplamından elde edilen en düşük puan 12 en yüksek puan ise 60 puandır. Genel olarak ölçekten alınan toplam puan arttıkça saldırganlık eğilimi artmaktadır.

Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu 4 alt boyuttan oluşmaktadır. 1,2 ve 3. maddeler Fiziksel saldırganlık alt boyutuna; 4,5 ve 6. maddeler Sözel saldırganlık alt boyutuna; 7,8 ve 9. maddeler Öfke alt boyutuna ve 10, 11 ve 12. maddeler ise Düşmanlık alt boyutuna karşılık gelmektedir. Ölçek alt boyutlarına ait en düşük puan 3 en yüksek puan ise 15'tir. Uyarlama çalışmasında yer alan ergen örnekleminde Fiziksel saldırganlık alt boyutu Cronbach's alfa değeri 0,76, sözel saldırganlık alt boyutu değeri 0,68, Öfke alt boyutu değeri 0,70, Düşmanlık alt boyutu 0,74 ve ölçek toplam puanınınından elde edilen Cronbach's alfa değeri 0,80 olarak elde edilmiştir.

3.3.4. Verilerin analizi

Veriler IBM SPSS v23 programında analiz edildi. Normal dağılım çarpıklık basıklık katsayıları değerlendirilerek incelendi. Cinsiyet değişkenine göre normal dağılım gösteren ölçek alt boyut ve toplam puanları Bağımsız iki örnek t testi ile incelendi. Yaş, sınıf, spor yapma durumu, spor branşı, kaç yıldır spor yaptığı ve ailenin aylık gelir durumu değişkenlerine göre normal dağılım gösteren ölçek alt boyut ve toplam puanlarının karşılaştırılmasında Tek yönlü varyans analizi kullanıldı. Çoklu karşılaştırmalar Duncan testi ile incelendi. Ölçek toplam ve alt boyutları arasındaki ilişki Pearson korelasyon katsayısı ile incelendi. Ölçek maddelerine verilen cevaplara ilişkin iç tutarlılığı kontrol etme amacıyla güvenilirlik katsayılar Cronbach's Alpha ile incelendi. Bağımsız değişkenin bağımlı değişken üzerindeki etkisi lineer regresyon analizi ile incelendi. Nicel değişkenlere ait tanımlayıcı istatistikler aritmetik ortalama $\pm$ standart sapma olarak sunuldu. Kategorik değişkenler ise frekans ve yüzde olarak verildi. Önem düzeyi $p < 0,05$ olarak alındı.

Tablo 3.1. Korelasyon Dağılımı

Korelasyon aralıkları (r)	
<0,20	Çok zayıf
0,20-0,40	Zayıf
0,40-0,60	Orta
0,60-0,80	Yüksek
0,80-1,00	Çok yüksek

4. BULGULAR

Bu tez çalışmasında 2024–2025 eğitim-öğretim yılında Samsun ili Millî Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı liselerde öğrenim gören 561'i erkek ve 535'i kadın toplamda 1096 öğrenci kapsamında belirlenen demografik bilgiler, Kaygı Değerlendirme Ölçeği ve Saldırganlık Ölçeği uygulanarak değerlendirme yapıldı.

Tablo 4.1. Demografik Bilgilere Ait Tanımlayıcı İstatistikler

	Frekans	Yüzde
Yaş		
14 ve altı	294	26,8
15-16	508	46,4
17 ve üstü	294	26,8
Cinsiyet		
Erkek	561	51,2
Kız	535	48,8
Sınıf		
9.sınıf	478	43,6
10.sınıf	219	20,0
11.sınıf	188	17,2
12.sınıf	211	19,3
Spor yapma durumu		
Hiç spor yapmayan	382	34,9
Amatör	637	58,1
Profesyonel	77	7,0
Spor branşı		
Sedanter	406	37,0
Bireysel	261	23,8
Takım	429	39,1
Kaç yıldır spor yapıyor		
Hiç spor yapmıyorum	368	33,6
1-3 yıl	369	33,7
4-6 yıl	197	18,0
7-9 yıl	86	7,8
10 ve üzeri yıl	76	6,9
Ailenin gelir düzeyi		
Düşük	76	6,9
Orta	941	85,9
Yüksek	79	7,2

Yaş değişkenine göre; 14 yaş ve altı olanların oranı %26,8 (n=294), 15-16 yaş olanların oranı %46,4 (n=508) ve 17 yaş ve üzeri olanların oranı %26,8 (n=294) olarak elde edilmiştir. Cinsiyet değişkenine göre; erkek olanların oranı %51,2 (n=561) ve kız olanların oranı %48,8 (n=535) olarak elde edilmiştir. Sınıf değişkenine göre; 9.sınıf olanların oranı %43,6 (n=478), 10.sınıf olanların oranı %20 (n=219), 11.sınıf olanların oranı %17,2 (n=188) ve 12.sınıf olanların oranı %19,3 (n=211) olarak elde edilmiştir. Spor

yapma durumuna göre; hiç spor yapmayanların oranı %34,9 (n=382), amatör olarak yapanların oranı %58,1 (n=637) ve profesyonel olarak yapanların oranı %7 (n=77) olarak elde edilmiştir. Spor branşına göre; sedanter olanların oranı %37 (n=406), bireysel olanların oranı %23,8 (n=261) ve takım olanların oranı %39,1 (n=429) olarak elde edilmiştir. Kaç yıldır spor yapıyor değişkenine göre; hiç spor yapmıyorum diyenlerin oranı %33,6 (n=368), 1-3 yıldır spor yapıyorum diyenlerin oranı %33,7 (n=369), 4-6 yıldır spor yapıyorum diyenlerin oranı %18 (n=197), 7-9 yıldır spor yapıyorum diyenlerin oranı %7,8 (n=86) ve 10 yıl ve üzeridir spor yapıyorum diyenlerin oranı %6,9 (n=76) olarak elde edilmiştir. Ailenin gelir düzeyine göre; düşük olanların oranı %6,9 (n=76), orta olanların oranı %85,9 (n=941) ve yüksek olanların oranı %7,2 (n=79) olarak elde edilmiştir.

Tablo 4.2. Yaşa Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

	Aritmetik Ortalama $\pm$ Standart sapma	Test İstatistiği (F)	p
Fizyolojik Gerginlik			
14 ve altı yaş	7,32 $\pm$ 2,74 ^c	22,554	<0,001
15-16 yaş	8,14 $\pm$ 3,14 ^b		
17 ve üstü yaş	9,03 $\pm$ 3,35 ^a		
Endişelenme			
14 ve altı yaş	6,62 $\pm$ 2,94 ^c	16,782	<0,001
15-16 yaş	7,32 $\pm$ 3,14 ^b		
17 ve üstü yaş	8,09 $\pm$ 3,16 ^a		
Güvende hissetme			
14 ve altı yaş	5,8 $\pm$ 2,39 ^c	16,104	<0,001
15-16 yaş	6,46 $\pm$ 2,83 ^b		
17 ve üstü yaş	7,1 $\pm$ 3,0 ^a		
Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı			
14 ve altı yaş	19,73 $\pm$ 6,96 ^c	23,5	<0,001
15-16 yaş	21,92 $\pm$ 8,18 ^b		
17 ve üstü yaş	24,22 $\pm$ 8,4 ^a		
Fiziksel Saldırganlık			
14 ve altı yaş	5,37 $\pm$ 2,53 ^b	5,578	0,004
15-16 yaş	5,92 $\pm$ 2,77 ^a		
17 ve üstü yaş	6,09 $\pm$ 2,97 ^a		
Sözel Saldırganlık			
14 ve altı yaş	5,07 $\pm$ 2,62 ^b	7,003	0,001
15-16 yaş	5,77 $\pm$ 2,83 ^a		
17 ve üstü yaş	5,79 $\pm$ 2,85 ^a		
Öfke			
14 ve altı yaş	6,2 $\pm$ 3,09 ^c	9,329	<0,001
15-16 yaş	6,85 $\pm$ 3,36 ^b		
17 ve üstü yaş	7,41 $\pm$ 3,7 ^a		
Düşmanlık			
14 ve altı yaş	6,42 $\pm$ 3,52 ^b	7,841	<0,001
15-16 yaş	7,33 $\pm$ 3,71 ^a		
17 ve üstü yaş	7,5 $\pm$ 3,7 ^a		
Saldırganlık Ölçeği Toplam Puan			
14 ve altı yaş	23,06 $\pm$ 9,64 ^b	10,841	<0,001
15-16 yaş	25,87 $\pm$ 10,17 ^a		
17 ve üstü yaş	26,79 $\pm$ 10,99 ^a		

Yaş gruplarına göre Fizyolojik Gerginlik alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 14 ve altı yaş grubunda ortalama puan 7,32, 15-16 yaş grubunda 8,14 ve 17 ve üstü yaş grubunda 9,03 olarak elde edilmiştir. Tüm yaş grupları arasında fark vardır.

Yaş gruplarına göre Endişelenme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 14 ve altı yaş grubunda ortalama puan 6,62, 15-16 yaş grubunda 7,32 ve 17 ve üstü yaş grubunda 8,09 olarak elde edilmiştir. Tüm yaş grupları arasında fark vardır.

Yaş gruplarına göre Güvende hissetme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 14 ve altı yaş grubunda ortalama puan 5,8, 15-16 yaş grubunda 6,46 ve 17 ve üstü yaş grubunda 7,1 olarak elde edilmiştir. Tüm yaş grupları arasında fark vardır.

Yaş gruplarına göre Kaygı Değerlendirme Ölçeği toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 14 ve altı yaş grubunda ortalama puan 19,73, 15-16 yaş grubunda 21,92 ve 17 ve üstü yaş grubunda 24,22 olarak elde edilmiştir. Tüm yaş grupları arasında fark vardır.

Yaş gruplarına göre Fiziksel Saldırganlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,004$). 14 ve altı yaş grubunda ortalama puan 5,37, 15-16 yaş grubunda 5,92 ve 17 ve üstü yaş grubunda 6,09 olarak elde edilmiştir. 15-16 yaş grubu ile 17 ve üstü yaş grubu arasında fark yok iken 14 ve altı yaş grubu ile diğer yaş grupları arasında fark vardır.

Yaş gruplarına göre Sözel Saldırganlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,001$). 14 ve altı yaş grubunda ortalama puan 5,07, 15-16 yaş grubunda 5,77 ve 17 ve üstü yaş grubunda 5,79 olarak elde edilmiştir. 15-16 yaş grubu ile 17 ve üstü yaş grubu arasında fark yok iken 14 ve altı yaş grubu ile diğer yaş grupları arasında fark vardır.

Yaş gruplarına göre Öfke alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 14 ve altı yaş grubunda ortalama puan 6,2, 15-16 yaş grubunda 6,85 ve 17 ve üstü yaş grubunda 7,41 olarak elde edilmiştir. Tüm yaş grupları arasında fark vardır.

Yaş gruplarına göre Düşmanlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 14 ve altı yaş grubunda ortalama puan 6,42, 15-16 yaş grubunda 7,33 ve 17 ve üstü yaş grubunda 7,5 olarak elde edilmiştir. 15-16 yaş grubu ile

17 ve üstü yaş grubu arasında fark yok iken 14 ve altı yaş grubu ile diğer yaş grupları arasında fark vardır.

Yaş gruplarına göre Saldırganlık Ölçeği toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 14 ve altı yaş grubunda ortalama puan 23,06, 15-16 yaş grubunda 25,87 ve 17 ve üstü yaş grubunda 26,79 olarak elde edilmiştir. 15-16 yaş grubu ile 17 ve üstü yaş grubu arasında fark yok iken 14 ve altı yaş grubu ile diğer yaş grupları arasında fark vardır.

Tablo 4.3. Cinsiyete Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

	Erkek	Kadın	Test İstatistiği	p^x
	Aritmetik Ortalama ± Standart Sapma	Aritmetik Ortalama ± Standart Sapma	(t)	
Fizyolojik Gerginlik	7,86 ± 3,02	8,48 ± 3,26	-3,274	0,001
Endişelenme	6,61 ± 2,95	8,1 ± 3,15	-8,046	<0,001
Güvende hissetme	5,92 ± 2,76	7,01 ± 2,75	-6,591	<0,001
Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı	20,39 ± 7,76	23,59 ± 8,13	-6,677	<0,001
Fiziksel Saldırganlık	6,3 ± 2,93	5,31 ± 2,51	-6,01	<0,001
Sözel Saldırganlık	5,63 ± 2,8	5,55 ± 2,79	0,428	0,668
Öfke	6,49 ± 3,32	7,17 ± 3,47	-3,325	0,001
Düşmanlık	6,78 ± 3,56	7,49 ± 3,78	-3,328	0,001
Saldırganlık Ölçeği Toplam Puan	25,2 ± 10,51	25,54 ± 10,19	-0,541	0,589

*Bağımsız iki örnek t testi

Cinsiyete göre Fizyolojik Gerginlik alt boyutu ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,001$). Erkek öğrencilerde Fizyolojik Gerginlik ortalama değeri 7,86 iken kız öğrencilerde 8,48 olarak elde edilmiştir. Fizyolojik Gerginlik puanı kız öğrencilerde daha yüksektir. Cinsiyete göre Endişelenme alt boyutu ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). Erkek öğrencilerde Endişelenme ortalama değeri 6,61 iken kız öğrencilerde 8,1 olarak elde edilmiştir. Endişelenme puanı kız öğrencilerde daha yüksektir. Cinsiyete göre Güvende hissetme alt boyutu ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). Erkek öğrencilerde Güvende hissetme ortalama değeri 5,92 iken kız öğrencilerde 7,01 olarak elde edilmiştir. Güvende hissetme puanı kız öğrencilerde daha yüksektir. Cinsiyete göre Kaygı Değerlendirme Ölçeği toplam puanı ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). Erkek öğrencilerde Kaygı Değerlendirme Ölçeği toplam puanı ortalama değeri 20,39 iken kız öğrencilerde 23,59

olarak elde edilmiştir. Kaygı Değerlendirme Ölçeği toplam puanı kız öğrencilerde daha yüksektir.

Cinsiyete göre Fiziksel Saldırganlık alt boyutu ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). Erkek öğrencilerde Fiziksel Saldırganlık ortalama değeri 6,3 iken kız öğrencilerde 5,31 olarak elde edilmiştir. Fiziksel Saldırganlık puanı erkek öğrencilerde daha yüksektir.

Cinsiyete göre Sözel Saldırganlık alt boyutu ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,668$). Erkek öğrencilerde Sözel Saldırganlık ortalama değeri 5,63 iken kız öğrencilerde 5,55 olarak elde edilmiştir.

Cinsiyete göre Öfke alt boyutu ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,001$). Erkek öğrencilerde Öfke ortalama değeri 6,49 iken kız öğrencilerde 7,17 olarak elde edilmiştir. Öfke puanı kız öğrencilerde daha yüksektir.

Cinsiyete göre Düşmanlık alt boyutu ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,001$). Erkek öğrencilerde Düşmanlık ortalama değeri 6,78 iken kız öğrencilerde 7,49 olarak elde edilmiştir. Düşmanlık puanı kadınlar öğrencilerde daha yüksektir.

Cinsiyete göre Saldırganlık Ölçeği toplam puanı ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,589$). Erkek öğrencilerde Saldırganlık Ölçeği toplam puanı ortalama değeri 25,2 iken kız öğrencilerde 25,54 olarak elde edilmiştir.

Tablo 4.4. Sınıflara Göre Ölçek Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması

	Aritmetik Ortalama $\pm$ Standart sapma	Test İstatistiği (F)	p
Fizyolojik Gerginlik			
9.sınıf	2,81 $\pm$ 0,13 ^c	20,470	<0,001
10.sınıf	3,26 $\pm$ 0,22 ^b		
11.sınıf	3,01 $\pm$ 0,22 ^b		
12.sınıf	3,49 $\pm$ 0,24 ^a		
Endişelenme			
9.sınıf	2,94 $\pm$ 0,13 ^c	15,762	<0,001
10.sınıf	3,38 $\pm$ 0,23 ^b		
11.sınıf	3,01 $\pm$ 0,22 ^c		
12.sınıf	3,09 $\pm$ 0,21 ^a		
Güvende hissetme			
9.sınıf	2,46 $\pm$ 0,11 ^c	16,892	<0,001
10.sınıf	2,93 $\pm$ 0,2 ^b		
11.sınıf	2,84 $\pm$ 0,21 ^c		
12.sınıf	3,07 $\pm$ 0,21 ^a		

	Aritmetik Ortalama $\pm$ Standart sapma	Test İstatistiği (F)	p
Kaygı Değerlendirme Ölçeği toplam puanı			
9.sınıf	7,2 $\pm$ 0,33 ^d		
10.sınıf	8,59 $\pm$ 0,58 ^a	22,434	<0,001
11.sınıf	7,82 $\pm$ 0,57 ^c		
12.sınıf	8,56 $\pm$ 0,59 ^b		
Fiziksel Saldırganlık			
9.sınıf	2,57 $\pm$ 0,12 ^b		
10.sınıf	2,97 $\pm$ 0,2 ^a	5,165	0,002
11.sınıf	2,65 $\pm$ 0,19 ^b		
12.sınıf	3,03 $\pm$ 0,21 ^a		
Sözel Saldırganlık			
9.sınıf	2,63 $\pm$ 0,12 ^b		
10.sınıf	3,02 $\pm$ 0,2 ^a	5,591	0,001
11.sınıf	2,67 $\pm$ 0,19 ^b		
12.sınıf	2,94 $\pm$ 0,2 ^a		
Öfke			
9.sınıf	3,06 $\pm$ 0,14 ^c		
10.sınıf	3,67 $\pm$ 0,25 ^{ab}	7,381	<0,001
11.sınıf	3,56 $\pm$ 0,26 ^{bc}		
12.sınıf	3,58 $\pm$ 0,25 ^a		
Düşmanlık			
9.sınıf	3,45 $\pm$ 0,16 ^c		
10.sınıf	4,04 $\pm$ 0,27 ^{ab}	5,361	0,001
11.sınıf	3,7 $\pm$ 0,27 ^{bc}		
12.sınıf	3,69 $\pm$ 0,25 ^a		
Saldırganlık Ölçeği toplam puanı			
9.sınıf	9,5 $\pm$ 0,43 ^b		
10.sınıf	11,13 $\pm$ 0,75 ^a	8,776	<0,001
11.sınıf	10,28 $\pm$ 0,75 ^b		
12.sınıf	10,87 $\pm$ 0,75 ^a		

*Tek yönlü varyans analizi (ANOVA); Çoklu karşılaştırmalar Duncan testi ile incelendi. ^{a-d}: Aynı harfe sahip sınıflar arasında fark yoktur.

Sınıflara göre Fizyolojik Gerginlik alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 9.sınıf için ortalama puan 2,81, 10.sınıf için ortalama puan 3,26, 11.sınıf için ortalama puan 3,01 ve 12.sınıf için ortalama puan 3,49 olarak elde edilmiştir. 9. sınıflar ile tüm sınıflar arasında fark vardır. 10. sınıf ile 11. sınıf arasında fark yok iken 10. sınıf ile 12. sınıf arasında fark vardır. 11. sınıf ile 12. sınıf arasında fark vardır.

Sınıflara göre Endişelenme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 9.sınıf için ortalama puan 2,94, 10.sınıf için ortalama puan 3,38, 11.sınıf için ortalama puan 3,01 ve 12.sınıf için ortalama puan 3,09 olarak elde edilmiştir. 9. sınıflar ile 11. sınıflar arasında fark yok iken diğer tüm sınıflar arasında fark vardır.

Sınıflara göre Güvende hissetme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 9.sınıf için ortalama puan 2,46, 10.sınıf için ortalama puan 2,93, 11.sınıf için ortalama puan 2,84 ve 12.sınıf için ortalama puan 3,07 olarak elde edilmiştir. 9. sınıflar ile 11. sınıflar arasında fark yok iken diğer tüm sınıflar arasında fark vardır.

Sınıflara göre Kaygı Değerlendirme Ölçeği toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 9.sınıf için ortalama puan 7,2, 10.sınıf için ortalama puan 8,59, 11.sınıf için ortalama puan 7,82 ve 12.sınıf için ortalama puan 8,56 olarak elde edilmiştir. Tüm sınıflar birbirinden farklıdır.

Sınıflara göre Fiziksel Saldırganlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,002$). 9.sınıf için ortalama puan 2,57, 10.sınıf için ortalama puan 2,97, 11.sınıf için ortalama puan 2,65 ve 12.sınıf için ortalama puan 3,03 olarak elde edilmiştir. 9. sınıf ile 11. sınıf arasında fark yoktur. 10. sınıf ile 12. sınıf arasında fark yoktur. Diğer durumlarda sınıflar arasında fark vardır.

Sınıflara göre Sözel Saldırganlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,001$). 9.sınıf için ortalama puan 2,63, 10.sınıf için ortalama puan 3,02, 11.sınıf için ortalama puan 2,67 ve 12.sınıf için ortalama puan 2,94 olarak elde edilmiştir. 9. sınıf ile 11. sınıf arasında fark yoktur. 10. sınıf ile 12. sınıf arasında fark yoktur. Diğer durumlarda sınıflar arasında fark vardır.

Sınıflara göre Öfke alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 9.sınıf için ortalama puan 3,06, 10.sınıf için ortalama puan 3,67, 11.sınıf için ortalama puan 3,56 ve 12.sınıf için ortalama puan 3,58 olarak elde edilmiştir. 9. sınıf ile 11. sınıf arasında fark yok iken 9. sınıf ile diğer tüm sınıflar arasında fark vardır. 10. sınıf ile 11 ve 12. sınıf arasında fark yok iken 11. sınıf ile 12. sınıf arasında fark vardır.

Sınıflara göre Düşmanlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,001$). 9.sınıf için ortalama puan 3,45, 10.sınıf için ortalama puan 4,04, 11.sınıf için ortalama puan 3,7 ve 12.sınıf için ortalama puan 3,69 olarak elde edilmiştir. 9. sınıf ile 11. sınıf arasında fark yok iken 9. sınıf ile diğer tüm sınıflar arasında fark vardır. 10. sınıf ile 11 ve 12. sınıf arasında fark yok iken 11. sınıf ile 12. sınıf arasında fark vardır.

Sınıflara göre Saldırganlık Ölçeği toplam puanı ortalama değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). 9.sınıf için ortalama puan 9,5, 10.sınıf için ortalama puan 11,13, 11.sınıf için ortalama puan 10,28 ve 12.sınıf için ortalama puan

10,87 olarak elde edilmiştir. 9. sınıf ile 11. sınıf arasında fark yoktur. 10. sınıf ile 12. sınıf arasında fark yoktur. Diğer durumlarda sınıflar arasında fark vardır.

Tablo 4.5. Spor Yapma Durumuna Göre Ölçek Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması

	Aritmetik Ortalama $\pm$ Standart sapma	Test İstatistiği (F)	p
Fizyolojik Gerginlik			
Hiç spor yapmayan	7,95 $\pm$ 3,37		
Amatör	8,26 $\pm$ 2,98	1,279	0,279
Profesyonel	8,34 $\pm$ 3,5		
Endişelenme			
Hiç spor yapmayan	7,53 $\pm$ 3,2		
Amatör	7,27 $\pm$ 3,05	1,362	0,257
Profesyonel	6,99 $\pm$ 3,44		
Güvende hissetme			
Hiç spor yapmayan	6,54 $\pm$ 2,9		
Amatör	6,42 $\pm$ 2,74	0,431	0,650
Profesyonel	6,26 $\pm$ 2,93		
Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı			
Hiç spor yapmayan	22,03 $\pm$ 8,55		
Amatör	21,95 $\pm$ 7,75	0,095	0,909
Profesyonel	21,58 $\pm$ 8,69		
Fiziksel Saldırganlık			
Hiç spor yapmayan	5,48 $\pm$ 2,75 ^b		
Amatör	5,92 $\pm$ 2,7 ^b	6,560	0,001
Profesyonel	6,61 $\pm$ 3,32 ^a		
Sözel Saldırganlık			
Hiç spor yapmayan	5,54 $\pm$ 2,83		
Amatör	5,57 $\pm$ 2,69	1,144	0,319
Profesyonel	6,05 $\pm$ 3,43		
Öfke			
Hiç spor yapmayan	6,75 $\pm$ 3,5		
Amatör	6,86 $\pm$ 3,29	0,164	0,849
Profesyonel	6,94 $\pm$ 3,95		
Düşmanlık			
Hiç spor yapmayan	7,04 $\pm$ 3,82		
Amatör	7,18 $\pm$ 3,53	0,194	0,823
Profesyonel	7,19 $\pm$ 4,19		
Saldırganlık Ölçeği Toplam Puanı			
Hiç spor yapmayan	24,8 $\pm$ 10,83		
Amatör	25,53 $\pm$ 9,71	1,395	0,251
Profesyonel	26,79 $\pm$ 12,76		

*Tek yönlü varyans analizi (ANOVA); Çoklu karşılaştırmalar Duncan testi ile incelendi. ^{a-b}: Aynı harfe sahip spor yapma durumları arasında fark yoktur.

Spor yapma durumuna göre Fizyolojik Gerginlik alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,279$). Hiç spor yapmayan grupta ortalama puan 7,95, Amatör grupta 8,26 ve Profesyonel grupta 8,34 olarak elde edilmiştir.

Spor yapma durumuna göre Endişelenme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,257$). Hiç spor yapmayan grupta ortalama puan 7,53, Amatör grupta 7,27 ve Profesyonel grupta 6,99 olarak elde edilmiştir.

Spor yapma durumuna göre Güvende hissetme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,650$). Hiç spor yapmayan grupta ortalama puan 6,54, Amatör grupta 6,42 ve Profesyonel grupta 6,26 olarak elde edilmiştir.

Spor yapma durumuna göre Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,909$). Hiç spor yapmayan grupta ortalama puan 22,03, Amatör grupta 21,95 ve Profesyonel grupta 21,58 olarak elde edilmiştir.

Spor yapma durumuna göre Fiziksel Saldırganlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,001$). Hiç spor yapmayan grupta ortalama puan 5,48, Amatör grupta 5,92 ve Profesyonel grupta 6,61 olarak elde edilmiştir.

Spor yapma durumuna göre Sözel Saldırganlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,319$). Hiç spor yapmayan grupta ortalama puan 5,54, Amatör grupta 5,57 ve Profesyonel grupta 6,05 olarak elde edilmiştir.

Spor yapma durumuna göre Öfke alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,849$). Hiç spor yapmayan grupta ortalama puan 6,75, Amatör grupta 6,86 ve Profesyonel grupta 6,94 olarak elde edilmiştir.

Spor yapma durumuna göre Düşmanlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,823$). Hiç spor yapmayan grupta ortalama puan 7,04, Amatör grupta 7,18 ve Profesyonel grupta 7,19 olarak elde edilmiştir.

Spor yapma durumuna göre Saldırganlık Ölçeği Toplam Puanı puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,251$). Hiç spor yapmayan grupta ortalama puan 24,8, Amatör grupta 25,53 ve Profesyonel grupta 26,79 olarak elde edilmiştir.

Tablo 4.6. Spor Branşına Göre Ölçek Toplam ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

	Aritmetik Ortalama $\pm$ Standart sapma	Test İstatistiği (F)	p
Fizyolojik Gerginlik			
Sedanter	8,05 $\pm$ 3,34 ^b	9,785	<0,001
Bireysel	8,89 $\pm$ 3,57 ^a		
Takım	7,82 $\pm$ 2,6 ^b		
Endişelenme			
Sedanter	7,56 $\pm$ 3,23 ^a	11,299	<0,001
Bireysel	7,87 $\pm$ 3,36 ^a		
Takım	6,8 $\pm$ 2,81 ^b		

	Aritmetik Ortalama $\pm$ Standart sapma	Test İstatistiği (F)	p
Güvende hissetmeme			
Sedanter	6,5 $\pm$ 2,85 ^b	13,596	<0,001
Bireysel	7,13 $\pm$ 3,07 ^a		
Takım	6 $\pm$ 2,5 ^c		
Kaygı Değerlendirme Ölçeği toplam puanı			
Sedanter	22,11 $\pm$ 8,46 ^b	13,677	<0,001
Bireysel	23,89 $\pm$ 8,93 ^a		
Takım	20,62 $\pm$ 6,88 ^c		
Fiziksel Saldırganlık			
Sedanter	5,5 $\pm$ 2,76 ^b	5,546	0,004
Bireysel	6,23 $\pm$ 3,02 ^a		
Takım	5,86 $\pm$ 2,6 ^{ab}		
Sözel Saldırganlık			
Sedanter	5,61 $\pm$ 2,85 ^{ab}	3,752	0,024
Bireysel	5,95 $\pm$ 3 ^a		
Takım	5,35 $\pm$ 2,58 ^b		
Öfke			
Sedanter	6,7 $\pm$ 3,39	1,026	0,359
Bireysel	7,08 $\pm$ 3,55		
Takım	6,79 $\pm$ 3,33		
Düşmanlık			
Sedanter	7,1 $\pm$ 3,79	1,293	0,275
Bireysel	7,44 $\pm$ 3,85		
Takım	6,98 $\pm$ 3,46		
Saldırganlık Ölçeği toplam puan			
Sedanter	24,92 $\pm$ 10,84	2,858	0,058
Bireysel	26,7 $\pm$ 10,93		
Takım	24,97 $\pm$ 9,44		

*Tek yönlü varyans analizi (ANOVA); Çoklu karşılaştırmalar Duncan testi ile incelendi. ^{a-c}: Aynı harfe sahip spor branşları arasında fark yoktur.

Spor branşına göre Fizyolojik Gerginlik alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,001$). Sedanter olarak ortalama puan 8,05, Bireysel olarak 8,89 ve Takım olarak 7,82 olarak elde edilmiştir. Takım ve sedanter olanlar arasında fark yok iken bireysel spor branşı diğer kategorilerden farklıdır.

Spor branşına göre Endişelenme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,001$). Sedanter olarak ortalama puan 7,56, Bireysel olarak 7,87 ve Takım olarak 6,8 olarak elde edilmiştir. Sedanter ve bireysel olanlar arasında fark yok iken takım olanlar diğer kategorilerden farklıdır.

Spor branşına göre Güvende hissetmeme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,001$). Sedanter olarak ortalama puan 6,5, Bireysel olarak 7,13 ve Takım olarak 6 olarak elde edilmiştir. Tüm spor branşları arasında fark vardır.

Spor branşına göre Kaygı Değerlendirme Ölçeği toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p < 0,001$). Sedanter olarak ortalama puan 22,11, Bireysel

olarak 23,89 ve Takım olarak 20,62 olarak elde edilmiştir. Tüm spor branşları arasında fark vardır. Spor branşına göre Fiziksel Saldırganlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,004$). Sedanter olarak ortalama puan 5,5, Bireysel olarak 6,23 ve Takım olarak 5,86 olarak elde edilmiştir. Sedanter ve bireysel branşlar arasında fark var iken takım branşı ile diğer kategoriler arasında fark yoktur.

Spor branşına göre Sözel Saldırganlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,024$). Sedanter olarak ortalama puan 5,61, Bireysel olarak 5,95 ve Takım olarak 5,35 olarak elde edilmiştir. Takım ve bireysel spor branşları arasında fark var iken sedanter spor branşı ile diğer kategoriler arasında fark yoktur.

Spor branşına göre Öfke alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,359$). Sedanter olarak ortalama puan 6,7, Bireysel olarak 7,08 ve Takım olarak 6,79 olarak elde edilmiştir.

Spor branşına göre Düşmanlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,275$). Sedanter olarak ortalama puan 7,1, Bireysel olarak 7,44 ve Takım olarak 6,98 olarak elde edilmiştir.

Spor branşına göre Saldırganlık Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,058$). Sedanter olarak ortalama puan 24,92, Bireysel olarak 26,7 ve Takım olarak 24,97 olarak elde edilmiştir.

Tablo 4.7. Ailenin Gelir Durumuna Göre Ölçek Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması

	Aritmetik Ortalama $\pm$ Standart sapma	Test İstatistiği (F)	p
Fizyolojik Gerginlik			
Düşük	9,12 $\pm$ 4,55 ^a		
Orta	8,07 $\pm$ 3,0 ^b	4,095	0,017
Yüksek	8,35 $\pm$ 3,19 ^{ab}		
Endişelenme			
Düşük	8,29 $\pm$ 3,87 ^a		
Orta	7,29 $\pm$ 3,04 ^b	4,068	0,017
Yüksek	7,01 $\pm$ 3,39 ^b		
Güvende hissetmeme			
Düşük	7,16 $\pm$ 3,64		
Orta	6,38 $\pm$ 2,73	2,926	0,054
Yüksek	6,65 $\pm$ 2,74		
Kaygı Değerlendirme Ölçeği			
Toplam Puanı			
Düşük	24,57 $\pm$ 11,19 ^a		
Orta	21,73 $\pm$ 7,75 ^b	4,335	0,013
Yüksek	22,01 $\pm$ 8,29 ^b		
Fiziksel Saldırganlık			
Düşük	6,45 $\pm$ 3,61 ^a		
Orta	5,7 $\pm$ 2,65 ^b	5,595	0,004
Yüksek	6,56 $\pm$ 3,15 ^a		

	Aritmetik Ortalama $\pm$ Standart sapma	Test İstatistiği (F)	p
Sözel Saldırganlık			
Düşük	6,41 $\pm$ 3,63 ^a		
Orta	5,51 $\pm$ 2,7 ^b	3,946	0,020
Yüksek	5,81 $\pm$ 2,86 ^{ab}		
Öfke			
Düşük	7,22 $\pm$ 4,03		
Orta	6,76 $\pm$ 3,32	1,291	0,276
Yüksek	7,24 $\pm$ 3,8		
Düşmanlık			
Düşük	8,7 $\pm$ 4,54 ^a		
Orta	6,98 $\pm$ 3,54 ^b	7,906	<0,001
Yüksek	7,38 $\pm$ 4,08 ^b		
Saldırganlık Ölçeği			
Toplam Puan			
Düşük	28,78 $\pm$ 13,83 ^a		
Orta	24,95 $\pm$ 9,95 ^b	5,901	0,003
Yüksek	26,99 $\pm$ 10,54 ^{ab}		

*Tek yönlü varyans analizi (ANOVA); Çoklu karşılaştırmalar Duncan testi ile incelendi. ^{a-b}: Aynı harfe sahip gelir düzeyleri arasında fark yoktur.

Ailenin gelir durumuna göre Fizyolojik Gerginlik alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,017$). Düşük gelir olanlarda ortalama puan 9,12, orta gelir olanlarda 8,07 ve yüksek gelir olanlarda 8,35 olarak elde edilmiştir. Gelir düzeyi düşük olanlar ile orta gelirli olanlar arasında fark var iken geliri yüksek olanlar ile diğer gruplar arasında fark yoktur.

Ailenin gelir durumuna göre Endişelenme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,017$). Düşük gelir olanlarda ortalama puan 8,29, orta gelir olanlarda 7,29 ve yüksek gelir olanlarda 7,01 olarak elde edilmiştir. Gelir düzeyi orta olanlar ile yüksek olanlar arasında fark yok iken düşük gelirli olanlar ile diğer gelir durumları arasında fark vardır.

Ailenin gelir durumuna göre Güvende hissetmeme alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,054$). Düşük gelir olanlarda ortalama puan 7,16, orta gelir olanlarda 6,38 ve yüksek gelir olanlarda 6,65 olarak elde edilmiştir.

Ailenin gelir durumuna göre Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,013$). Düşük gelir olanlarda ortalama puan 24,57, orta gelir olanlarda 21,73 ve yüksek gelir olanlarda 22,01 olarak elde edilmiştir. Gelir düzeyi orta olanlar ile yüksek olanlar arasında fark yok iken düşük gelirli olanlar ile diğer gelir durumları arasında fark vardır.

Ailenin gelir durumuna göre Fiziksel Saldırganlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,004$). Düşük gelir olanlarda ortalama puan

6,45, orta gelir olanlarda 5,7 ve yüksek gelir olanlarda 6,56 olarak elde edilmiştir. Gelir durumu düşük ve yüksek olanlar arasında fark yok iken orta gelirli olanlar ile diğer gelir durumları arasında fark vardır.

Ailenin gelir durumuna göre Sözel Saldırganlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,020$). Düşük gelir olanlarda ortalama puan 6,41, orta gelir olanlarda 5,51 ve yüksek gelir olanlarda 5,81 olarak elde edilmiştir. Gelir durumu düşük ve orta olanlar arasında fark var iken yüksek gelirli olanlar ile diğer gelir durumları arasında fark yoktur.

Ailenin gelir durumuna göre Öfke alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark yoktur ($p=0,276$). Düşük gelir olanlarda ortalama puan 7,22, orta gelir olanlarda 6,76 ve yüksek gelir olanlarda 7,24 olarak elde edilmiştir.

Ailenin gelir durumuna göre Düşmanlık alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p<0,001$). Düşük gelir olanlarda ortalama puan 8,7, orta gelir olanlarda 6,98 ve yüksek gelir olanlarda 7,38 olarak elde edilmiştir. Gelir durumu orta ve yüksek olanlar arasında fark yok iken düşük gelirli olanlar ile diğer gelir durumları arasında fark vardır.

Ailenin gelir durumuna göre Saldırganlık Ölçeği Toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır ($p=0,003$). Düşük gelir olanlarda ortalama puan 28,78, orta gelir olanlarda 24,95 ve yüksek gelir olanlarda 26,99 olarak elde edilmiştir. Gelir durumu düşük ve orta olanlar arasında fark var iken yüksek gelirli olanlar ile diğer gelir durumları arasında fark yoktur.

Tablo 4.8. Ölçek Toplam ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

	Fiziksel Saldırganlık		Sözel Saldırganlık		Öfke		Düşmanlık		Saldırganlık Ölçeği Toplam Puan	
	r	p	r	p	r	p	r	p	r	p
Fizyolojik Gerginlik	0,327	<0,001	0,406	<0,001	0,423	<0,001	0,524	<0,001	0,523	<0,001
Endişelenme	0,243	<0,001	0,360	<0,001	0,396	<0,001	0,558	<0,001	0,491	<0,001
Güvende hissetmeme	0,275	<0,001	0,408	<0,001	0,423	<0,001	0,523	<0,001	0,509	<0,001
Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı	0,317	<0,001	0,439	<0,001	0,465	<0,001	0,601	<0,001	0,571	<0,001

*Pearson korelasyon katsayısı

Fizyolojik Gerginlik ile Fiziksel Saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü zayıf bir ilişki vardır ($r=0,327$; $p<0,001$). Fizyolojik Gerginlik ile Sözel Saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette

bir ilişki vardır ($r=0,406$; $p<0,001$). Fizyolojik Gerginlik ile Öfke puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,423$; $p<0,001$). Fizyolojik Gerginlik ile Düşmanlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,524$; $p<0,001$). Fizyolojik Gerginlik ile Saldırganlık Ölçeği Toplam Puan puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,523$; $p<0,001$).

Endişelenme ile Fiziksel Saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü zayıf bir ilişki vardır ($r=0,243$; $p<0,001$). Endişelenme ile Sözel Saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü zayıf bir ilişki vardır ($r=0,36$; $p<0,001$). Endişelenme ile Öfke puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü zayıf bir ilişki vardır ($r=0,396$; $p<0,001$). Endişelenme ile Düşmanlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,558$; $p<0,001$). Endişelenme ile Saldırganlık Ölçeği Toplam Puan puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,491$; $p<0,001$).

Güvende hissetmeme ile Fiziksel Saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü zayıf bir ilişki vardır ($r=0,275$; $p<0,001$). Güvende hissetmeme ile Sözel Saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,408$; $p<0,001$). Güvende hissetmeme ile Öfke puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,423$; $p<0,001$). Güvende hissetmeme ile Düşmanlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,523$; $p<0,001$). Güvende hissetmeme ile Saldırganlık Ölçeği Toplam Puan puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,509$; $p<0,001$).

Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı ile Fiziksel Saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü zayıf bir ilişki vardır ($r=0,317$; $p<0,001$). Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı ile Sözel Saldırganlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,439$; $p<0,001$). Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı ile Öfke puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,465$; $p<0,001$). Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı ile Düşmanlık puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü yüksek bir ilişki vardır ($r=0,601$; $p<0,001$). Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı ile Saldırganlık Ölçeği Toplam Puan puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif yönlü orta şiddette bir ilişki vardır ($r=0,571$; $p<0,001$).

Tablo 4.9. Ölçek Toplam ve Alt Boyutlarına Ait Cronbach's Alpha Değerleri

	Aritmetik Ortalama $\pm$ Standart Sapma	Cronbach's Alpha
Fizyolojik Gerginlik	8,16 $\pm$ 3,16	0,645
Endişelenme	7,34 $\pm$ 3,14	0,794
Güvende hissetmeme	6,45 $\pm$ 2,81	0,624
Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı	21,95 $\pm$ 8,1	0,868
Fiziksel Saldırganlık	5,82 $\pm$ 2,78	0,735
Sözel Saldırganlık	5,59 $\pm$ 2,8	0,758
Öfke	6,82 $\pm$ 3,41	0,768
Düşmanlık	7,13 $\pm$ 3,68	0,835
Saldırganlık Ölçeği Toplam Puanı	25,36 $\pm$ 10,35	0,894

Fizyolojik Gerginlik alt boyutu ortalama puanı 8,16 ve Cronbach's Alpha değeri 0,645 olarak elde edilmiştir. Bu sonuca göre ölçek alt boyutu oldukça güvenilirdir. Endişelenme alt boyutu ortalama puanı 7,34 ve Cronbach's Alpha değeri 0,794 olarak elde edilmiştir. Bu sonuca göre ölçek alt boyutu oldukça güvenilirdir.

Güvende hissetmeme alt boyutu ortalama puanı 6,45 ve Cronbach's Alpha değeri 0,624 olarak elde edilmiştir. Bu sonuca göre ölçek alt boyutu oldukça güvenilirdir.

Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı ortalaması 21,95 ve Cronbach's Alpha değeri 0,868 olarak elde edilmiştir. Bu sonuca göre ölçek toplam puanı yüksek derecede güvenilirdir.

Fiziksel Saldırganlık alt boyutu ortalama puanı 5,82 ve Cronbach's Alpha değeri 0,735 olarak elde edilmiştir. Bu sonuca göre ölçek alt boyutu oldukça güvenilirdir.

Sözel Saldırganlık alt boyutu ortalama puanı 5,59 ve Cronbach's Alpha değeri 0,758 olarak elde edilmiştir. Bu sonuca göre ölçek alt boyutu oldukça güvenilirdir.

Öfke alt boyutu ortalama puanı 6,82 ve Cronbach's Alpha değeri 0,768 olarak elde edilmiştir. Bu sonuca göre ölçek alt boyutu oldukça güvenilirdir.

Düşmanlık alt boyutu ortalama puanı 7,13 ve Cronbach's Alpha değeri 0,835 olarak elde edilmiştir. Bu sonuca göre ölçek alt boyutu yüksek derecede güvenilirdir.

Saldırganlık Ölçeği Toplam Puan ortalaması 25,36 ve Cronbach's Alpha değeri 0,894 olarak elde edilmiştir. Bu sonuca göre ölçek toplam puanı yüksek derecede güvenilirdir.

Tablo 4.10. Kaygı Değerlendirme Ölçeğinin Saldırganlık Ölçeği Üzerindeki Etkisinin Lineer Regresyon Analizi ile İncelenmesi

	β^1 (%95 GA)	β^2	t	p
Sabit	9,354 (7,897: 10,811)	---	12,596	<0,001
Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı	0,729 (0,667: 0,792)	0,571	22,976	<0,001

*F=527,892; $p<0,001$; $R^2=0,325$; Düzeltilmiş $R^2=0,325$; Durbin Watson=1,968; β^1 : Standardize olmayan Beta katsayısı; β^2 : Standardize Beta katsayısı; GA: Güven Aralığı

Kaygı Değerlendirme Ölçeğinin Saldırganlık Ölçeği üzerindeki etkisi lineer regresyon analizi ile incelenmiş ve istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur (F=527,892; $p<0,001$). Kaygı Değerlendirme Ölçeği toplam puanındaki bir birimlik artış Saldırganlık Ölçeği puanını 0,729 birim arttırmaktadır ($p<0,001$). Kaygı Değerlendirme Ölçeği Toplam Puanı Saldırganlık Ölçeği toplam puanındaki değişimin %32,5'ini açıklamaktadır.



5. TARTIŞMA

Bu çalışmada, spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinde kaygı düzeyi ile saldırganlık düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaç doğrultusunda yapılan çalışmanın sonuçlarına ilişkin bilgilere aşağıda yer verilmiştir.

5.1. Yaşa Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

Yaş arttıkça kaygı puanlarının arttığı sonucu elde edilmiştir. Ergenlikte artan stres yüküne karşı sporun “koruyucu” bir kaynak olup olmama durumu ile açıklanabilir. Çocuk ve ergenlerde spor yapanlarda kaygının daha düşük çıkması sonucunu destekleyen paralel çalışmalar vardır (Singh vd., 2025). Çalışmada Kaygı Değerlendirme Ölçeği toplam puanı ile alt boyutlarda (fizyolojik gerginlik, endişelenme, Güvende hissetmeme) yaş grupları arasında anlamlı fark vardır ve ortalamalar 14 yaş ve altından 17 yaş ve üstüne doğru artış göstermektedir. Bu artış, ergenliğin orta-geç döneminde kaygı belirtilerinin yeniden yükseldiğini gösteren toplum örneklemli izlem çalışmalarının “geç ergenlikte artış” bulgusuyla uyumludur (Van Oort vd., 2009). Benzer biçimde Duchesne & Ratelle’in (2016) çalışmasında ergenlik boyunca kaygı belirtilerinin tek tip ilerlemediğini; bir grubun düşük-orta, bir grubun artan seyir gösterdiği sonucuna varmışlardır. Racine vd. (2021) elde ettikleri bulgularda daha büyük yaştaki ergenlerde kaygı düzeyi/klinik düzeyde belirti yaygınlığının daha yüksek olabildiğini raporlamışlardır.

Saldırganlık toplam puanlarında yaş arttıkça artış olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuca göre öfke alt boyutunun her bir yaş grubunda kademeli arttığı sonucunda fiziksel ve sözel saldırganlıkta ise artış daha çok 14 ve altı ile 15–16 arasında belirginleşip 17 ve üzerinde plato eğilimi göstermektedir. Yaşla birlikte özellikle öfke/düşmanlık bileşenlerinin yükselmesi, yaş büyüdükçe “dolaylı/duygulanımsal” saldırganlık formlarının daha görünür olabildiğini söyleyen başka bir çalışmada fiziksel saldırganlığın ise yaşla azalabildiği bildirmişlerdir (Tsorbatzoudis vd., 2013).

5.2. Cinsiyete Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

Tez çalışmasında Kaygı değerlendirme toplam puanı ve alt boyutları cinsiyete göre farklılık göstermiştir. Ayrıca tüm alt boyut ve toplam puan değerlendirildiğinde kadınların puanlarının erkeklerin puanlarından daha yüksek elde edildiği sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuca paralel olarak kadınlarda kaygı belirtilerinin daha yüksek seyredebileceğini bildiren

derlemeler bulunmaktadır (McLean vd., 2011; Baxter vd., 2013). Kadınların spora katılım oranlarının daha düşük olabildiği ve spora ilişkin alay edilme/beden algısı baskılarının katılımı azaltabildiği raporlandığından, kadınlarda daha yüksek kaygı düzeylerinin birlikte incelenebileceğini bildirmişlerdir (Slater & Tiggemann, 2011).

Saldırganlık Ölçeği değerlendirildiğinde öfke alt boyutu dışında diğer alt boyutlarda erkeklerde elde edilen puanların daha yüksek olduğu kadınlarda ise öfke ve düşmanlık alt boyutunun puanlarının daha yüksek olduğu sonucuna ulaşıldı. Başka bir çalışmada, “toplam saldırganlık” puanları arasında fark olmasa bile alt bileşenlerin cinsiyete göre farklılaştığını; erkeklerde daha çok fiziksel/dışa vurum, kadınlarda ise bazı örneklemelerde duygulanımsal bileşenlerin farklı düzeylerde görülebildiğini vurgulamıştır (Björkqvist, 2018). Erkeklerde fiziksel saldırganlığın daha yüksek olması, ergenlerde fiziksel agresyonun erkeklerde daha sık görüldüğünü bildiren çalışma ile paralellik göstermektedir (Nivette vd., 2019).

5.3. Sınıflara Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

Tez çalışmasında kaygı ölçeği alt boyut ve toplam puanının sınıf düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaştığı ve özellikle 10. ve 12. sınıflarda daha yüksek seyrettiği sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan çalışma da kaygı puanlarının sınıf düzeylerine göre değiştiğini üst sınıflarda kaygı puanlarının daha yüksek olduğunu bildirmişlerdir (Torrano vd., 2020).

Saldırganlık ölçeği alt boyutları ve toplam puanının sınıf düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaştığı ve özellikle 10, 11 ve 12. sınıflarda daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Özellikle 10. sınıflarda alan seçimine geçiş ve adaptasyon durumuna bağlı olarak puanların daha yüksek olduğu düşünülmektedir. Çalışmada 9 ve 11. sınıflarda saldırganlık ölçeği toplam puanı, fiziksel saldırganlık ve öfke açısından fark elde edilmemiş iken Özcan (2025), çalışmasında sınıf düzeyinin toplam saldırganlık, fiziksel saldırganlık ve öfke üzerinde anlamlı bir etkiye sahip olduğunu 9 ve 11. Sınıflar arasında bir fark olduğunu bildirmiştir (Özcan, 2025).

5.4. Spor Yapma Durumuna Göre Ölçek Alt Boyut ve Toplam Puanlarının Karşılaştırılması

Tez çalışmasında spor yapma durumuna göre (hiç spor yapmayan–amatör–profesyonel) fizyolojik gerginlik, endişelenme, Güvende hissetmeme ve kaygı toplam

puanı açısından anlamlı farklılık görülmemiştir ($p>0,05$). Bu bulguya paralel olarak, ergenlerde fiziksel aktivite bileşeni içeren müdahaleleri inceleyen meta-analizde, anksiyete sonuçlarında gruplar arasında genel etkinin net olmadığı ve sonuçların belirsiz kaldığı belirtilmiştir (Neill vd., 2020). Ancak tez çalışmasından farklı olarak, organize spora katılan ergenlerde anksiyete belirtilerinin spora katılmayanlara göre daha düşük olduğunu raporlamışlardır (Panza vd., 2020). Yine çalışmamıza ters yönde, ergenlerde spor katılım sıklığı arttıkça anksiyete bozukluğu şiddetinin/olasılığının azaldığını ve spor katılımının kaygı için koruyucu olabileceğini bildirmişlerdir (Chi & Wang, 2022).

Çalışmada spor yapma durumuna göre saldırganlık alt boyutlarından yalnızca fiziksel saldırganlık puanı anlamlı biçimde farklılaşmış; profesyonel spor yapanlarda fiziksel saldırganlık daha yüksek bulunmuştur ($p=0,001$). Bizim çalışmamıza paralel şekilde, Kreager (2007) çalışmasında spor katılımının saldırganlık/şiddetle ilişkisinin özellikle yüksek temaslı veya “sertlik/rekabet” normlarının güçlü olduğu spor bağlamlarında riskle ilişkilenebildiğini lise sporlarında spor türü ve temas düzeyinin erkeklerde ciddi kavga/şiddet riskine katkı sunabildiğini raporlamıştır. Öte yandan bizim çalışmamıza ters olarak Yang vd. (2023) spor temelli müdahalelerin çocuk ve ergenlerde agresyonu düşürebildiğini; özellikle temassız sporların agresyonu azaltmada daha etkili olabildiğini bildiren çalışmaları derlemişlerdir. Çalışma ile kısmen paralel bir başka çizgide, spora katılımın gençlerde şiddet üzerinde genel olarak ne artırıcı ne azaltıcı (overall anlamlı ilişki yok) olabildiğini ancak etkinin spor türü ve bağlam gibi moderatörlere göre değiştiğini gösteren meta-analitik çalışmalar raporlamışlardır (Spruit vd., 2016).

5.5. Spor Branşına Göre Ölçek Toplam Boyut ve Alt Boyutlarının Karşılaştırılması

Kaygı toplam puanı ve kaygının alt boyutları (fizyolojik gerginlik, endişelenme, Güvende hissetmeme) spor branşı türüne göre anlamlı biçimde farklılaştı; genel örüntü takım sporu yapanlarda daha düşük, bireysel spor yapanlarda daha yüksek düzeylerde elde edilmiştir ($p<0,001$). Hoffmann vd. (2022) çalışmasında takım sporu katılımı, spora katılmayanlara kıyasla daha düşük kaygı puanlarıyla ilişkiliyken, bireysel spor katılımı spora katılmayanlara kıyasla daha yüksek kaygı puanlarıyla ilişkili bulunmuştur

Tez çalışmasında saldırganlık boyutlarından fiziksel saldırganlık ($p=0,004$) ve sözel saldırganlık ($p=0,024$) spor branşı türüne göre anlamlı farklılaşmakta olup; buna karşılık öfke, düşmanlık ve toplam saldırganlık puanı anlamlı farklılık göstermemiştir. Tez çalışmasından farklı olarak Fominiene & Vveinhardt (2022) farklı spor türlerini

karşılaştırdıkları çalışmalarında fiziksel agresyonun takım sporlarında daha yaygın olduğunu raporlamışlardır.

5.6. Ailenin Gelir Durumuna Göre Ölçek Toplam ve Alt Boyut Puanlarının Karşılaştırılması

Kaygı toplam puanı gelir düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşmış; düşük gelir grubunda kaygı toplam puanı orta ve yüksek gelire kıyasla daha yüksek bulunmuştur ($p=0,013$). Vine vd. (2012) çalışmalarında hane gelirinin düşmesiyle bazı kaygı belirtilerinin artması (özellikle fiziksel belirtiler ve ayrılma/panik kaygısı boyutlarında) rapor edilerek bulgumuzla paralel bir örüntü sunulmuştur. Tez çalışmasında kaygı alt boyutlarından fizyolojik gerginlik ve endişelenme ($p=0,017$) düşük gelir grubunda daha yüksek seyretmiştir. Hazell vd. (2022) ergen örnekleminde, içselleştirme temelli ruh sağlığı göstergelerinde (internalising) sosyoekonomik göstergeler arasında gelirin en güçlü öngördürücülerden biri olduğunu bildirerek, kaygı bileşenlerinin gelir ile farklılaşabileceğini göstermiş ve bulgularımızı desteklemiştir.

Saldırganlık toplam puanı gelir düzeyine göre anlamlı biçimde farklılaşmış; düşük gelir grubunda toplam saldırganlık orta gelire göre daha yüksek, yüksek gelir ise çoğu zaman ara düzeyde bulunmuştur ($p=0,003$). Hong vd. (2023) ergenlerde düşük aile gelirinin daha yüksek saldırgan davranışlarla ilişkili olduğunu ve bu ilişkinin ebeveynlik, akran ilişkileri ve psikolojik sermaye gibi değişkenlerle açıklanabildiğini bildirerek bulgumuzla paralel bir çerçeve sunmuştur.

5.7. Ölçek Toplam ve Alt Boyutlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Fizyolojik gerginlik, endişelenme, Güvende hissetmeme ve kaygı toplam puanı; fiziksel saldırganlık, sözel saldırganlık, öfke, düşmanlık ve saldırganlık toplam puanı ile pozitif ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki göstermiştir ($p<0,001$). İlişkinin şiddeti incelendiğinde, en güçlü ilişkiler kaygı toplam puanı ile düşmanlık ($r=0,601$) ve saldırganlık toplam puanı ($r=0,571$) arasında; kaygı alt boyutlarından fizyolojik gerginlik ile düşmanlık ($r=0,524$) ve toplam saldırganlık ($r=0,523$) arasında görülmüştür. Bu örüntü, kaygı ile saldırganlık ilişkisinde “davranışsal” boyutlardan (fiziksel/sözel) çok, bilişsel-duygusal içerikli boyutların (öfke ve özellikle düşmanlık) daha belirgin eşlik edebileceğini düşündürmektedir.

Chung vd. (2019) ergenlerde kaygı ile saldırganlık arasında anlamlı ilişki bulmuş; ayrıca alt boyut düzeyinde öfke ve düşmanlığın kaygı ile daha güçlü ilişkili olabildiğini raporlamıştır; bu durum tez çalışmasında kaygının özellikle düşmanlık ve öfke ile daha yüksek korelasyon göstermesiyle paraleldir (Chung vd., 2019). Cooley vd. (2019) çalışmasında içselleştirme belirtileri (kaygı/depresyon) ve duygu düzenleme güçlüğü'nün saldırganlıkla ilişkili mekanizmalarda önem taşıyabildiği gösterilmiştir; bizim tablomuzda kaygının öfke/düşmanlık/toplam saldırganlıkla birlikte artması, “duygulanım yükü arttıkça dışa vurum eğilimi de artabilir” yorumunu destekler niteliktedir (Cooley vd., 2019).

5.8. Ölçek Toplam ve Alt Boyutlara Ait Cronbach's Alpha Sonuçlarının Değerlendirilmesi

Fiziksel Saldırganlık alt boyutunun alfa değeri $\alpha=0,735$ olarak bulunmuştur. Orijinal çalışmada bu alt boyut için raporlanan alfa $\alpha=0,85$ düzeyindedir. özel Saldırganlık alt boyutunda alfa katsayısı tez çalışmasında $\alpha=0,758$ olarak hesaplanmıştır. Bu değer, orijinal çalışmada bildirilen $\alpha=0,72$ değerinden daha yüksektir. Öfke alt boyutunda Cronbach's alfa $\alpha=0,768$ olarak bulunmuştur. Orijinal çalışmada bu alt boyut için raporlanan alfa $\alpha=0,83$ düzeyindedir. Düşmanlık alt boyutunda alfa değeri tez çalışmasında $\alpha=0,835$ olarak saptanmıştır. Orijinal çalışmadaki $\alpha=0,77$ değerine göre daha yüksek olan bu bulgu, Düşmanlık alt boyutunun örneklemimizde iyi düzeyde iç tutarlık sergilediğini ve orijinal çalışmaya kıyasla daha homojen bir ölçüm yapısı gösterebildiğini düşündürmektedir. Ölçek toplam puanı için Cronbach's alfa $\alpha=0,894$ olarak hesaplanmıştır. Bu değer, orijinal çalışmada raporlanan $\alpha=0,89$ ile neredeyse aynıdır. Dolayısıyla Saldırganlık Ölçeği toplam puanının iç tutarlılığı tez çalışmasında yüksek düzeyde olup, ölçüm güvenilirliği açısından orijinal bulgularla çok güçlü bir uyum göstermektedir.

Toplam puanlar düzeyinde her iki ölçeğin de (Kaygı toplam $\alpha=0,868$; Saldırganlık toplam $\alpha=0,894$) yüksek iç tutarlılığa sahip olduğu görülmektedir. Alt boyutlar düzeyinde ise Kaygı Değerlendirme Ölçeği'nde özellikle Fizyolojik Gerginlik ($\alpha=0,645$) ve Güvende hissetmeme ($\alpha=0,624$) alt boyutlarının, orijinal çalışmaya kıyasla daha düşük iç tutarlılık sergilediği; buna karşılık Saldırganlık Ölçeği'nde Sözel Saldırganlık ($\alpha=0,758$) ve Düşmanlık ($\alpha=0,835$) alt boyutlarının orijinal değerlerle eşdeğer ya da daha güçlü bir güvenilirlik düzeyi sunduğu anlaşılmaktadır.

5.9. Kaygı Değerlendirme Ölçeğinin Saldırganlık Ölçeği Üzerindeki Etkisinin Lineer Regresyon Analizi ile İncelenmesi

Kaygı Değerlendirme Ölçeğinin toplam puanı, Saldırganlık Ölçeği puanını anlamlı düzeyde yordamıştır ($F=527,892$; $p<0,001$). Modelin açıklayıcılığı $R=0,571$ ve $R^2=0,325$ olup, KDÖ toplam puanının bağımlı değişkendeki varyansın yaklaşık %32,5'ini açıkladığı ve kaygı düzeyi yükseldikçe bağımlı değişkenin (saldırganlık toplam puanı olarak yorumlandığında) anlamlı biçimde arttığına işaret etmektedir. Regresyon katsayısı $B=0,729$ (GA: $0,667-0,792$) olduğundan, KDÖ toplam puanında 1 birimlik artışın Saldırganlık Ölçeği puanını ortalama 0,729 birim artış ile ilişkilidir. Etkinin standartlaştırılmış büyüklüğü de $\beta=0,571$ olup orta-yüksek düzeyde bir yordayıcılığa işaret etmektedir ($t=22,976$; $p<0,001$). Artıkların bağımsızlığı açısından Durbin-Watson= $1,968$ değeri, otokorelasyon riskinin düşük olduğuna işaret eden kabul edilebilir bir aralıkta görünmektedir. Bu bulgu, Gündüz & Çelikkaleli (2009) çalışmasıyla paralellik göstermektedir. Söz konusu çalışmada kız ergenlerde saldırganlık puanı ile sürekli kaygı arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki raporlanmıştır ($r=0,28$; $p<0,001$). Ayrıca kızlar için yapılan aşamalı çoklu regresyon analizinde sürekli kaygı, saldırganlığı anlamlı biçimde yordayan değişkenlerden biri olarak modele girmiştir ($B=0,801$; $\beta=0,273$; $t=3,638$; $p<0,001$) ve nihai model toplamda $R^2=0,297$ varyansı açıklamıştır. Buna karşılık erkek ergenlerde saldırganlık ile sürekli kaygı arasındaki ilişkinin anlamlı olmadığı ($r=0,12$; $p>0,05$) ve sürekli kaygının regresyonda anlamlı katkı vermediği (bu nedenle tabloda yer almadığı; $t=0,359$; $p>0,05$) belirtilmiştir. Dolayısıyla, tez çalışmasında gözlenen “kaygı arttıkça saldırganlığın artması” örüntüsü, Gündüz & Çelikkaleli’nin özellikle kız ergenler bulgusuyla tutarlı görünmektedir (Gündüz & Çelikkaleli 2009).

6. SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu araştırma, spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinde kaygı ve saldırganlık düzeylerini karşılaştırmak ve kaygı ile saldırganlık arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla yürütülmüştür. Bulgular ve tartışma bölümlerinde sunulan sonuçlar birlikte değerlendirildiğinde, araştırma sonuçları kapsamında önerilere yer verilmiştir.

Sonuçlar;

Kaygı düzeylerinin yaş ile artma eğiliminde olduğu; özellikle yaştan ilerlemesiyle fizyolojik gerginlik, endişelenme ve toplam kaygı puanlarının yükseldiği belirlenmiştir.

Saldırganlık toplam puanlarının da yaşla birlikte artış gösterebildiği; ergenlik döneminin gelişimsel özellikleriyle uyumlu biçimde özellikle üst yaş gruplarında saldırganlık alt boyutlarında farklılaşmalar görüldüğü saptanmıştır.

Cinsiyete göre kaygı ve saldırganlık boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunduğu; kaygının daha çok içselleştirici belirtilerle ilişkili alt boyutlarında ve saldırganlığın bazı alt boyutlarında cinsiyete bağlı ayrışmaların ortaya çıktığı görülmüştür.

Sınıf düzeyi yükseldikçe (özellikle 11–12. sınıf düzeylerinde) kaygı göstergelerinin artabildiği; bunun sınav/gelecek kaygısı ve akademik beklentilerin yoğunlaştığı dönemlerle ilişkili olabileceği değerlendirilmiştir.

Spor yapma durumuna göre kaygı ve saldırganlık ölçeklerinin bazı alt boyut ve toplam puanlarında anlamlı farklılıklar gözlenmiştir; bu durum, düzenli fiziksel aktivitenin ruhsal belirtiler ve davranışsal tepkiler üzerindeki etkisinin spor yapma düzeyiyle birlikte değişebileceğini düşündürmektedir.

Spor branşına (bireysel/takım/temas düzeyi) göre kaygı ve saldırganlık puanlarında farklılaşmalar olduğu; özellikle bazı branşlarda fiziksel saldırganlık ve öfke düzeylerinin daha yüksek olabildiği görülmüştür.

Ailenin gelir düzeyine göre kaygı toplam puanı ve bazı saldırganlık alt boyutlarında anlamlı farklılıklar saptanmış; sosyoekonomik koşulların ergenlerin duygu düzenleme ve davranış örüntülerini etkileyebileceği değerlendirilmiştir.

Kaygı ölçeği alt boyutları ile saldırganlık alt boyutları arasında genel olarak pozitif yönlü ve zayıf düzeyde anlamlı ilişkiler bulunduğu; kaygı arttıkça saldırganlık göstergelerinin de artma eğiliminde olduğu görülmüştür.

Regresyon analizi sonuçlarına göre, Kaygı Değerlendirme Ölçeği toplam puanının Saldırganlık Ölçeği toplam puanını anlamlı düzeyde yordadığı ve saldırganlık puanındaki varyansın yaklaşık %32,5'ini açıkladığı belirlenmiştir ($F=527,892$; $p<0,001$; $R^2=0,325$).

Genel olarak, ergenlik döneminde kaygı ve saldırganlığın birbirini besleyebilen süreçler olduğu; okul temelli önleyici programların, psikososyal destek hizmetlerinin ve spor temelli müdahalelerin birlikte planlanmasının yararlı olacağı sonucuna ulaşılmıştır.

Öneriler;

Okul rehberlik servislerinde özellikle üst sınıf düzeylerinde ve kız öğrencilerde daha yüksek görülen kaygı belirtilerinin erken taranması (kısa ölçekler/ön tarama) ve gerekli durumlarda psikolojik danışma hizmetlerine yönlendirme mekanizmalarının güçlendirilmesi.

Kaygı düzeylerinin gelir düzeyi düşük ailelerden gelen öğrencilerde daha yüksek olabileceği göz önünde bulundurularak, sosyoekonomik dezavantaj yaşayan öğrenciler için psikoeğitim, aile görüşmesi ve sosyal destek programlarının (burs, kulüp/aktivite erişimi, danışmanlık) artırılması.

Sporun kaygı ve saldırganlık üzerindeki etkisinin branşa göre değişebileceği dikkate alınarak; okul sporlarında takım çalışması, sosyal destek ve özdenetimi artıran takım sporlarının (kulüp/okul takımı yapısında) yaygınlaştırılması ve antrenörlere 'psikososyal güvenli spor ortamı' eğitimlerinin verilmesi.

Fiziksel saldırganlık ve öfke düzeylerinin bazı spor türlerinde daha yüksek olabileceği bulgusu doğrultusunda; temas/power sporlarında fair-play, duygu düzenleme, öfke kontrolü ve çatışma çözme becerilerini içeren yapılandırılmış eğitim modüllerinin sezon öncesi ve sezon içinde düzenli uygulanması.

Kaygı ile saldırganlık alt boyutları arasında anlamlı ilişkiler ve kaygının saldırganlığı yordadığı bulgusu dikkate alınarak, okul temelli müdahalelerde yalnızca davranışsal disiplin yerine kaygı yönetimi (bilişsel yeniden yapılandırma, gevşeme, problem çözme, sosyal beceri) bileşenlerinin de yer alması.

Okullarda sınıf düzeyi yükseldikçe artan kaygı bulgusu doğrultusunda sınav dönemleri ve geçiş sınıflarında (11-12. sınıf gibi) stres yönetimi programlarının (zaman yönetimi, sınav kaygısı çalışmaları, uyku hijyeni) planlı biçimde uygulanması.

Politika düzeyinde, gençlerin spor ve fiziksel aktiviteye güvenli erişimini artıracak (tesis, antrenör, ulaşım, ekipman) düzenlemelerin, aynı zamanda zorbalık/şiddet ve riskli davranışları azaltacak okul iklimi çalışmalarının birlikte yürütülmesi.

KAYNAKLAR

- Akandere, M. (2016). Investigation of anger levels in adolescent individuals in terms of educational game program in physical education course. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 18(1), 132–140. <https://doi.org/10.15314/tjse.03929>
- Anderson, C. A., & Bushman, B. J. (2002). Human aggression. *Annual Review of Psychology*, 53, 27–51. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135231>
- Aslanyürek, D., & Demircioğlu, H. (2024). Ergenlerin saldırgan davranışlarının incelenmesi. *Ankara University Journal of Faculty of Educational Sciences*, 57(3), 1053–1098. <https://doi.org/10.30964/auebfd.1438451>
- Atasoy, B., & Kuter, F. Ö. (2005). Küreselleşme ve spor. *Uludağ Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(1), 11–22
- Avcı, N., & Afacan, E. (2016). Spor ve olumlu gençlik gelişimi. In A. G. Baran & M. Çakır (Eds.), *İnter-disipliner yaklaşımla gençliğin umudu toplumun beklentileri* (ss. 51–64). Hacettepe Üniversitesi Yayınları.
- Aydın, S., & Güleşce, M. (2025). Spor yapan ve yapmayan ortaöğretim kademelerindeki öğrencilerin sınav kaygılarının incelenmesi. *Spor Eğitim Dergisi*, 9(2), 238–252. <https://doi.org/10.55238/seder.1703513>
- Aykara, A. & Albayrak, H. (2016). Olumlu gençlik gelişimi yaklaşımı açısından spor etkinliklerine katılımın gençlere yansımaları. *Toplum ve Sosyal Hizmet*, 27(1), 77–100.
- Bandura, A. (1973). *Aggression: A social learning analysis*. Prentice-Hall.
- Banjac, B., Milovanović, I. M., Matić, R. M., Popović, S., Bojanić, Ž., Isidori, E., & Drid, P. (2025). Peer violence in youth sport: Do age, year of training, and type of sport affect outcomes? *Sports*, 13(4), 127. <https://doi.org/10.3390/sports13040127>
- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic* (2nd ed.). Guilford Press.
- Baxter, A. J., Scott, K. M., Vos, T., & Whiteford, H. A. (2013). Global prevalence of anxiety disorders: A systematic review and meta-regression. *Psychological Medicine*, 43(5), 897–910. <https://doi.org/10.1017/S003329171200147X>
- Beck, A. T., & Clark, D. A. (1997). An information processing model of anxiety: Automatic and strategic processes. *Behaviour Research and Therapy*, 35(1), 49–58. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(96\)00069-1](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(96)00069-1)
- Bieling, P. J., Antony, M. M., & Swinson, R. P. (1998). The state–trait anxiety inventory, trait version: Structure and content re-examined. *Behaviour Research and Therapy*, 36(7–8), 777–788. [https://doi.org/10.1016/S0005-7967\(98\)00023-0](https://doi.org/10.1016/S0005-7967(98)00023-0)
- Björkqvist, K. (2018). Gender differences in aggression. *Current Opinion in Psychology*, 19, 39–42. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.03.030>
- Bolat, C., Yıldız, O., & Hergüner, G. (2025). Spor bilimleri öğrencilerinde bilinçli farkındalık ile saldırganlık ilişkisi. *The Online Journal of Recreation and Sports*, 14(1), 7379. <https://doi.org/10.22282/tojras.1567142>
- Budak, M. (2021). *Elit kadın basketbolcuların spor yaralanması kaygı düzeylerinin incelenmesi* (Yayın No. 700908) [Yüksek lisans tezi, Van Yüzüncü Yıl Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Buss, A. H., & Perry, M. (1992). The aggression questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63(3), 452–459. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.63.3.452>
- Carter, J. S., McNair, G., Bushnell, A., Saldana, L., & Grant, K. E. (2023). Mports participation, frequency, and competence differentially impact youth depressive, anxious, and somatic symptoms: gender, neighborhood, and sports type effects. *Mental Health and Physical Activity*, 25, 100562. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2023.100562>
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: Definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2), 126–131.

- Chen, W., Peng, B., Hu, H., Yu, L., & Li, L. (2025). A study on the cross-lagged relationships between adolescents' sport participation and self-control ability and mental health. *Scientific Reports*, 15, 35497. <https://doi.org/10.1038/s41598-025-19457-x>
- Chi, G., & Wang, L. (2022). The association of sports participation with depressive symptoms and anxiety disorder in adolescents. *Frontiers in Public Health*, 10, 860994. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.860994>
- Chung, J. E., Song, G., Kim, K., Yee, J., Kim, J. H., Lee, K. E., & Gwak, H. S. (2019). Association between anxiety and aggression in adolescents: A cross-sectional study. *BMC Pediatrics*, 19, 115. <https://doi.org/10.1186/s12887-019-1479-6>
- Cooley, J. L., Ritschel, L. A., Frazer, A. L., & Blossom, J. B. (2019). The influence of internalizing symptoms and emotion dysregulation on the association between witnessed community violence and aggression among urban adolescents. *Child Psychiatry & Human Development*, 50(6), 883–893. <https://doi.org/10.1007/s10578-019-00890-9>
- Council of Europe. (2021). *Revised European Sports Charter (CM/Rec(2021)5)*. <https://edoc.coe.int/en/sport-for-all/11299-revised-european-sports-charter.html>
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1995). Relational aggression, gender, and social-psychological adjustment. *Child Development*, 66(3), 710–722. <https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1995.tb00900.x>
- Duchesne, S., & Ratelle, C. F. (2016). Patterns of anxiety symptoms during adolescence: Gender differences and sociomotivational factors. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 46, 41–50. <https://doi.org/10.1016/j.appdev.2016.07.001>
- Eime, R. M., Young, J. A., Harvey, J. T., Charity, M. J., & Payne, W. R. (2013). A systematic review of the psychological and social benefits of participation in sport for children and adolescents: Informing development of a conceptual model of health through sport. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10, 98. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-98>
- Endresen, I. M., & Olweus, D. (2005). Participation in power sports and antisocial involvement in preadolescent and adolescent boys. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 46(5), 468–478. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2005.00414.x>
- Ensari, I., Greenlee, T. A., Motl, R. W., & Petruzzello, S. J. (2015). Meta-analysis of acute exercise effects on state anxiety: An update of randomized controlled trials over the past 25 years. *Depression and anxiety*, 32(8), 624–634. <https://doi.org/10.1002/da.22370>
- Fominiene, V. B., & Vveinhardt, J. (2022). Athletes' interpersonal destructive relationships: Links between forms of aggression and bullying episodes in sport settings. *Annals of Applied Sport Science*, 10(4). <https://doi.org/10.52547/aassjournal.962>
- Fraenkel, J. R., & Wallen, N. E. (1993). *How to design and evaluate research in education* (2nd ed.). McGraw-Hill.
- Fu, Q., Li, L., Li, Q., & Wang, J. (2025). The effects of physical activity on the mental health of typically developing children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*, 25, 1514. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-22690-8>
- Gurbetoğlu, A. (2018). *Bilimsel araştırma yöntemleri: Araştırma türleri*. <https://agurbetoglu.com/files/BAY%203.%20Ara%C5%9Ft%C4%B1rma%20T%C3%BCrleri.pdf>
- Gündüz, B., & Çelikkaleli, Ö. (2009). Ergen saldırganlığında akademik yetkinlik inancı, akran baskısı ve sürekli kaygının rolü. *İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(2), 19–38.
- Gürpınar, B., & Güven, Ö. (2011). Futbol hakemlerinin karşılaştıkları sportmenlik dışı davranışların incelenmesi. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(1), 7–14. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000194
- Hazell, M., Thornton, E., Haghparast-Bidgoli, H., & Patalay, P. (2022). Socio-economic inequalities in adolescent mental health in the UK: Multiple socio-economic indicators and reporter effects. *Social Science & Medicine – Mental Health*, 2, 100176. <https://doi.org/10.1016/j.ssmmh.20>
- Hoffmann, M. D., Barnes, J. D., Tremblay, M. S., Pate, R. R., & Brown, W. H. (2022). Associations between organized sport participation and mental health difficulties: Data from

- over 11,000 US children and adolescents. *PLOS ONE*, 17(6), e0268583. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0268583>
- Hong, X., Liu, S., Fan, H., Xie, H., Fang, S., & Zhang, L. (2023). Effects of economic regional differences and family on adolescents' aggressive behaviors: Perspective of ecosystem integration. *Brain and Behavior*, 13(2), e2856. <https://doi.org/10.1002/brb3.2856>
- İnalır, E., & Turan, S. (2025). Investigation of the relationship between sportsmanship, self-control and mindfulness levels in early, middle and late adolescence. *Journal of Uludag University Faculty of Education*, 38(2), 464–482. <https://doi.org/10.19171/uefad.1593661>
- İnce, A., & Dever, A. (2017). The effects of some variables on anger levels of students doing sports. *The Journal of International Anatolia Sport Science*, 2(2), 156–166. <https://doi.org/10.22326/ijass.19>
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar, ilkeler, teknikler*. Nobel Yayın Dağıtım.
- Kırmoğlu, H., Parlak, N., Dereceli, Ç., & Kepoğlu, A. (2008). Lise öğrencilerinin saldırganlık düzeylerinin spor yapıp yapmama durumlarına göre incelemesi. Aydın ili örneği. *Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(2), 147–154.
- Kieling, C., Buchweitz, C., Caye, A., Silvani, J., Aies, M., Brunoni, A. R., Cost, K. T., Courtney, D., Georgiades, K., Merikangas, K. R., Henderson, J., Polanczyk, G. V., Rohde, L. A., Salum, G. A., & Szatmari, P. (2024). Worldwide prevalence and disability from mental disorders across childhood and adolescence: Evidence from the global burden of disease study. *JAMA Psychiatry*, 81(4), 347–356. <https://doi.org/10.1001/jamapsychiatry.2023.5051>
- Kreager, D. A. (2007). Unnecessary roughness? School sports, peer networks, and male adolescent violence. *American Sociological Review*, 72(5), 705–724. <https://doi.org/10.1177/000312240707200612>
- Kuzucu, Y. ve Sariot-Ertürk, Ö. (2020). Psychometric properties of turkish version of aggression questionnaire short form in adolescents and adults. *Journal of Measurement and Evaluation in Education and Psychology*, 11(3), 243-265. <https://doi.org/10.21031/epod.683176>
- Lubans, D. R., Richards, J., Hillman, C. H., Faulkner, G., Beauchamp, M. R., Nilsson, M., Kelly, P., Smith, J. J., & Biddle, S. J. H. (2016). Physical activity for cognitive and mental health in youth: A systematic review of mechanisms. *Pediatrics*, 138(3), e20161642. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1642>
- Malakcioglu, C. (2022). Kaygı değerlendirme ölçeğinin geçerliliği ve güvenilirliği: Yeni bir üç boyutlu bakış açısı. *Medeniyet Tıp Dergisi*, 37, 165–172. <https://doi.org/10.4274/MMJ.galenos.2022.75318>
- McLean, C. P., Asnaani, A., Litz, B. T., & Hofmann, S. G. (2011). Gender differences in anxiety disorders: Prevalence, course of illness, comorbidity and burden of illness. *Journal of Psychiatric Research*, 45(8), 1027–1035. <https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2011.03.006>
- Neill, R. D., Lloyd, K., Best, P., & Tully, M. A. (2020). The effects of interventions with physical activity components on adolescent mental health: Systematic review and meta-analysis. *Mental Health and Physical Activity*, 19, 100359. <https://doi.org/10.1016/j.mhpa.2020.100359>
- Newman, T. J., Magier, E., Kimiecik, C., & Burns, M. (2021). The relationship between youth sport participation and aggressive and violent behaviors: A scoping review of the literature. *Journal of the Society for Social Work and Research*, 12(2), 371–389. <https://doi.org/10.1086/714421>
- Nivette, A., Sutherland, A., Eisner, M., & Murray, J. (2019). Sex differences in adolescent physical aggression: Evidence from sixty-three low- and middle-income countries. *Aggressive Behavior*, 45(1), 82–92. <https://doi.org/10.1002/ab.21799>
- Özcan, B. (2025). Spor yapan ve yapmayan lise öğrencilerinin saldırganlık ve şiddete karşı tutumlarının incelenmesi. *ROL Spor Bilimleri Dergisi*, 6(3), 551–568. <https://doi.org/10.70736/jrolss.2043>
- Panza, M. J., Graupensperger, S., Agans, J. P., Doré, I., Vella, S. A., & Evans, M. B. (2020). Adolescent sport participation and symptoms of anxiety and depression: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 42(3), 201–218. <https://doi.org/10.1123/jsep.2019-0235>

- Park, J. A. (2025). The relationship among physical activity, generalized anxiety disorder, and suicidal risk in South Korean adolescents: Including individual characteristics. *Healthcare*, 13(17), 2168. <https://doi.org/10.3390/healthcare13172168>
- Putwain, D. W. (2021). Test anxiety and academic attainment in secondary school: A review and synthesis. *Educational Psychology Review*, 33(4), 1579–1617. <https://doi.org/10.1007/s10648-021-09615-9>
- Racine, N., McArthur, B. A., Cooke, J. E., Eirich, R., Zhu, J., & Madigan, S. (2021). Global prevalence of depressive and anxiety symptoms in children and adolescents during COVID-19: A meta-analysis. *JAMA Pediatrics*, 175(11), 1142–1150. <https://doi.org/10.1001/jamapediatrics.2021.2482>
- Rutten, E. A., Stams, G. J. J. M., Biesta, G. J. J., Schuengel, C., Dirks, E., & Hoeksma, J. B. (2007). The contribution of organized youth sport to antisocial and prosocial behavior in adolescent athletes. *Journal of Youth and Adolescence*, 36(3), 255–264. <https://doi.org/10.1007/s10964-006-9085-y>
- Shachar, K., Ronen-Rosenbaum, T., Rosenbaum, M., Orkibi, H., & Hamama, L. (2016). Reducing child aggression through sports intervention: The role of self-control skills and emotions. *Children and Youth Services Review*, 71, 241–249. <https://doi.org/10.1016/j.chilyouth.2016.11.012>
- Shalayiding, S., Meng, W., Wang, X., Sailike, B., & Jiang, T. (2024). Symptom network differences in school adjustment and anxiety-depression-stress in adolescents: A gender-based perspective. *BMC Public Health*, 24, Article 3189. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20718-z>
- Singh, B., Bennett, H., Miatke, A., Dumuid, D., Curtis, R., Ferguson, T., Brinsley, J., Szeto, K., Eglitis, E., Zhou, M., Simpson, C. E. M., Petersen, J. M., Firth, J., & Maher, C. A. (2025). Systematic umbrella review and meta-meta-analysis: Effectiveness of physical activity in improving depression and anxiety in children and adolescents. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. Advance online publication <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2025.04.007>
- Slater, A., & Tiggemann, M. (2011). Gender differences in adolescent sport participation, teasing, self-objectification and body image concerns. *Journal of Adolescence*, 34(3), 455–463. <https://doi.org/10.1016/j.adolescence.2010.06.007>
- Spence, S. H., Barrett, P. M., & Turner, C. M. (2003). Psychometric properties of the Spence Children's Anxiety Scale with young adolescents. *Journal of Anxiety Disorders*, 17(6), 605–625. [https://doi.org/10.1016/S0887-6185\(02\)00236-0](https://doi.org/10.1016/S0887-6185(02)00236-0)
- Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory (STAI)*. Consulting Psychologists Press.
- Spruit, A., van Vugt, E., van der Put, C., van der Stouwe, T., & Stams, G. J. J. M. (2016). Sports participation and juvenile delinquency: A meta-analytic review. *Journal of Youth and Adolescence*, 45(4), 655–671. <https://doi.org/10.1007/s10964-015-0389-7>
- Şahin, M. (2019). Korku, kaygı ve kaygı (anksiyete) bozuklukları. *Avrasya Sosyal ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 6(10), 117–135.
- Şeker, İ. (2020). *Harran Üniversitesi'nde spor yapan ve spor yapmayan üniversite öğrencilerinin sosyal beceri, saldırganlık ve spor ahlakı düzeylerinin incelenmesi* (Yayın No. 635452) [Yüksek lisans tezi, İstanbul Gedik Üniversitesi]. YÖK Ulusal Tez Merkezi. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>
- Tekgöl, N. (2022). Ergenlerde bilişsel odaklı psikoeğitim programının kaygı düzeyi ve bilişsel hatalara etkisi. *Turkish Journal of Child and Adolescent Mental Health*, 29(2), 75–83. <https://doi.org/10.4274/tjcamh.galenos.2021.39974>
- Torrano, R., Ortigosa, J. M., Riquelme, A., Méndez, F. J., & López-Pina, J. A. (2020). Test anxiety in adolescent students: Different responses according to the components of anxiety as a function of sociodemographic and academic variables. *Frontiers in Psychology*, 11, 612270. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.612270>

- Tsorbatzoudis, H., Travlos, A. K., & Rodafinos, A. (2013). Gender and age differences in self-reported aggression of high school students. *Journal of Interpersonal Violence*, 28(8), 1709–1725. <https://doi.org/10.1177/0886260512468323>
- UNESCO. (2019). *Behind the numbers: Ending school violence and bullying*. <https://doi.org/10.54675/TRVR4270>
- United Nations Children's Fund. (2021, October). *The state of the world's children 2021: On my mind—Promoting, protecting and caring for children's mental health* [Executive summary]. <https://www.unicef.org/reports/state-worlds-children-2021>
- Van Oort, F. V. A., Greaves-Lord, K., Verhulst, F. C., Ormel, J., & Huizink, A. C. (2009). The developmental course of anxiety symptoms during adolescence: The TRAILS study. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(10), 1209–1217. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2009.02092.x>
- Vine, M., Van Stoep, A., Bell, J., Rhew, I. C., Gudmundsen, G., & McCauley, E. (2012). Associations between household and neighborhood income and anxiety symptoms in young adolescents. *Depression and Anxiety*, 29(9), 824–832. <https://doi.org/10.1002/da.21948>
- Wang, H., Chen, S., Gou, W., & Han, X. (2025). Impact of sports interventions on aggressive behavior among adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*, 16, 1697324. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1697324>
- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7th ed.). Human Kinetics.
- World Health Organization & United Nations Children's Fund. (2024, October 9). *Mental health of children and young people: Service guidance*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240100374>
- World Health Organization. (2019, May). *Adolescent health—the missing population in universal health coverage*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-health>
- World Health Organization. (2024, June 10). *The adolescent health indicators recommended by the Global Action for Measurement of Adolescent Health: Guidance for monitoring adolescent health at country, regional and global levels*. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240092198>
- World Health Organization. (2025, September 1). *Mental health of adolescents*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/adolescent-mental-health>
- Wu, J., Shao, Y., Hu, J., & Zhao, X. (2025). The impact of physical exercise on adolescent social anxiety: The serial mediating effects of sports self-efficacy and expressive suppression. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 17, 57. <https://doi.org/10.1186/s13102-025-01107-4>
- Yang, Y., Zhu, H., Chu, K., Zheng, Y., & Zhu, F. (2023). Effects of sports intervention on aggression in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *PeerJ*, 11, e15504. <https://doi.org/10.7717/peerj.15504>
- Yıldırım, A., & Yılmaz, T. (2025). Su topu sporcularının durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesi. *Kafkas Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 5(1), 55–64.
- Yılmaz, M., Karabulut, E. O., & Pulur, A. (2024). Ergen sporcuların saldırganlık düzeylerinin ve algılanan stres düzeylerinin belirlenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 350–365. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.1465621>
- Yılmaz, T., Acet, M., Işık, U., Şahin, M., & Canbaz, M. (2016). Taekwondo hakemleri ile antrenörlerinin görev, kişilik ve saldırganlık düzeylerinin karşılaştırılması. *International Journal of Sport Culture and Science*, 4(Special Issue 1), 270–277. <https://doi.org/10.14486/IntJSCS555>
- Yue, X., & Hu, C. (2025). More active, less aggressive! Understanding aggressive behavior among Chinese adolescents: A three-wave longitudinal study. *Frontiers in Psychology*, 16, 1663439. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1663439>
- Zeidner, M. (1998). *Test anxiety: The state of the art*. Plenum Press.
- Zhang, Q., & Deng, W. (2024). Relationship between physical exercise, bullying, and being bullied among junior high school students: The multiple mediating effects of emotional management

- and interpersonal relationship distress. *BMC Public Health*, 24, 2503. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20012-y>
- Zhao, H & Wang, Y., (2025). Effects of physical exercise on aggressive behavior in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *BMC Public Health*. <https://doi.org/10.1186/s12889-025-25267-7>
- Zhou, Z., Saibon, J. B., & Khairani, A. Z. (2025). Sport-based interventions to mitigate bullying behaviors among children and adolescents: A systematic review. *Heliyon*, 11(9). e43307. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2025.e43307>
- Zhu, Y., Li, J., Zhang, M., Li, C., Lau, E. Y. H., & Tao, S. (2022). Physical activity participation and physical aggression in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 63, 102288. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102288>





Ek-1: Araştırma Kurum İzni

Evrak Tarih ve Sayısı: 10.03.2025-249443



T.C.
AMASYA ÜNİVERSİTESİ
Bilim Etik Kurulu
Sosyal Bilimler Etik Kurulu



Sayı : E-30640013-108.01-249443
Konu : Bilimsel Yayınları Özendirme Desteği

10.03.2025

Sayın Dr. Öğr. Üyesi İskender GÜLER
Öğretim Üyesi

Spor Yapan ve Yapmayan Lise Öğrencilerinde Kaygı ve Saldırganlık Arasındaki ilişkinin İncelenmesi adlı araştırmanız Sosyal Bilimler Etik Kurulu tarafından bilimsel araştırma etiği yönünden incelendi ve değerlendirildi. Konu ile ilgili kurul görüşü ektedir.

Doç. Dr. Seda SABAH
Etik Kurul Başkanı

Ek:Dr. İskender GÜLER (1 Sayfa)

Bu belge, güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Belge Doğrulama Kodu :BSCKU90D2U Pin Kodu :85162

Belge Takip Adresi :
<https://tuzkiye.gov.tr/ebd?eK=5544&eD=BSCKU90D2U&eS=249443>

Adres: Akbölük Mah. Muhsin Yılmazoğlu Cad. No:7 Merkez/Amasya
Telefon:2600060 Faks:2600059
e-Posta:genelsekretarlik@amasya.edu.tr Web:<http://www.amasya.edu.tr/idari-etik-kurul/bilim-etik-kurulu.aspx>
Kop Adresi:amasyauniversitesi@hs01.kop.tr

Bilgi için: Seda SABAH
Unvanı: Etik Kurul Başkanı
Tel No: 0358 260 00 60



Bu belge,güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Ek-2: Etik Kurul Değerlendirme Formu

	AMASYA ÜNİVERSİTESİ SOSYAL BİLİMLER ETİK KURUL DEĞERLENDİRME FORMU

Araştırmanın Başlığı: Spor Yapan ve Yapmayan Lise Öğrencilerinde Kaygı ve Saldırganlık Arasındaki ilişkinin İncelenmesi	
Başvuru Formunun Etik Kurula geldiği tarih	07.03.2025
Başvuru Formunun Etik Kurulda incelendiği tarih	10.03.2025
Karar tarihi	10.03.2025

SONUÇ

1.	☒ Kabul
2.	☐ Düzeltme gereklidir: Etik sorun olabilecek sorular/maddeler, süreçler ya da unsurlar bulunmaktadır. Açıklama:
3.	☐ Red Gerekeçe, Görüş, Tavsiye ve Açıklamalar:

Başvuru dosyasının incelenmesinde hazır bulunan ve araştırmayla doğrudan veya dolaylı olarak ilişkisi bulunmayan Etik Kurul başkan ve üyelerinin ad,soyad ve imzaları.

Doç. Dr. Seda SABAH	Başkan	Eğitim Fakültesi	İMZA
Doç.Dr. Melike BAŞ	Üye	Yabancı Diller Yüksekokulu	İMZA
Doç.Dr. Üyesi Fatih CAN	Üye	Eğitim Fakültesi	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi Nihan OSMANOĞLU	Üye	Eğitim Fakültesi	İMZA
Doç. Dr. Aşlı ALTANLAR	Üye	Mimarlık Fakültesi	İMZA
Doç. Dr. Önder ERYILMAZ	Üye	Eğitim Fakültesi	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi Ayşe ŞAHİN	Üye	Sabuncuoğlu Şerefeddin ŞHMYO	İMZA
Dr. Öğr. Üyesi Mustafa Yıldız	Üye	Eğitim Fakültesi	İMZA

KYT-FRM-126/00

Bu belge,güvenli elektronik imza ile imzalanmıştır.

Ek-3: Kaygı Değerlendirme Ölçeği

KAYGI DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ (KDÖ)

Bu ölçekte 10 madde yer almaktadır. Aşağıdaki maddeleri dikkatle okuyarak, her biri için size en uygun tek bir yanıt veriniz. Ölçekteki maddeleri atlamadan hepsini yanıtlamanız, geçerli sonuç elde edilmesi açısından önemlidir. Katılımınız için teşekkür ederiz.

		Hiç	Çok Nadiren	Bazen	Sıklıkla	Neredeyse Her Zaman
1	Kaslarımın gergin olduğunu hissediyorum.	1	2	3	4	5
2	Gelecekte endişe etmekten kendimi alıkoyamıyorum.	1	2	3	4	5
3	Kendimi güvende hissetmiyorum.	1	2	3	4	5
4	Uykuyla ilgili sorunlarım var.	1	2	3	4	5
5	Kötü bir şey olacak hissine kapılıyorum.	1	2	3	4	5
6	Kaçıp güvenli bir yere sığınmak istiyorum.	1	2	3	4	5
7	Sindirim sistemi sorunlarım var.	1	2	3	4	5
8	İşler kontrolümden çıkacak diye huzursuzum.	1	2	3	4	5
9	Belirsizliğe tahammül edemiyorum.	1	2	3	4	5
10	Sanki boğuluyormuşum gibi nefes almam zorlaşıyor.	1	2	3	4	5

Puanlama: Ölçekte ters puanlanan madde yoktur, KAYGI toplam ölçek puanı tüm maddeler toplanarak elde edilir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 10 (on), en yüksek puan 50 (elli)'dir.

Alt ölçekler puanlama

- 1- Fizyolojik Gerginlik (FG) = Maddeler 1,4,7,10 (Min=4, Max=20)
- 2- Endişelenme (E) = Maddeler 2,5,8 (Min=3, Max=15)
- 3- Güvende Hissetmeme (GH) = Maddeler 3,6,9 (Min=3, Max=15)

Ek-4: Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu

Saldırganlık Ölçeği Kısa Formu (12 Madde)

Lütfen aşağıdaki ifadelerin, sizin için ne oranda doğru ya da yanlış olduğunu belirtiniz.

Maddeler	Tamamen yanlış	Çoğunlukla yanlış	Ne yanlış ne doğru	Çoğunlukla doğru	Tamamen doğru
1. Biraz tahrik edildiğimde başka birisine vurabilirim.	A	B	C	D	E
2. Bana sataştığı için yumruk yumruğa geldiğim çok insan olmuştur.	A	B	C	D	E
3. Tanıdığım insanlara gözdağı verdiğim olmuştur.	A	B	C	D	E
4. Kendimi sıklıkla diğer insanlar ile anlaşmazlık içinde buluyorum.	A	B	C	D	E
5. Benimle aynı görüşte olmayan insanlarla tartışmaktan kendimi alamam	A	B	C	D	E
6. Arkadaşlarım biraz fazla tartışmacı biri olduğumu söylerler.	A	B	C	D	E
7. Çabuk parlarım ama kızgınlığım çabuk geçer.	A	B	C	D	E
8. Bazen, hiç sebep yokken birdenbire öfkelenirim.	A	B	C	D	E
9. Öfkemi kontrol etmekte zorlanırım.	A	B	C	D	E
10. Bazen hayatın bana adil davranmadığını hissedirim.	A	B	C	D	E
11. Şans hep başkalarına gülüyor, onlardan yana oluyor.	A	B	C	D	E
12. Zaman zaman neden bu kadar acı çektiğimi merak ediyorum.	A	B	C	D	E

Fiziksel Saldırganlık: 1., 2., 3. madde

Sözel Saldırganlık: 4., 5., 6. madde

Öfke: 7., 8., 9. madde

Düşmanlık: 10., 11., 12. madde

Kuzucu, Y., ve Sarıot-Ertürk, Ö. (2020). Psychometric properties of Turkish Version of Aggression Questionnaire Short Form in adolescents and adults. *Journal of Measurement and Evaluation in Education and Psychology*, 11(3), 243-265.

ÖZGEÇMİŞ

Muhammed Zahid KÖTÜLÜKETMEZ

ÖĞRENİM BİLGİSİ

Lisans	Amasya Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi Öğretmenliği, 2018-2022
Yüksek Lisans	Amasya Üniversitesi, Beden Eğitimi Öğretmenliği Yüksek Lisans 2024-2026
Doktora	

MESLEKİ DENEYİM

Müdür Yardımcısı	Zeki Cevher İlkokulu, 2023-...
------------------	--------------------------------

BİLİMSEL ÇALIŞMALAR

Ulusal/Uluslararası hakemli dergilerde yayımlanan makaleler:

Kötülüketmez, M., Sabah, S. and Derelioğlu, M. (2025) "Media and Youths' Perception of Sports: The Reality Shaped on Screen", *Annals of "Dunarea de Jos" University of Galati. Fascicle XV, Physical Education and Sport Management*, (1), pp. 45-59. doi: <https://doi.org/10.35219/efms.2025.1.04>

Ulusal/Uluslararası bilimsel toplantılarda sunulan ve bildiri kitaplarında basılan bildiriler:

Kötülüketmez, M. ve Güler, İ. (2025). Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi ve Spor Dersi Sportmenlik Davranışına Karşı Tutumları. 13th International New York Academic Research Congress on Social, Humanities, Administrative, and Educational Sciences.

Kötülüketmez, M., Sabah, S. (2025). Yerel Ağızlar ve Beden Eğitimi ve Spora Katılım: Öğretmen Perspektifi. Africa 8th International Conference On Scientific Researches.

Yazılan ulusal/uluslararası kitaplar veya kitaplardaki bölümler:

Projeler: