



**Turkish Kick Boxing Federation
Journal of Sport Science**

**Türkiye Kickboks Federasyonu
Spor Bilimleri Dergisi**

Volume: 4, Sayı:1, Ocak, 2011, ISSN: 1309-1336

KICK-BOKSÖRLERİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE ÖFKE VE SALDIRGANLIK DÜZEYLERİNİN ARAŞTIRILMASI

*** Ali Tekin., * Gülcan Tekin., ** Murat Eliöz**

*Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Muğla Üniversitesi, Muğla.

*Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Muğla Üniversitesi, Muğla.

**Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, 19 Mayıs Üniversitesi, Samsun.

Özet

Bu araştırma Muğla'nın Bodrum ilçesinde 2010 Türkiye Kik-Boks Şampiyonası'nda yapılmıştır. Araştırmanın amacı kik boks sporcularının öfke ve saldırganlık düzeyleri hakkında bilgi sahibi olmaktır. Katılımcılar 50 kadın 155 erkek toplam 205 kişidir. Gerekli izin Türkiye Kick Boks Federasyonu ve Gençlik Spor Muğla İl Müdürlüğü'nden alınmıştır. Katılımcıların yaşı 15–35 arasındadır. Yaş, cinsiyet ve kuşak derecesi dikkate alınmıştır. Araştırmada verileri toplamak için Özer (1994) tarafından uyarlanan Spielberger'in Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ) ve İpek İltter Kiper tarafından geliştirilen saldırganlık ölçeği kullanılmıştır.

Verilerin analizinde SPSS 14,0 versiyonu kullanılmış ve farklı grupta bulunan sporcuların puanlarına bağımsız t- test uygulanmıştır. İki den fazla gruplarda, gruplararası farkı belirlemek için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Fark olduğu durumlarda, gruplararası farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için Tukey HSD Post Hoc testi uygulanmıştır.

Anahtar Kelimeler: kikkoksör, saldırganlık, öfke.

Abstract

EXAMINING THE AGGRESSIVENESS AND ANGER LEVELS OF KICK-BOXERS CONSIDERING SOME VARIABLES.

This research was carried out in Bodrum in Muğla province in 2010 during Turkish Kick-boxing Championship. The aim was to determine the aggressiveness and anger level of martial artists. The participants were 205 in total, 50 female and 155 male. The required permission was obtained from Turkish Kick Boxing Federation and Muğla Youth and Sports Provincial Directorate. Variables such as gender, sports branch and age have been taken into consideration. The age of participants ranges from 15 to 35. Data gathering material were Spielberger's State Trait Anger Expression Inventory and Aggressiveness Scale by İpek İter Kiper. In SPSS 14.0 version, means of two different groups were compared by independent t-test. One way ANOVA was preferred for the groups more than two, and when there is difference Tukey Post Hoc test was applied.

Keywords: kick-boxer, aggressiveness, anger.

Giriş

Duygular içinde önemli bir yeri olan öfke, şiddeti ve sürekliliği bakımından değişkenlik gösteren ve genelde hatalı bir davranışa maruz kalma gibi bir algı ile ilişkili olarak ortaya çıkan, duygusal bir yükseliş ve olumsuz bir duygudurumdur (Vecchio ve O'Lear, 2004). Saldırganlık, Tiryaki (2000) tarafından, "karşısındakine üstün gelmek, onu yönetmek, bir işi bozmak, boşa çıkarmak için düşmanca, incitici, hırpalayıcı, acı/ağrı verici davranış biçimi olarak açıklanmıştır. Öfke kimi zaman kısa süreli, orta şiddette hatta kişiye faydalı; kimi zaman ise çok şiddetli, yoğun, sürekli ve tahrip edici olabilmektedir. Spielberger (1988) öfkenin orta şiddette bir rahatsızlık ve uyarılma halinden yoğun bir husumet ve saldırganlık durumuna kadar değişen yoğunluklarda yaşanabileceğini düşünmektedir. Birçok yazar öfke ve saldırganlığın sporda ve özellikle temas sporlarında önemli bir sorun olduğunu belirtmiştir (örneğin, Conroy ve ark, 2001). Öfkenin ifade şekilleri de çeşitlilik göstermektedir. Bunlardan belki de en önemlisi saldırganlıktır (Balkaya ve Şahin, 2003).

Spor karşılaşmaları rekabetin getirdiği saldırgan davranışlar için uygun bir zemin oluşturur. Fakat rakibe zarar veren her davranışı da saldırganlık olarak nitelendiremeyiz. Spor faaliyetlerindeki saldırganlığın sınırları, ilgili spor dalının kurallarıyla belirlenmiştir. Tiryaki'nin (1996) belirttiği gibi benzer bir hareket, değişik spor dallarında farklı şekilde

değerlendirilir. Güreşte yapılan bir “el ense çekme” hareketini, hentbol da uygulamak mümkün değildir. Bir boks müsabakasında rakibe atılan bir yumruk dalın gereği iken başka bir spor dalında cezayı gerektirir. Beden teması arttıkça saldırgan davranışın görülme olasılığı da artar.

Spor dallarının hemen hepsinde sporcular belirli kurallar dahilinde fiziksel güç harcayarak saldırganlık davranışları gösterirler. Bu nedenle her spor dalının saldırganlık düzeyi aynı olarak kabul edilmemektedir. Bazı spor dallarının (Amerikan futbolu, buz hokeyi, boks, güreş) daha fazla saldırganlık ögesi içerdiği söylenmektedir (Eripek, 1993). Ayrıca, saldırganlık ögesi yoğun sporlar yapan bireylerin, spor dışı yaşamlarında daha sıklıkla saldırgan davranışta buldukları da belirtile de, bu sporları yapanların spor yaşantılarında öfke ve saldırgan davranışları daha kolaylıkla kontrol ettikleri, dolayısıyla daha az saldırgan davranışlarda buldukları yönünde karşıt görüşte bulunmaktadır (Eripek,1993).

Dövüş sporları da öfke ve saldırganlığın üst düzeyde yaşandığı sporlar olarak algılanmaktadır. Bu tip sporların katılımcılar üzerindeki psikososyal etkileri göz önüne alındığında, bu etkilerin olumlu veya olumsuzluğu hakkında bir karmaşa yaşanmaktadır. Genel olarak ileri sürülen iki zıt iddiadan söz edilebilir. Öncelikle, dövüş sporlarıyla ilgilenen insanların olumlu psikososyal değişimler ve ahlaki gelişim gösterdiklerini savunan birçok araştırmacı vardır. Dövüş sanatlarının özde bu amaca odaklandığı bilinmektedir. Bu faydaların araştırmacılar tarafından belirtilmiş olmasına ve dövüş sanatlarının felsefesinin özünde olumlu gelişimler işaret edilmesine rağmen, bu sporların vahşet ve saldırganlık içerdiğini düşünen insan sayısı da oldukça fazladır. Dövüş sporlarının kitle görsel iletişim araçlarında ortaya konuluş biçimi, bu sanatlara karşı gelişen olumsuz düşüncenin veya önyargının yaygınlaşmasında temel nedendir. Savaş zamanlarında, dövüş sporlarının amacı rakibin öldürülmesi veya etkisiz hale getirilmesine dayanırken, barış zamanlarında amaç daha yaygın olarak bireysel gelişim ve disiplin kazanma olmuştur. Eğer dövüş sanatları daha iyi bir insan olma, bireysel ve toplumsal şiddeti azaltmaya yönelik ise, dövüş sporlarıyla performans sporcusu olarak ilgilenenlerin öfke ve saldırganlık düzeylerinin ortaya konulması önemlidir.

Bu araştırma 2010 yılında yapılan Türkiye Kick-Boks Şampiyonası'na katılan sporcularının öfke ve saldırganlık düzeylerini karşılaştırmak için yapılmıştır. Kuşak, cinsiyet ve yaş grubu gibi değişkenler göz önünde bulundurulmuştur. Araştırmanın hipotezleri “Öfke ve saldırganlık düzeyi sporcuların kuşaklarına göre değişiklik gösterir”, “Sporcuların yaşı öfke

ve saldırganlık düzeyini etkiler”, “Cinsiyet sporcuların öfke ve saldırganlık düzeyine etki eder” şeklinde kurulmuştur.

Materyal ve Metod

Bu araştırma Muğla'nın Bodrum ilçesinde 2010 Türkiye Kik-Boks Şampiyonası süresince Parkım Ayaz Otel' de yapılmıştır. Spor yaşantılarına devam eden kik-boks sporcusu 50 kadın 155 erkek toplam 205 kişi yer almıştır. Katılımcıların yaşı 15–35 arasındadır. Anket uygulamaları, şampiyona sorumlusu gözetimi altında tartı öncesi sporculara ön bilgi verildikten sonra, gönüllü katılımları sağlanarak yapılmıştır. Araştırmada verileri toplamak için Spielberg'in Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ) ve İpek İLTER (KİPER) tarafından geliştirilen saldırganlık ölçeği (İ.İ.S.Ö) kullanılmıştır.

Sürekli Öfke-Öfke Tarzı Ölçeği: Öfke Tarzı Ölçeği (SÖÖTÖ) Öfke duygusu ve ifadesini ölçen, bir kendini değerlendirme ölçeğidir. Spielberg tarafından 1983 yılında geliştirilmiş, ülkemiz için geçerlilik ve güvenilirliği Özer (1994) tarafından yapılmıştır. Ölçek öfke içe, öfke dışı, öfke kontrol ve sürekli öfke olmak üzere 4 alt ölçekten ve 34 maddeden oluşmaktadır. Ölçeğin değerlendirilmesinde “Hiç tanımlamıyor” yanıtına 1 puan, “Biraz tanımlıyor” yanıtına 2 puan, “Oldukça tanımlıyor” yanıtına 3 puan, “Tümüyle tanımlıyor” yanıtına 4 puan verilir. Öfke içe, öfke dışı ve öfke kontrol alt ölçeklerinden alınabilecek en düşük puan 8, en yüksek puan 32; sürekli öfke alt ölçeğinden alınabilecek en düşük puan 10, en yüksek puan 40'tır.

Ölçeğin genel toplam puanı olmayıp, dört alt ölçeğin maddeleri o alt ölçeklerin toplam puanını oluşturmaktadır. SÖÖTÖ sürekli öfke alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfke düzeyinin yüksek olduğunu, öfke kontrol alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfkenin kontrol edilebildiğini, öfke dışı alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar öfkenin kolayca ifade edildiğini, öfke içe alt ölçeğinden alınan yüksek puanlar ise öfkenin bastırılmış olduğunu gösterir.

Saldırganlık Ölçeği (İ.İ.SÖ): Bu araştırmada İpek İLTER (KİPER) tarafından geliştirilen saldırganlık ölçeği kullanılmıştır. Envanter grup olarak üniversite öğrencilerine uygulanmaktadır. Ve 30 maddeden oluşan üç alt testi içermektedir. Bunlar: yıkıcı saldırganlık, Atılganlık ve edilgen saldırganlıktır. Envanterde her bir alt test 10 soru ile belirlenmiştir. Yıkıcı saldırganlıkla ilgili maddeler;1, 2, 3, 13, 14, 15, 22, 23, 24, 29, Atılganlıkla ilgili maddeler; 4, 5, 6, 10, 11, 12, 19, 20, 21, 28, Edilgen saldırganlıkla ilgili

maddeler ise; 7, 8, 9,16, 17, 18, 25, 26, 27, 30 dur. Envanterde kullanılan materyal soru formu ve yanıt kadar. Sorular “bana hiç uymuyor” ve “bana çok uyuyor” uçlar arasında yanıtlamayı içeren 7’li Likert tipidir. Kuramsal olarak her bir alt testte, her soruya bana çok uyuyor şeklinde yanıt veren denek +30, bana hiç uymuyor şeklinde yanıt veren denek ise -30 puan almaktadır. Ancak istatistiksel olarak eksi puanlar kullanılmayacağından dolayı ve sıfır sayısının da istatistiksel analizde sorun yaratacak düşüncesiyle her toplam puana 31 sayı ilave edilmiştir. Bu sayede her bir alt testten alınan puan 1, en yüksek puan 61 olmaktadır. Envanterin kendisinde olmamakla birlikte, her üç alt ölçeğin toplam puanlarından yola çıkılarak her denek için genel bir saldırganlık puan da elde edilmiştir.

Verilerin analizinde SPSS 14,0 versiyonu kullanılmış ve farklı grupta bulunan sporcuların puanlarına bağımsız t- test uygulanmıştır. İki den fazla gruplarda, gruplararası farkı belirlemek için tek yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Fark olduğu durumlarda, gruplararası farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için Tukey HSD Post Hoc testi uygulanmıştır. Anlam düzeyi $p < 0.05$ ’dir.

Bulgular

Bu bölümde sporculardan elde edilen verilerin cinsiyet, yaş grubu, kuşak derecelerine göre istatistiksel analiz sonuçları verilmiştir.

Tablo 1: Cinsiyetlere Göre Öfke Puanlarının Karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	X	SS	t	p
Sürekli Öfke	Kız	45	23,62	5,35	-,148	,882
	Erkek	160	23,76	5,68		
Öfke Dışa	Kız	45	21,53	5,64	-,504	,615
	Erkek	160	22,01	5,72		
Öfke İçe	Kız	45	20,64	5,12	-,352	,725
	Erkek	160	20,98	5,81		
Öfke Kontrol	Kız	45	22,11	5,10	-,045	,964
	Erkek	160	22,15	5,09		
Toplam Öfke	Kız	45	87,86	15,33	-,248	,805
	Erkek	160	88,59	17,91		

Tablo 2: Yaş Gruplarına Göre Öfke Puanlarının Karşılaştırılması

		N	X	SS	Min.	Max.	F	p
Sürekli Öfke Puanı	15-20	58	22,31	5,71	12,00	35,00	2,788	,064
	20-25	98	24,12	5,92	11,00	40,00		
	25-+	49	24,63	4,48	15,00	36,00		
	Toplam	205	23,73	5,60	11,00	40,00		
Öfke Dışa	15-20	58	19,63	5,68	11,00	36,00	7,829	,001
	20-25	98	22,36	5,59	10,00	38,00		
	25-+	49	23,69	5,12	14,00	38,00		
	Toplam	205	21,91	5,69	10,00	38,00		
Öfke İçer	15-20	58	18,79	5,16	10,00	30,00	7,296	,001
	20-25	98	21,22	5,51	10,00	34,00		
	25-+	49	22,77	5,81	14,00	33,00		
	Toplam	205	20,90	5,65	10,00	34,00		
Öfke Kontrol	15-20	58	20,77	4,32	9,00	29,00	4,867	,009
	20-25	98	22,12	5,18	11,00	35,00		
	25-+	49	23,79	5,30	13,00	36,00		
	Toplam	205	22,14	5,08	9,00	36,00		
Toplam	15-20	58	80,96	14,65	52,00	123,00	9,368	,000
	20-25	98	89,83	18,05	55,00	136,00		
	25-+	49	94,46	16,03	65,00	136,00		
	Toplam	205	88,43	17,35	52,00	136,00		

Tablo 3: Yaş Gruplarına Tukey HSD sonuçları

Değişken	Yaş	Yaş	Ortalama Farkı	SS	p
Sürekli Öfke Puanı	15-20	21-25	-1,81210	,91991	,122
		26+	-2,32231	1,07743	,082
	21-25	15-20	1,81210	,91991	,122
		26+	-,51020	,97153	,859
	26+	15-20	2,32231	1,07743	,082
		21-25	,51020	,97153	,859
Öfke Dışa	15-20	21-25	-2,72942(*)	,91326	,009
		26+	-4,05595(*)	1,06964	,001
	21-25	15-20	2,72942(*)	,91326	,009
		26+	-1,32653	,96451	,356
	26+	15-20	4,05595(*)	1,06964	,001
		21-25	1,32653	,96451	,356
Öfke İçe	15-20	21-25	-2,43139(*)	,90987	,022
		26+	-3,98241(*)	1,06567	,001
	21-25	15-20	2,43139(*)	,90987	,022
		26+	-1,55102	,96093	,242
	26+	15-20	3,98241(*)	1,06567	,001
		21-25	1,55102	,96093	,242
Öfke Kontrol	15-20	21-25	-1,34659	,82657	,236
		26+	-3,02006(*)	,96811	,006
	21-25	15-20	1,34659	,82657	,236
		26+	-1,67347	,87296	,136
	26+	15-20	3,02006(*)	,96811	,006
		21-25	1,67347	,87296	,136
Toplam Öfke	15-20	21-25	-8,87122(*)	2,76329	,004
		26+	-13,50387(*)	3,23646	,000
	21-25	15-20	8,87122(*)	2,76329	,004
		26+	-4,63265	2,91836	,253
	26+	15-20	13,50387(*)	3,23646	,000
		21-25	4,63265	2,91836	,253

* P<0.05

Varyans analizi sonucunda anlamlı farklara ulaşılması nedeniyle farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan Tukey HSD sonuçlarına göre, öfke dışa puanlarında oluşan fark 15-20 yaş grubunun öfke puanlarının 21-25 ve 26+ grubunun öfke puanlarından düşük olmasından kaynaklanmaktadır.

Öfke içe puanlarında oluşan fark yine 15-20 yaş grubunun öfke puanlarının 21-25 ve 26+ grubunun öfke puanlarından düşük olmasından kaynaklanmaktadır.

Öfke kontrol puanlarında belirlenen fark ise 15-20 yaş grubunun öfke kontrol puanlarının 26+ grubunun öfke kontrol puanlarından düşük olmasından kaynaklanmaktadır.

Toplam öfke puanlarında oluşan fark ise 15-20 yaş grubunun öfke puanlarının 21-25 ve 26+ grubunun öfke puanlarından düşük olmasından kaynaklanmaktadır.

Tablo 4: Kuşak Derecesine Göre Öfke Puanlarının Karşılaştırılması

		N	X	SS	Min.	Max.	F	p
Sürekli Öfke Puanı	Kuşak	48	23,54	5,56	11,00	33,00	,173	,841
	Dan	15	23,06	3,80	16,00	31,00		
	Khan	142	23,86	5,79	12,00	40,00		
	Toplam	205	23,73	5,60	11,00	40,00		
Öfke Dışa	Kuşak	48	21,67	5,45	10,00	32,00	,166	,847
	Dan	15	21,33	4,89	14,00	31,00		
	Khan	142	22,05	5,87	11,00	38,00		
	Toplam	205	21,91	5,69	10,00	38,00		
Öfke İçe	Kuşak	48	21,04	5,73	11,00	34,00	,310	,734
	Dan	15	19,80	4,55	15,00	33,00		
	Khan	142	20,97	5,76	10,00	34,00		
	Toplam	205	20,90	5,65	10,00	34,00		
Öfke Kontrol	Kuşak	48	22,68	4,85	15,00	35,00	,376	,687
	Dan	15	22,20	3,76	17,00	28,00		
	Khan	142	21,95	5,28	9,00	36,00		
	Toplam	205	22,14	5,08	9,00	36,00		
Toplam	Kuşak	48	88,29	17,57	55,00	124,00	,208	,812
	Dan	15	85,73	10,65	71,00	113,00		
	Khan	142	88,76	17,90	52,00	136,00		
	Toplam	205	88,43	17,35	52,00	136,00		

Tablo 5: Cinsiyet Değişkenine Göre Saldırganlık Puanlarının Karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	X	SS	t	p
Yıkıcı Saldırganlık	Kız	45	39,93	9,02	-1,717	,087
	Erkek	160	42,67	9,58		
Atılgnlık	Kız	45	36,60	10,05	-1,879	,062
	Erkek	160	39,88	10,45		
Edilgen Saldırganlık	Kız	45	41,13	9,30	-,717	,474
	Erkek	160	42,26	9,40		
Toplam Saldırganlık	Kız	45	118,35	23,06	-1,578	,116
	Erkek	160	124,67	23,91		

Tablo 6: Yaş Gruplarına Göre Saldırganlık Puanlarının Karşılaştırılması

		N	X	SS	Min.	Max.	F	p
Yıkıcı Saldırganlık	15-20	58	40,96	9,64	21,00	62,00	1,360	,259
	20-25	98	41,80	9,24	20,00	60,00		
	25-+	49	43,91	9,80	21,00	60,00		
	Toplam	205	42,07	9,50	20,00	62,00		
Atılğanlık	15-20	58	37,74	9,23	14,00	60,00	,843	,432
	20-25	98	39,46	10,88	15,00	62,00		
	25-+	49	40,24	10,87	15,00	70,00		
	Toplam	205	39,16	10,43	14,00	70,00		
Edilgen Saldırganlık	15-20	58	41,13	8,62	27,00	62,00	1,813	,166
	20-25	98	41,43	9,66	19,00	65,00		
	25-+	49	44,22	9,48	21,00	74,00		
	Toplam	205	42,01	9,37	19,00	74,00		
Toplam Saldırganlık	15-20	58	119,55	22,04	85,00	168,00	1,862	,158
	20-25	98	122,94	25,22	61,00	178,00		
	25-+	49	128,38	22,45	88,00	185,00		
	Toplam	205	123,28	23,81	61,00	185,00		

Tablo 7: Kuşak Derecesine Göre Saldırganlık Puanlarının Karşılaştırılması

		N	X	SS	Min.	Max.	F	p
Yıkıcı Saldırganlık	Kuşak	48	43,25	9,29	24,00	60,00	1,359	,259
	Dan	15	44,80	9,27	21,00	55,00		
	Khan	142	41,38	9,57	20,00	62,00		
	Toplam	205	42,07	9,50	20,00	62,00		
Atılğanlık	Kuşak	48	40,10	12,07	15,00	70,00	,340	,712
	Dan	15	37,80	9,54	21,00	54,00		
	Khan	142	38,99	9,96	14,00	60,00		
	Toplam	205	39,16	10,43	14,00	70,00		
Edilgen Saldırganlık	Kuşak	48	41,62	8,80	20,00	57,00	,564	,570
	Dan	15	44,46	7,66	34,00	58,00		
	Khan	142	41,89	9,73	19,00	74,00		
	Toplam	205	42,01	9,37	19,00	74,00		
Toplam	Kuşak	48	125,00	26,12	61,00	185,00	,430	,651
	Dan	15	127,06	18,04	92,00	163,00		
	Khan	142	122,30	23,61	61,00	171,00		
	Toplam	205	123,28	23,81	61,00	185,00		

Tartışma ve Sonuç

Araştırmanın bu bölümünde verilere uygulanan istatistiksel analiz sonuçlarının tartışılarak değerlendirilmesi sunulmuştur.

Bu araştırmadan elde edilen sonuçlara göre cinsiyetler açısından sürekli öfke, öfke dışı, öfke içe, öfke kontrol ve toplam öfke puanlarında herhangi bir farka rastlanmamıştır (Tablo 1). Yaş gruplarına göre öfke puan türlerinde anlamlı farklar belirlenmiştir (Tablo 2). Öfke dışı puanlarında ($p<0.001$), öfke içe ($p<0.001$), öfke kontrol puanlarında ($p<0.05$) ve toplam öfke puanlarında (0.001) anlamlı farklar bulunmuştur ($p<0.05$). Varyans analizi sonucunda anlamlı farklara ulaşılması nedeniyle farkın hangi gruptan kaynaklandığını belirlemek için yapılan Tukey HSD sonuçlarına göre, öfke dışı puanlarında oluşan fark 15-20 yaş grubunun öfke puanlarının 21-25 ve 26+ grubunun öfke puanlarından düşük olmasından kaynaklanmaktadır. Öfke içe puanlarında oluşan fark yine 15-20 yaş grubunun öfke puanlarının 21-25 ve 26+ grubunun öfke puanlarından düşük olmasından kaynaklanmaktadır. Öfke kontrol puanlarında belirlenen fark ise 15-20 yaş grubunun öfke kontrol puanlarının 26+ grubunun öfke kontrol puanlarından düşük olmasından kaynaklanmaktadır. Toplam öfke puanlarında oluşan fark ise 15-20 yaş grubunun öfke puanlarının 21-25 ve 26+ grubunun öfke puanlarından düşük olmasından kaynaklanmaktadır (Tablo 3). Tablo 4'e göre kuşak dereceleri açısından yapılan karşılaştırmalar sonucunda sürekli öfke, öfke dışı, öfke içe, öfke kontrol ve toplam öfke puanlarında herhangi bir farka rastlanmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 5'e göre cinsiyetler açısından yapılan karşılaştırmalar sonucunda sürekli yıkıcı saldırganlık, atılganlık, edilgen saldırı ve toplam saldırı puanlarında herhangi bir farka rastlanmamıştır ($p>0.05$). Tablo 6'ya göre yaş grupları açısından yapılan karşılaştırmalar sonucunda yıkıcı saldırganlık, atılganlık, edilgen saldırganlık ve toplam saldırganlık puanlarında herhangi bir farka rastlanmamıştır ($p>0.05$). Tablo 7'ye göre kuşak dereceleri açısından yapılan karşılaştırmalar sonucunda yıkıcı saldırganlık, atılganlık, edilgen saldırganlık ve toplam saldırganlık puanlarında herhangi bir farka rastlanmamıştır ($p>0.05$).

Bu araştırma sonuçları konuyla ilgili mevcut literature göre değerlendirildiğinde, önceki çalışmalarla daha çok örtüşen ancak az da olsa çelişen yönlerinin olduğu görülmektedir. Genel olarak, kuşak seviyesi veya dövüş sanatını yapma süresi arttıkça, endişe (Kurian ve ark., 1993), saldırganlık, düşmanlık (Rothpearl, 1980; Nosanchuk, 1981; Nosanchuk ve MacNeil, 1989; Skelton ve ark., 1991; Daniels ve Thornton, 1990; 1992) ve nevroz (Layton, 1988) duyguları azalırken, kendine güven (Duthie ve ark., 1978; Konzak

ve Bourdeau, 1984), bağımsızlık, kendine inanma (Konzak ve Bourdeau, 1984; Kurian ve ark., 1994) ve özsaygı (Richman ve Rehberg, 1986) artmaktadır.

Bu sonuçlar, dövüş sanatlarıyla uğrasanları cesaretlendirse de, kesitsel sonuçların zaman içinde yıpranmayı kontrol edemediğini unutmamak gerekir. Olumlu sonuçların, üst kuşak ve daha deneyimli gruplarda, yeni başlayan ve etkinliği yarım bırakan gruplara nazaran daha fazla olduğu ileri sürülse de, Nosanchuk ve MacNeil (1989), yaptıkları çalışmada karate, taek-wondo ve Japon güreşine devam etmekte olan ve daha önceki yıllarda bu sporları yapıp bırakmış öğrencileri saldırganlık açısından karşılaştırmıştır. Öğrencilerin saldırganlık ve kuşak seviyesi arasında ters bir ilişki olduğunu belirlerken, her iki öğrenci grubunda saldırganlık açısından herhangi bir farkın oluşmamasını geleneksel yani yapılan sporun özüne uygun, diğer bir deyişle sporu güncelleştirilerek özünü bozmadan yapılan çalışmalara bağlamış, saldırganlığın azalmasında yıpranmanın değil antrenmanın önemli olduğunu göstermektedir.

Hapkido (Spear, 1989), judo (Pyecha, 1970), jujitsu (Daniels ve Thornton, 1992), karate (Daniels ve Thornton, 1992; Foster, 1997), taekwondo (Finkenberg, 1990) ve taijiquan (Brown ve ark., 1995) öğrencilerine uygulanan uzun süreli çalışmaların çoğu, yukarıda verilen kesitsel çalışma bulgularını desteklemektedir. Dövüş sanatları egzersizleri düşmanlık (Daniels ve Thornton, 1992), öfke (Brown ve ark., 1995) ve saldırganlık duygularında azalmaya neden olmaktadır (Madden, 1990; 1995). Aynı zamanda bu egzersizlere katılım daha rahat ve sempatik bireyler olmayı sağlar (Pyecha, 1970); özgüven (Spear, 1989) ve özsaygıyı (Finkenberg, 1990; Brown ve ark., 1995) arttırır, kendini kontrol becerisini geliştirir (Brown ve ark., 1995).

Farklı dövüş sanatlarının etkilerinin farklı olduğundan söz edilmektedir. Foster'ın (1997) bir çalışmasında, aikido öğrencilerinde herhangi bir gelişme görülmezken, karate öğrencilerinin kişisel gerginlik puanlarında anlamlı azalma kaydedilmiştir. Yani, bazı dövüş sanatları diğerlerine göre daha çabuk değişikliklere neden olmaktadır. Bazı çalışmalar dövüş sanatlarının herhangi bir psikososyal etkisinin olmadığını belirtmektedir. Kesitsel bir çalışmada Kroll ve Carlson (1967), karate çalışmalarının devam ettirilme süresi ile kişilik özellikleri arasında bir ilişki bulamamıştır.

Mevcut literatür ve bu araştırma sonuçları birlikte değerlendirildiğinde, konuyla ilgili farklı metodoloji ve örneklerle yeni araştırmaların tasarlanması gerektiği görülmektedir. Konuyla ilgili daha açık ve güvenilir sonuçlara ulaşarak genellemeler

yapılabilmesi için ülkemizde kick-boks sporuyla uğraşanları ele alan çok daha fazla sayıda araştırmanın yapılması önerilebilir.

Kaynaklar

Balkaya, F, Şahin, H.N. (2003). Çok boyutlu öfke ölçeği. *Türk Psikiyatri Dergisi*. 14: 192-202.

- Brown, D.R., Wang, Y., Ward, A., Ebbeling, C.B., Fortlage, L., Puleo, E., Benson, H. and Rippe, J.M. (1995). Chronic Psychological Effects of Exercise and Exercise Plus Cognitive Strategies. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 27: 765-775.
- Conroy, Silva, Newcomer, Walker, & Johnson (2001) D.E. Conroy, J.M. Silva, R.R. Newcomer, B.W. Walker and M.S. Johnson, Personal and participatory socializers of the perceived legitimacy of aggressive behavior in sport, *Aggressive Behavior*. 27: 405-418.
- Daniels, K., Thornton, E. (1992). Length of Training, Hostility and the Martial Arts: A Comparison with Other Sporting Groups. *British Journal of Sports Medicine*. 26: 118-120.
- Daniels, K., Thornton, E.W. (1990). An Analysis of the Relationship between Hostility and Training in the Martial Arts. *Journal of Sports Sciences*. 8: 95-101.
- Duthie, R.B., Hope, L. and Barker, D.G. (1978). Selected Personality Traits of Martial Artists as Measured by the Adjective Checklist. *Perceptual and Motor Skills*. 47: 71-76.
- Eripek, S. (1993). *Spor Psikolojisi*. Eskişehir Anadolu Üniversitesi Açık öğretim Fakültesi, Yayınları. No: 281
- Finkenberg, M.E. (1990). Effect of Participation in Tae kwon do on College Women's Self-Concept. *Perceptual and Motor Skills*. 71: 891-894.
- Foster, Y.A. (1997) Brief Aikido Training Versus Karate and Golf Training and University Students' Scores on Self-Esteem, Anxiety, and Expression of Anger. *Perceptual and Motor Skills* 84: 609-610.
- Kiper, İ. (1984). Saldırganlık Türlerinin Çeşitli Ekonomik, Sosyal ve Akademik Değişkenlerle İlişkisi. Yayınlanan Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara
- Konzak, B., Bourdeau, F. (1984). Martial Arts Training and Mental Health: An Exercise in Self-Help. *Canada's Mental Health*. 32: 2-8.
- Kroll, W., Carlson, B.R. (1967). Discriminant Function and Hierarchical Grouping Analysis of Karate Participants' Personality Profiles. *Research Quarterly*. 38: 405-411.
- Kurian, M., Caterino, L.C., Kulhavy, R.W. (1993). Personality Characteristics and Duration of ATA Tae kwon do Training. *Perceptual and Motor Skills*. 76: 363-366.
- Layton, C. (1988). The Personality of Black-Belt and Nonblack-belt Traditional Karateka. *Perceptual and Motor Skills*. 67: 218.

- Madden, M.E. (1990) Attributions of Control and Vulnerability at the Beginning and End of a Karate Course. *Perceptual and Motor Skills*. 70: 787-794.
- Madden, M.E. (1995) Perceived Vulnerability and Control of Martial Arts and Physical Fitness Students. *Perceptual and Motor Skills*. 80: 899-910.
- Nosanchuk, T.A. (1981). The Way of the Warrior: The Effects of Traditional Martial Arts Training on Aggressiveness. *Human Relations*. 34: 435-444.
- Özer AK (1994) Sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ölçekleri ön çalışması. *Türk Psikoloji Dergisi*. 9: 26-35.
- Pyecha, J. (1970). Comparative Effects of Judo and Selected Physical Education Activities on Male University Freshman Personality Traits. *Research Quarterly*. 41: 425-431.
- Richman, C.L. and Rehberg, H. (1986). The Development of Self-Esteem Through the Martial Arts. *International Journal of Sport Psychology*. 17: 234-239.
- Rothpearl, A. (1980). Personality Traits in Martial Artists: A Descriptive Approach. *Perceptual and Motor Skills*. 50: 395-401.
- Skelton, D.L., Glynn, M.A. and Berta, S.M. (1991). Aggressive Behavior as a Function of Tae kwondo Ranking. *Perceptual and Motor Skills*. 72: 179-182.
- Spear, R.K. (1989). Military Physical and Psychological Conditioning: Comparisons of Four Physical Training Systems. *Journal of the International Council for Health, Physical Education and Recreation*. 25: 30-32.
- Spielberger CD. (1988). Manual for the State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI). Odessa, FL: Psychological Assessment Resources,
- Tiryaki Ş. (1996) *Spor Yapan Bireylerin Saldırganlık Düzeylerinin Belirlenmesi: (Takım ve Bireysel sporlar açısından bir inceleme)*. Mersin Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı- Yüksek Lisans Tezi, Mersin.
- Tiryaki, Ş. (2000). *Spor Psikolojisi. Kavramlar, Kurallar ve Uygulama*. Eylül Kitap ve Yayınevi, Ankara.
- Vecchio, T., O'Lear, D.K. (2004). Effectiveness of Anger Treatments for Specific Anger Problems: A Meta-Analytic Review. *Clinical Psychology Review*. 24: 15-34.

