



T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

VOLEYBOL OYNAYAN ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Murat ÇAKMAK
YÜKSEK LİSANS TEZİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

DANIŞMAN
Doç. Dr. Levent GÖRÜN

DÜZCE, 2021



T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ

VOLEYBOL OYNAYAN ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Murat ÇAKMAK
YÜKSEK LİSANS TEZİ

BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANABİLİM DALI

DANIŞMAN
Doç. Dr. Levent GÖRÜN

DÜZCE, 2021

BEYAN

Bu tez çalışmasının kendi çalışmam olduğunu, tezin planlanmasından yazımına kadar bütün aşamalarda etik dışı davranışımın olmadığını, bu tezdeki bütün bilgileri akademik ve etik kurallar içinde elde ettiğimi, bu tez çalışmasıyla elde edilmeyen bütün bilgi ve yorumlara kaynak gösterdiğimi ve bu kaynakları da kaynaklar listesine aldığımı, yine bu tezin çalışması ve yazımı sırasında patent ve telif haklarını ihlal edici bir davranışımın olmadığı beyan ederim.

17/06/2021

Murat ÇAKMAK

TEŞEKKÜR

Tez çalışmam sürecinde değerli bilgi, birikim ve tecrübesi ile bana destek veren ve yol gösterici olan kıymetli danışman hocam sayın Doç. Dr. Levent GÖRÜN'e, tez savunmasında değerli katkılarından dolayı Dr. Öğr. Üyesi Önder ŞEMŞEK ve Dr. Öğr. Üyesi Aylin ÇELEN'e, benim bu günlere gelmemde emeği olan tüm hocalarıma, ölçeklerin uygulanmasında yardımını esirgemeyen Düzce il ve ilçe ortaokul beden eğitimi öğretmenlerine, çalışmamın ve hayatımın her alanında beni destekleyen sevgili aileme teşekkür ederim.



İÇİNDEKİLER

BEYAN	i
TEŞEKKÜR	ii
İÇİNDEKİLER	iii
TABLolar LİSTESİ	vi
ÖZET	1
ABSTRACT.....	2
1.GİRİŞ VE AMAÇ	3
1.1.Araştırmanın Amacı	4
1.2.Araştırmanın Önemi	4
1.3.Araştırmanın Problem Cümlesi	5
1.3.1.Alt problemler.....	5
1.4.Sayıtlılar	6
1.5.Sınırlılıklar.....	6
1.6.Tanımlar	6
1.6.1.Spor.....	6
1.6.2.Voleybol.....	6
1.6.3.Kaygı.....	6
1.6.3.2.Durumluk kaygı	7
1.6.3.3.Sürekli kaygı	7
1.6.4. Ortaokul öğrencisi.....	7
1.6.5 Okul sporları	7
1.6.6. Lisanslı oyuncu	7
2. GENEL BİLGİLER.....	8
2.1. Spor Kavramı.....	8
2.2. Sporun Tarihi ve Gelişimi	9
2.2.1. Türklerde sporun gelişimi.....	10

2.3. Sporun Faydaları	12
2.3.1. Biyolojik ve fizyolojik faydaları	12
2.3.2. Sosyolojik faydaları	13
2.3.3. Psikolojik faydaları	13
2.3.4. Ekonomik faydaları.....	14
2.4.Voleybol	14
2.4.1. Voleybol saha ölçüleri	15
2.4.2. Voleybolun dünyadaki gelişimi	16
2.4.3.Voleybolun Türkiye’deki gelişimi.....	17
2.5. Kaygı	17
2.5.1.Kaygının boyutları	18
2.5.1.1. Alarm tepkisi	19
2.5.1.2. Direnç dönemi	19
2.5.1.3. Yorgunluk (Tükenme) dönemi.....	19
2.5.2.Olumlu ve olumsuz kaygı	20
2.5.3.Bilişsel ve bedensel (somatik) kaygı	20
2.5.4.Kaygı ve spor	20
3. GEREÇ VE YÖNTEM	31
3.1. Araştırmanın Modeli	31
3.2. Evren Örneklem.....	31
3.3. Verilerin Toplanması ve Veri Toplama Araçları.....	34
3.4. Verilerin Analizi	35
4.BULGULAR	36
5. TARTIŞMA VE SONUÇ.....	50
5.1. Yaş Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri	50
5.2. Cinsiyet Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri	51
5.3. Okuduğu Okul Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri.....	52

5.4. Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri.....	52
5.5. Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri	53
5.6. Aile Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri	54
5.7. Anne Baba Birlikte Durumu Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri	55
5.8. Ailede Spor Yapan Olup Olmama Durumu Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri	56
5.9. Yaşadığı Aile Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri	56
5.10. Yaşadığı Bölge Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri.....	57
5.11. Lisanslı Olarak Oynama Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri	58
5.12. Öğrencilerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanları Arasındaki İlişki	58
6. KAYNAKLAR	63
7. EKLER	70
Ek-1. Kişisel Bilgi Formu.....	70
Ek-2 Durumluk Kaygı Ölçeği	70
Ek-3. Sürekli Kaygı Ölçeği	72
Ek-4. Etik Kurulu Raporu.....	73
Ek-5. Kabul Belgesi.....	74
Ek-6. Düzce Valilik Oluru.....	75
8. ÖZGEÇMİŞ	76

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1. Çalışmaya Katılan Öğrencilerin Bazı Değişkenlere Göre Dağılımları.....	31
Tablo 2. Yaş Değişkenine Göre Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırması	36
Tablo 3. Cinsiyet Değişkenine Göre Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırması	37
Tablo 4. Okuduğu Okul Değişkenine Göre Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırması	38
Tablo 5. Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırması	40
Tablo 6. Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırması	41
Tablo 7. Aile Gelir Durumu Değişkenine Göre Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırması	42
Tablo 8. Anne-Baba Birlikte Durumu Değişkenine Göre Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırması	44
Tablo 9. Ailede Spor Yapan Olup Olmama Durumu Değişkenine Göre Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırması	45
Tablo 10. Yaşadığı Aile Değişkenine Göre Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırması	46
Tablo 11. Yaşadığı Bölge Değişkenine Göre Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırması	47
Tablo 12. Lisanslı Olarak Kulüpte Voleybol Oynama Değişkenine Göre Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırması	48
Tablo 13. Öğrencilerin Durumluk Ve Sürekli Kaygı Puanları Arasındaki İlişki.....	49

ÖZET

VOLEYBOL OYNAYAN ORTAOKUL ÖĞRENCİLERİNİN KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ

Murat ÇAKMAK

Yüksek Lisans Tezi, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı

Tez Danışmanı Doç. Dr. Levent GÖRÜN

Haziran 2021, 75 Sayfa

Bu araştırma voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini karşılaştırılmak ve bazı değişkenlerin voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ile arasındaki ilişkiyi belirlemeyi amaçlamaktadır. Araştırmanın amacını gerçekleştirmek için Düzce İli merkez ve ilçelerinde bulunan ve okullar arası müsabakalara katılan 19 tane ortaokulda okul takımlarında oynayan 360 öğrenci çalışmaya dahil edilmiştir. Araştırmada tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmada veri toplama aracı olarak ortaokul öğrencilerinin demografik özelliklerini belirlemek için araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin tespiti için Spielberger ve arkadaşları tarafından 1964 yılında geliştirilen "Durumluk Kaygı Ölçeği" ve "Sürekli Kaygı Ölçeği" kullanılmıştır. Verilerin dağılımını belirlemek için (Kolmogorov Smirnov testi) normallik testi yapılmış, verilerin normal dağılmadığı tespit edilip nonparametrik testler kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde frekans, yüzde, ikili grupların karşılaştırılmasında Mann-Whitney U, ikiden büyük grupların karşılaştırılmasında Kruskal-Wallis Testi, Durumluk ve Sürekli kaygı arasındaki ilişkiyi belirlemek için Spearman korelasyon analizi yapılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir. Araştırma bulguları incelendiğinde çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin durumluk kaygı düzeylerinde cinsiyet, okuduğu okul, anne eğitim durumu, baba eğitim durumu, aile gelir durumu, anne-baba durumu, yaşadığı aile ve yaşadığı bölge değişkenlerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($p<0,05$). Sürekli kaygı düzeylerinde ise cinsiyet, okuduğu okul, ailede spor yapan olup olmama, lisanslı olarak voleybol oynama değişkenlerine göre anlamlı bir farklılığa rastlanmıştır ($p<0,005$). Ayrıca durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında, pozitif yönde ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu görülmektedir ($p<0,01$).

Anahtar Kelimeler: Durumluk Kaygı, Ortaokul, Sürekli Kaygı, Spor, Sporcu, Voleybol

ABSTRACT

ANALYZING THE ANXIETY LEVELS OF THE SECONDARY SCHOOL STUDENTS PLAYING VOLLEYBALL

Murat ÇAKMAK

Master of Science, Department of Physical Education and Sports

Supervisor Assoc. Doç. Dr. Levent GÖRÜN

June 2021, 75 Page

This study aims to compare the state and trait anxiety levels of secondary school students playing volleyball and to determine the relationship between some variables and the state and trait anxiety levels of secondary school students playing volleyball. In order to achieve the aim of the study, 360 students playing in their school teams in 19 secondary schools located in the center and districts of Duzce province and participating in interscholastic competitions were included in the study. Scanning model was used in this study. In the study, the personal information form prepared by the researcher to determine the demographic characteristics of secondary school students and the "State Anxiety Scale" and the "Trait Anxiety Scale" developed by Spielberger et al in 1964 were used as data collection tools. In order to determine the distribution of the data, the normality test (Kolmogorov Smirnov test) was performed, thereby it was determined that the data was not distributed normally and nonparametric tests were applied. Frequency and percentage for the analysis of the data, the Mann-Whitney U for the comparison of paired groups, the Kruskal-Wallis Test for the comparison of groups greater than two, and Spearman correlation analysis for the determination of the relationship between state and trait anxiety were used. The significance level in the study was determined as 0.05. When the findings of the study were examined, in terms of the state anxiety scale of the secondary school students participating in the study, there was a significant difference were found in the variables of gender, school attended, education level of the mother, educational status of the father, family income, parental status, family and region of residence ($p<0.005$), while significant differences were found in the variables of gender, school they went to, whether any family member doing sports in the family or not, and playing volleyball under license in terms of the trait anxiety scale ($p<0.005$). In addition, it is seen that there is a positive and significant relationship between state and trait anxiety scale scores ($p<0.01$).

Key Words: Athlete, Secondary School, Spor, State Anxiety, Trait Anxiety, Volleyball

1.GİRİŞ VE AMAÇ

Spor, çağımızın modern toplumlarında kültürel ve refah düzeylerinin bir göstergesi olarak anlam kazanan ve sosyal hayatın tüm yönlerini etkileyen önemli bir sosyal olgudur⁴⁴.

Spor; uğraşanları açısından yarışma kazanmaya dönük fiziksel, zihinsel ve teknik bir çaba, izleyenler açısından heyecan ve estetik duygusu kazandıran bir süreç, genel bütünlüğü içerisinde ise anatomi fizyoloji, ortopedi, biyo-mekanik, psikoloji gibi bilim dallarının yardımı ile gelişen, gelişimini sürdüren bir bilimsel olgudur²⁹.

Günümüz sporunda, fiziksel kapasitedeki mükemmellik, sportif performansı üst seviyelere çıkarmada tek başına yeterli görülmemektedir. Sporcunun bir de psikolojik kapasitesi vardır ve en az fiziksel yönü kadar önemsenmelidir. Duygusal yönden değişimler yaşayan sporcuların, fiziksel olarak hazır olmalarına rağmen beklenen başarıyı yakalayamamaları bu sebeple açıklanmaktadır⁷⁴.

Performans sadece bir fiziksel nitelik değil aynı zamanda bir psikolojik süreçtir. Sporcu bir müsabakayı kaybettiği zaman ekonomik olarak edineceği yer ve ün olarak da kayıplara uğrayacağını bilmektedir. Bunun sonucu olarak her yapılan müsabakada sahaya çıkarken kaygı yaşayarak performansını sergilemek durumunda kalmaktadır³.

Bugün dünyada, sportif performansın sadece fiziksel, taktiksel ve teknik unsurlardan oluşmadığı yavaş yavaş anlaşılmaya başlanmıştır. Yapılan araştırmalar sporun psikolojik yönünün diğer unsurlar (fiziksel, taktiksel ve teknik) üzerinde tamamlayıcı önemli bir etken olduğunu ortaya koymuştur. Konter sporda, başarılı performans için fiziksel-fizyolojik açıdan güçlü olmanın yanı sıra psikolojik (zihinsel ve duygusal) açıdan da güçlü ve sağlam olmak gerekir⁵¹.

Çocukluktan itibaren sporun her çeşidinde mücadele, rekabet, kazanma arzusu gibi duygular görülebilmektedir. Özellikle çocukluk döneminde ilk defa müsabakaya çıkma heyecanı ile birlikte kaygı, stres, endişe, korku gibi duygular görülebilmektedir. Sporda kazanma kaybetme duygusunun müsabaka döneminde çocuklarda kaygı durumunu oluşturduğu söylenebilir.

Sporcudan istenen performansı sağlamasında kaygı düzeyinin önemi büyüktür. Kaygı düzeyi müsabaka sonucunu ve performansı olumsuz yönde etkileyebilmektedir¹². Aşırı kaygı, sporcuların çok iyi bildikleri ve antrenmanlarda defalarca gerçekleştirdikleri bazı

hareketleri unutturabildiği gibi, duygularında karışıklığa yol açıp olumsuz bazı hareketler yapmasına da yol açabilir³⁸.

Kaygı, sporculardaki psikolojik etmenlerden bir tanesidir. Kaygı, “gelecekle ilgili insanı üzen ve sıkı bir bekleme hali, güvensizlik duygusu ile karışık bir heyecan durumu⁵⁵” olarak tanımlandığı gibi, “dış dünyadan kaynaklanan bir tehlike ihtimali ya da kişi tarafından tehlikeli olarak algılanıp yorumlanan herhangi bir durum karşısında yaşanan bir duygu⁴” olarak da tanımlanır.

Kaygı sporcuların çaba, kendine güven, motivasyon, dayanma gücü, güç ve duygusal kararlılıkta artışa neden olan olumlu duygusal bir durum olarak görüldüğü gibi korku, endişe, kaslarda gerginlik, nefes almada güçlük, koordinasyon kaybı ve diğer performans bozucu durumlara yol açan olumsuz bir duygu durumu olarak da görülebilmektedir⁷⁶. Takım sporlarında önemli bir yere sahip olan voleybolda da kaygının performans üzerinde olumlu ve olumsuz etki ettiği söylenebilir.

1.1.Araştırmanın Amacı

Bu araştırmanın amacı, voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin belirlenmesi ve bazı değişkenlerin voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerine etkisini ortaya koymaktır.

1.2.Araştırmanın Önemi

Ülkemizde voleybol müsabakalarının performansla dayalı hale geldiği dönem ortaokuldur. Özellikle okullarda mini voleybol müsabakalarına çıkan çocukların heyecanlı, kaygılı oldukları, geceleri uyku uyumakta zorlandıkları, bazen heyecandan ağladıkları, oyuna girmek istemedikleri gidilen birçok voleybol müsabakasında gözlemlenmiştir. Müsabakadan önce veya müsabaka sırasında sporcuların son derece yoğun olarak yaşadıkları kaygı ve stres düşünüldüğünde, kontrol altına alınamayan kaygı durumları, sporcuların performanslarını olumsuz yönde etkileyebilmekte ve başarısızlığa neden olmaktadır. Bu nedenle, sporcuların kaygı düzeylerinin ve kaygı nedenlerinin bilinmesi bununla başa çıkacak olan sporcu ve antrenörler açısından oldukça önemlidir¹⁰. Bu çalışmanın, ortaokul öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı seviyelerinin belirlenmesinde ve kaygı düzeylerine etki eden farklı değişkenlerin tespiti noktasında önemli olduğu düşünülmektedir.

Ayrıca, ortaokul öğrencilerinin kaygı durumlarının ve kaygı durumlarına etki eden farklı değişkenlerin bilinmesinin bu yaş grubu ile etkileşime geçen beden eğitimi ve

spor öğretmenlerine, antrenörlere ve spor bilimcilere katkı sağlayacağı, ileride yapılacak olan yeni çalışmalara ışık tutabileceği ve beden eğitimi ve spor öğretmenlerine, antrenörlere ve spor bilimcilere yeni bir kaynak sağlayabileceği düşünülmektedir. Bu çalışmanın ileride yapılacak olan yeni çalışmalara ışık tutabileceği ve beden eğitimi ve spor öğretmenlerine, antrenörlere ve spor bilimcilere yeni bir kaynak sağlayabileceğini düşünmekteyim.

1.3.Araştırmanın Problem Cümlesi

”Voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?” sorusu bu araştırmanın problem cümlesini oluşturmaktadır.

1.3.1.Alt problemler

Ortaokul öğrencilerinin;

1. Yaşlarına göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?
2. Cinsiyetlerine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?
3. Okuduğu okula göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?
4. Anne eğitim durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?
5. Baba eğitim durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?
6. Aile gelir durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?
7. Anne-baba durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?
8. Ailede spor yapan olup olmama durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?
9. Yaşadığı aile (kalabalık, çekirdek) durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?
10. Yaşadığı bölge durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?

11. Lisanslı olarak kulüpte voleybol oynama durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında fark var mıdır?

12. Öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı puanları arasında ilişki var mıdır?

1.4.Sayıtlılar

1. Ölçekteki maddeler katılımcılar tarafından samimiyetle doğru olarak cevaplandığı varsayılmıştır.

1.5.Sınırlılıklar

Bu araştırma Düzce ilinde 2019-2020 eğitim-öğretim döneminde ortaöğretim kurumlarında öğrenim gören okul voleybol takımındaki 360 öğrenciyle sınırlandırılmıştır.

1.6.Tanımlar

1.6.1.Spor

Spor sözcüğünün kökeni Latince, “Desportare ve İsportus” (eğlenmek, hoşça vakit geçirmek, oyalanmak) kelimelerinden gelmektedir. XI. yüzyılda Fransızcadan İngilizceye geçmiş ve “Sport” (eğlendirme, zaman öldürme, oyalanma, hobi) biçiminde kullanılmaya başlanmıştır⁸⁶.

Diğer bir tanıma göre ; “Spor, insan, toplum ve insanlık için barış, kardeşlik, yarış, oyun, eğlence, zevk ve boş zamanları değerlendirme aracıdır. Spor sağlık, güzellik ve başarıdır ama asla şiddet değildir. Sporun bir kavga değil, barış, kardeşlik, dostluk duyguları içinde mertçe yapılan bir yarışma olduğu herkese öğretilmelidir⁹³”.

1.6.2.Voleybol

Oyun süresi limiti olmayan voleybol, oyunun temposunun son derece fazla, hızlılık, güç, hareketlilik, esneklik, dayanma gücü ve sıçrama gibi temel becerilerin önemli rol oynadığı dinamik ve fiziksel bir oyundur²⁸.

Voleybolun en dikkat çeken ve en heyecan veren özelliği; birbirini hızlı takip eden, değişik ve çeşitli oyun varyasyonlarının çabucak değişerek bütünleşebilmesidir⁶⁸.

1.6.3.Kaygı

Kaygı, bireylerin sebebini bilmediği, ama tehlikeli ve tehdit edici olarak kabul ettiği olaylar karşısında duyduğu huzursuzluk, bir çeşit korku hissidir⁶².

1.6.3.2.Durumluk kaygı

“Bireyin içinde bulunduğu stresli durumdan dolayı hissettiği subjektif korkudur”. Fizyolojik olarak da otonom sinir sisteminde meydana gelen bir uyarılma sonucu terleme, sararma, kızarma ve titreme gibi fiziksel değişimler bireyin gerilim ve huzursuzluk duygularının göstergeleridir. Stresin yoğun olduğu zamanlar durumluk kaygı seviyesinde yükselme, stres ortadan kalkınca düşme olur⁵⁹.

1.6.3.3.Sürekli kaygı

Hayatın varoluşundan beri bazı insanlar sürekli olarak huzursuzluk içinde yaşar. Genellikle mutsuzdur. Doğrudan doğruya çevreden gelen tehlikelere bağlı olmayan bu kaygı türü içten kaynaklanır. Öz değerlerin tehdit edildiğini zannetmesi ya da içinde bulunduğu durumları stres olarak yorumlaması sonucu birey kaygı duyar. Buna “Sürekli Kaygı” denir. Huzursuzluklarını gidermede, hafifletmede ya da kontrol etmede bu hastaların karşı koyma ya da başa çıkma becerileri, savunmaları yetersizdir⁶⁰.

1.6.4. Ortaokul öğrencisi

Milli Eğitim ve Öğretim Kurumları arasında zorunlu eğitimde yer alan 9-14 yaş grubu çocuklara verilen isimdir⁹³.

1.6.5 Okul sporları

Okullarda idarecilerin, öğretmenlerin, öğrencilerin, sporcu ve antrenörlerin okul sporları faaliyetlerinin düzenlenmesine ilişkin iş ve işlemleri il müdürlükleri tarafından, Milli Eğitim Bakanlığında görevli katılımcıların her türlü idari iş ve işlemleri ise il veya ilçe milli eğitim müdürlükleri tarafından yürütülen faaliyetlere okul sporları denir⁹⁴.

1.6.6. Lisanslı oyuncu

Spor dalı faaliyetlerine ve yarışmalara katılabilesine imkân veren izin belgesine sahip olan kişilere lisanslı oyuncu denir⁹⁵.

2. GENEL BİLGİLER

2.1. Spor Kavramı

İnsanları hem ruhen hem fikren ve bedenen olgunlaştıran, geliştiren en az yorgunluğa karşılık en çok fayda sağlayan jimnastik, oyun ve spor faaliyetlerini içine alan bir ilimdir⁶⁵.

Spor, sosyal gerekliliklerine uygun olarak, insanın biyolojik potansiyelinin geliştirilmesi amacı ile yapılan çeşitli fizik egzersizlerinin tümünü değerlendiren ve sistematik olarak sürdürülen etkinliktir⁶⁶.

Yarışma tarzında olursa performansı artırıcı motivasyon (güdüleme) söz konusudur. Bireysel spor yarışması ise bir kimsenin kendi rekoruyla ve daha önceki, başkalarının rekorlarıyla yarışmasıdır⁸⁷.

Yenme ve muktedir olma gibi insanın şuur altı arzularının tatminini amaç edinen belirli kurallar içerisinde yapılan, rekabete dayalı, sosyalleştirici, bütünleştirici, fiziki, zihni ve ruhi faaliyetlerin bütünüdür⁶⁷.

Spor, belirli kuralları olan toplu veya ferdi olarak, araçsız veya araçlı, ferdin tabi çevresini beşeri çevre haline getirirken kazandığı yetenekleri geliştirmekte olan, boş zaman etkinliği kapsamı içinde veya tüm vaktini alacak biçimde meslekleştirerek yaptığı toplumla bütünleştirici fiziği ve ruhu geliştiren rekabetçi, sosyalleştirici kültürel ve dayanışmacı bir olgudur⁹⁰.

Spor, insanın doğasıyla savaşırken edindiği temel beceri ve geliştirdiği araçsız-aracılı savaşım metodlarını, boş vakitlerindeki yükselmeye göre, toplu ve ya tek tek, barışçı biçimde ve benzetim yoluyla, oyun oyalanma ve işten uzaklaşma için kullanılmasına dayalı fizik, teknik, estetik, yarışmacı ve toplumsal bir süreçtir³³.

Spor, günümüzün çağdaş toplumlarının en gözde ve aktif sosyal olgularından bir tanesidir. Çağdaş toplumların temel ürünü ise bireylerdir. Kişileri eğitilmiş, sağlıklı, kültürlü ve sosyal toplumlar, ancak çağdaş toplum olarak kabul görmektedir. Ana hedefi insanın ruhen, sosyal ve bedenen gelişimine katkıda bulunmak olan spor, çağdaş toplum oluşturmada önemli bir yapıya sahiptir. Sporun, kişisel etki ve hedeflerinin yanı sıra, sosyal açıdan da değerli hedefleri bulunmaktadır. Günümüzde, sporun sağlıklı bir biçimde kitlelere ulaştırılmasında ve halkın çağdaşlık seviyesinde spora katılması ile

gelişmişlik düzeyi arasında önemli oranda paralellik bulunmaktadır⁸⁹. Sporun insan hayatındaki yeri ve önemi çok uzun yıllardır üzerinde konuşulan bir olgudur.

2.2. Sporun Tarihi ve Gelişimi

Araç ve gereçleriyle kendini savunan, yaşamını temin eden insanoğlu, zamanla elde ettiği başarıyı duyurmak, göstermek gereğini de duymuştur. En güçlü olmak kavramı, insanları karşı karşıya getirmiş ve bu mücadele çeşitli biçimlerde ortaya konmuştur. Bu gün yapılan tüm spor dallarına ilkel de olsa tarihin ilk zamanlarında rastlamak mümkündür. Çin'in Tsag ilinde oynanan bir futbol maçı, "kuvvetle karşı koyma" prensibi ile ele alınan judo ile boks, halter, atletizm ve diğer bütün dallar tarihin akışı içinde yerini almıştır⁴².

Farklı kaynaklarda farklı tarihlere yer verilse de genel itibariyle spor tarihi aşağıdaki şekilde açıklanmaya çalışılmıştır.

M.Ö 2000 yıllarında Girit Medeniyetinde ortaya çıktığı düşünülen çeşitli spor figürlerine, bin yıl sonra Yunan figürlerinde rastlanmıştır. Sporun toplum içerisinde yaygınlaşması M.Ö. 4. ve 5. yüzyıllara dayanmaktadır. O dönemden bugüne kadar ulaşan figürlerde spor hareketleri hakkında pek çok olguya rastlanmaktadır. Tarihsel kaynaklar olimpiyatların ilk oluşumunun M. Ö. 776'da yapılmaya başlamakta olduğunu ve M. S. 394 tarihine kadar sürdüğünü kayıt etmiştir. Çağdaş düzeyde yapılmış spor mücadelesinin ilk olarak Sümer Uygarlığı zamanında görüldüğü; Hititler ve Eski Mısırlılar yolu ile Eski Yunan'a aktarıldığı tespit edilmiştir. Bu bilgiler M.Ö. 3600–2000 yıllarına dayanmaktadır. Eski Yunan Medeniyetinde spor alanında en eski yazılı kaynağa, Homeros'un İlliada adında yapıtının 23. kısmında denk gelinmiştir. Bu kaynakta Yunan kahramanı Patroclus anısına yapılan spor müsabakalarında güreş, boks, araba yarışları, cirit atma ve koşu müsabakaları bulunmaktadır. Bu beş yarıştan dördünün yıllar öncesinde Sümer'de uygulandığı kanıtlara dayanarak ispatlanmıştır³¹.

Yunanistan'da spor müsabakalarının geçmişte bu çok önemli bir yere sahip olmasının sebebi de sporun Yunan Birliği'ni oluşturucu niteliklerinden kaynaklanmaktadır. Bunlar Isthmia, Nemea, Pythia ve Olimpia'dan oluşmaktadır. En eski olanı ise Olimpia'dır. Arşivlere bakıldığında ve müsabakalarda galip gelenlerin ilk olarak kaydedildiği oyunlar göz önünde bulundurularak; olimpiyat müsabakalarının M.Ö. 776'da

Olimpia'da gerçekleştiği kanısına varılmıştır. Yunan döneminden günümüze gelen spor hareketleri, o zamanlarda verilen değeri ortaya koymaktadır⁶⁴.

Tarih içerisinde spor Eski Mısırda da fazlasıyla ön plandadır. Firavunlar av yaparken becerilerini ispatlamaya çalışırken, güçlerini gösterdikleri ok atma şenlikleri düzenlerlerdi. Girit'te genç erkek ve kızlar akrobatik becerilerini boğalarla denerlerdi. Bunu bir spor olarak mı, yoksa dinsel bir tören olarak mı yapıldığı günümüzde daha bilinmemektedir⁷⁵.

Rönesans'la beraber spor tamamıyla dinden bağımsız aktivite haline gelmiştir. İnsan severlerin sporu bir beden geliştirici olarak algılamaları, spor müsabakası özelliğini geri plana atmıştır. 15. ve 16. yüzyıllarda, sporda koordineli beceriler ve görsellik ön planda tutulmuştur. Atların eğitilmesinde dayanıklılık ve hızdan çok, zarif hareketler ön plana çıkmaya başlamıştır. Eskrim bile bir sanat unsuru haline gelmiştir. Floransa'da ortaya çıkan ve günümüz futboluna yakın olan calcio oyunu (tekme atma) sporcuların estetik becerileri bakımından ele alındı⁶⁴.

18. ve 19. Yüzyıllarda çeşitli spor dalları ortaya çıkmıştır. Spor branşlarında kuralları netleştirmek için birçok ulusal kuruluş ortaya çıkmıştır. Gelişen şehirler ve şehir mahalleleri içerisinde gelişigüzel düzenlenen müsabakaları düzenli hale getirmek için ligler kurulmuştur. İngiltere'de Futbol Birliği (FA); 1863'te oluşturuldu, bunu 1880'de Amatör Atletizm Birliği'nin (AAA) oluşumu takip etti. Uluslararası Olimpiyat Komitesi (IOC) ise 1894'te oluşturuldu ve iki yıl sonra ilk ağdaş Olimpiyat müsabakaları düzenlendi. Modern düzeyde ağdaş sporlar özellikle İngiltere ve ABD üzerinden dünyaya ilerledi. 20 Yüzyılda oluşan emperyalizm döneminde ise Avrupa lkeleri ve ABD; kalkınmamış Afrika'nın ve Asya lkelerinin belirli bölümlerinde geleneksel sporlarını etkisi altına alarak, bu bölgelere ağdaş sporu yaydılar⁷⁸.

Toplumların tarihsel geçmişi içerisinde ölüm-kalım mücadelelerinin barışıl çözümü olarak meydana çıkarılmış olan spor, ilerleyen zamanlarda da bireysel takım ve bireysel sporlar göz önüne gelerek yarışma ve müsabakalar şeklinde toplumların üstün çıkma tutkularını ortaya koyabilecekleri bir duruma gelmiřtir⁴⁸.

2.2.1. Türklerde sporun gelişimi

Türk denilince akla gelen askerlik, cengverlik ve fetih anlayışının temelinde de, mutlaka ki beden kültürünün ve sportmenliğin yatması söz konusudur. Bu bağlamda eldeki bulgular ve belgeler de göstermektedir ki; Avrupa'nın henüz uygarlıktan uzak bir

yaşam sürdürdüğü dönemlerde, Orta Asya’da yaşayan Türkler, beden kültürüne ve sportif bir yaşama önem vermişlerdir. Zaten bu nedendir ki tarih, Türkleri sportmen bir ulus olarak kaydetmiştir. Bu yönüyle de Türk spor tarihi, ulusal Türk tarihinin oldukça önemli bir bölümünü teşkil etmektedir⁶¹.

Tarihsel süreç incelendiğinde Hun uygarlığının özellikle binicilik sporuna olan ilgilerini görmekteyiz. Hunların günün büyük bir kısmını at üzerinde geçirdikleri ve at üzerinde alış veriş yaptıkları, yedikleri ve içtikleri bazı metinlerde de yer almaktadır⁵⁶.

Ayak topu olarak adlandırılan futbolun, özellikle Göktürklerde kız ve erkek çocukları arasında oldukça sevilerek oynanan bir oyun olduğu da bilinmektedir. Özellikle deriden yapılmış ve içi kıl ile doldurulmuş olan top büyük bir neşe kaynağı olmakta ve Göktürk çocukları, bu tür bir topa, ayak topu (futbol) oynamaktaydılar⁷³.

Özellikle Uygurlara ait mağara resimleri incelendiğinde av (hayvan) ile avcı (insan) çizimlerinin yanı sıra ava ve savaşa ait manzaralar da dikkat çekmektedir. Bu çizimlerde okla avlanan, avını kapana düşüren, tek veya grup halinde avlanan insan figürleri yer almaktadır⁵.

Göktürk, Selçuklular ve Osmanlı İmparatorluğu dönemlerinde olmak üzere 6 bin yıllık bir geçmişe sahip olan Türk Sporuna, özellikle savaş gücünün vazgeçilmez bir dengesi olarak bu güne kadar devamlılığını korumuştur. Türklere “Çin Tarihi” bu konuda geniş yer ayırmıştır. Boks, Türkler tarafından rağbet edilen bir spor dalı haline gelmiştir. 16. Asrın kaleminden Sudi, “Hediye-tül-irfan” “Fi ğahr-ül Baharistan” isimli eserinde Semerkant Türklerinin boksa olan ilgi ve alakasından uzun uzun bahsetmektedir⁴².

Türkiye’de sporun oluşumunda ilk çalışma, Yusuf Ziya Öniş’in İsviçre’deki eğitiminden gelirken, yanında getirdiği İsviçre Spor Teşkilatı Tüzüğü’nün Burhan Felek, Nasuhi Esat Baydar ve Ali Sami Yen ile beraber tercüme edilmesiyle başlamıştır. Burhan Felek, Nasuhi Esat Baydar ve Ali Sami Yen’in liderliğinde toplanan spor kuruluşlarını temsil eden kişilerin, Türk sporunun ilk kuruluşu olma niteliği Türkiye İdman Cemiyetleri İttifakı’nın kurulması adına çalışmalar yürütmeye hız kazandırır. Bu kuruluş, İstanbul’daki spor kulüplerini temsil eden kişilerden oluşmaktadır. Kurumun kuruluşunda İsviçre Federasyonu taslak alınmıştır¹⁷.

Kurulduğu yıl olan 1922’de futbol, atletizm ve güreş federasyonlarını bünyesinde bulunduran TİCİ, çok sporlu, ülke düzeyinde örgütlenmiş bir kuruluş olarak özerk spor yönetimi anlayışı bulunmaktaydı⁴⁵.

TİCİ' nin kuruluşu o günün devlet yönetimince de desteklenmiş, Türkiye ilk kez 1924 Paris Olimpiyat Oyunlarına çağırılmıştır⁷¹.

Sporun tarihsel süreçte gelişimi, toplumlar üzerindeki etkileri, sanayi devrimi sonrası oluşan yeni dünya düzeninde fabrikalarda çalışan işçilerin, işleri dışında arda kalan zamanlarını değerlendirmeleri ve sağlıklı bir yaşam sürmeleri için sporu bir araç olarak gördükleri bilinmektedir. Kendi tarlasını süren, hayvancılık yaparak geçinen ve sürekli hareketli bir yaşama sahip olan insanın, masa başı işlerde çalışmaya başlamasıyla birlikte hareket ihtiyacı da oluşmuştur. Bu açıdan sporun insan sağlığı üzerine etkileri önem arz etmeye başlamıştır.

2.3. Sporun Faydaları

Abaoğlu (1982)'na göre, uygulanan tüm aktivitelerde ilk hedef, vücudu zinde tutmak veya sağlığın bozulmasını mümkün olduğu kadar engellemektir. Bugün bütün dünyada yapılan araştırmalar göstermiştir ki, spor hem hastalıkları engellemekte, hem de hastalıkların geçirilmesinde önemli bir paya sahiptir¹.

Sporun faydalı olduğu alanlar çok geniştir. Bu faydaları dört temel başlık altında ele alacak olursak,

2.3.1. Biyolojik ve fizyolojik faydaları

- Yüksek enerjide bir organizma yaratır.
- Zihinsel ve bedensel yorgunluklara karşı direnci üst seviyeye çıkartır.
- Bilinçsiz Kilo oluşumunu engeller, beden kitle indeksini azaltır.
- Fiziksel aktivitelerde yorgunluğu azaltır, toparlanmayı hızlandırır.
- Salgı bezlerinin çalışmasını düzene sokar.
- Bedende ki kılcal damar seviyesini artırır.
- Kalbin sağlıklı çalışmasını sağlar.
- Kalp volümünü artırır, kalbin pompaladığı kan miktarı yükseltir, kalbi besleyen koroner damarlar genişletir⁴³.

2.3.2. Sosyolojik faydaları

İnsanın ruh ve beden sağlığını üst seviyeye çıkartmak ve iradesini sağlam tutmak beden eğitimi ve sporun ana hedefleri arasında bulunduğu gibi, bir yandan da ekonomik ve sosyal gelişiminde temel unsurları arasında bulunmaktadır³⁰.

Beden eğitimi, spor ve oyun insanın beden ve ruh yapısını geliştirmek ve iradeyi güçlendirmenin yanında, işbirliğini ve karşılıklı dayanışmayı sağlayarak bireyin toplumda varlığını kazanması olan sosyalleşmeye de katkıda bulunur. Ferdin aktif ve pasif olarak sporun içerisinde bulunması, toplumsal iletişimin katkılarıyla manevi yalnızlığın oluşmasını sağlayan sakıncaları ve yalnızlık krizlerini engeller. Birey ve toplum ilişkilerinin üst seviyeye çıkartılmasında sportif ve bedensel aktiviteler önemli bir yere sahiptir. Bunların katkılarıyla sosyal ilişkiler ilerler, bunun sonucunda kurum ve olaylar ortaya çıkar².

-Kişilik ve karakter gelişimine katkıda bulunur.

-Fertler arasında sosyalleşme sürecini hızlandırır.

-Kişilerin toplum içinde statü kazanmalarını sağlar.

-Farklı toplumların insanlarını kaynaştırır⁴³.

-Beden eğitimi boş zamanların değerlendirilmesini sağlar.

-Beden eğitimi, kendini akıcı bir şekilde ifade etme ve yaratıcılıklarını üst seviyeye çıkartır. Bedenin kişinin duygularını ifade etmede kullanılmasına olanak verir ve yeni hareketlerin oluşmasına zemin hazırlar⁷.

2.3.3. Psikolojik faydaları

Birey sporla, toplumsal, zihinsel ve fiziksel etkenlerin birleşmesi ile bütünlük kazanır. Spor yaparken hoş görü, dürüstlük, paylaşma, gibi olguların kişilikte yer bulması sağlanır. Diğer psikolojik faydaları ise şöyle sıralanır:

-Negatif tutumları ve saldırganlığı en az seviyeye indirir.

-Yalnızlık duygusunu en az seviyeye indirir.

-Onarım merkezi olarak egolu insanların tedavisine fayda sağlar.

-Seksüel dürtüleri fiziksel aktivitelere harcar.

-Kişilik gelişimine katkıda bulunur, mücadele ve dayanıklılığı üst seviyeye çıkartır.

-Sorumluluk duygusunun oluşmasını sağlar.

-Kendini akıcı olarak ifade etme ve neleri başarabileceğini kanıtlama konusunda olanaklar sağlar⁴³.

2.3.4. Ekonomik faydaları

Spor müsabakalarında katılımcı bulunan bütün bireylerin, bulundukları spor branşlarında kullanmak üzere araç, gereç ve malzemelere ihtiyaçları bulunmaktadır. Kullanılan bu araç gereçlerin üretilmesinde pay sahibi olan kuruluşların bu sektör içerisinde ekonomik çıkar sağlamaları sporun ekonomik açıdan artılarının çok net bir belirtisidir. Spor müsabakalarında katılımcı olarak yer alan bireylerin bu müsabakalardan gelir sağlaması, müsabakaların çeşitli merkezlerde gerçekleştirilmesi halinde katılımcı ve seyircilerin bu merkezlere yaptıkları seyahatlerin turizmin canlanmasına yol açması, bu gelişmeler sonucunda da maddi harcamalar yapması sporun bir başka şekilde ekonominin canlanmasını sağlamaktadır⁴³.

2.4.Voleybol

Voleybol, oyun alanının file ile ikiye bölünmüş oyun alanı üzerinde 6'şar kişiden oluşan iki takımın karşılıklı olarak oynadığı, topa el, kol veya vücudun uzuvları ile vurularak file ile iki eş parçaya ayrılmış bir alan üzerinde altışar kişiden kurulu iki takım tarafından oynanan bir salon sporudur². Oyunun maksadı, topun rakip sahaya düşmesini amaçlamak, rakip takımın oyuncularının hataya zorlanarak hata yapmasını sağlayıp sayı elde etmektir²⁶. Voleybol branşının en güçlü özelliği, birbirini değişik ve ani takip eden ve değişik oyun vaziyetlerinin çok hızlı değişmesiyle bir bütün haline gelebilmesidir. Oyunun çok karmaşık olması ve izleyiciye önce şaşırtıcı ve etkileyici gelmesine rağmen, oyunda birbirini izleyen sonuçlar tesadüf sonucu değildir, buna istinaden sonuçlar oyunun kuralları çerçevesinde gerçekleşir¹⁹.

Top oyuna servis ile dahil edilir, servisi atan kişinin topu filenin üzerinden karşı sahaya göndermesiyle oyun başlar. Takımların topu karşı sahaya gönderirken blok teması hariç topa üç kez dokuma hakları bulunmaktadır⁸³. Bu oyundaki amaç; her takım için belirli kurallar çerçevesinde topun sahayı iki eş parçaya ayıran filenin üzerinden ve filede bulunan antenlerin içerisinden geçirmek suretiyle rakip takımın alanına göndererek topun yere düşmesini, rakip takımın hata yapmasını sağlamak ya da rakip takımdan

gelen topun kendi alanında yere temasını engellemektir². Bunu yaparak aynı zamanda rakip oyuncuların taktiksel ve stratejik olarak aynı amaca ulaşmasını önlemektir. Oyun servis atan oyuncunun topu karşı alana servis atmasıyla başlar. Ralli, oynanılan topun kendi alanına düşmesi, saha dışarısına çıkması, fileye ya da antene çarpması veya bir takımın hata yaparak kendi sahasına düşürmesine kadar 6 oyun sürdürülmektedir. Voleybolda bir ralliyi kazanan takım, bir sayı kazanır ve servis kullanma hakkı elde eder (Ralli Sayı Sistemi). Ayrıca servis atma hakkı kazanan oyuncular saat yönünde bir pozisyon (tur) dönerler⁸⁴.

Bir müsabakada her takım en fazla 14 oyuncudan, 1 Baş Antrenör, maksimum 2 yardımcı Antrenör, 1 takım masörü, 1 tıp doktorundan oluşmaktadır. Her takımın, 14 oyuncudan oluşan müsabaka cetveline en fazla iki oyuncuyu özel savunma oyuncusu “libero” olarak belirleme hakkı vardır ve bu oyuncular takım arkadaşlarından farklı renkte forma giymek zorundadır⁸³.

Voleybol altı ile sekiz hakem tarafından idare edilen voleybol müsabakaları, 5 set üzerinden oynanır. Bütün müsabaka boyunca hata yapan takım sayı ve servis kaybettiği ilk 4 set en takımların skor değerleri arasında en az iki fark olmak koşuluyla 25 sayıyla sonuçlanır. Örneğin; 23-25’lik skor gibi. Ancak iki fark olmaz ise maç iki fark olana kadar devam eder. Örneğin 2Son set ise yine iki fark olmak koşuluyla 15 sayıda sonuçlanır. Örneğin; 30-32 vb. gibi⁸⁴.

FIVB, Dünya ve Resmi Müsabakalarında ilk 4 sette (1 - 4) skor olarak önde olan takım 12’nci sayılara ulaştığında, takım antrenörlerinin talep edebileceği molalara ek olarak, “Teknik Mola” adı verilen 60 saniyelik bir adet mola otomatik olarak uygulanır. Netice setinde (5’inci) “Teknik Mola” yoktur, her takım sadece 30 saniye süre kullanabileceği her sette iki mola hakkı vardır⁸⁴.

2.4.1. Voleybol saha ölçüleri

Voleybol sahası, 9m x 18m dikdörtgen bir alan içerisinde oynanır. Oyun alanının dış çevresinde en az 3 metre genişliğinde olan serbest bir bölge olması gerekmektedir. Serbest oyun boşluğu olarak adlandırılan bölümün saha yüzeyinden ölçüldüğünde en az yüksekliğin 7 m olması gerekmektedir. Saha çevresindeki çizgilerin 5 cm genişliğinde olması gerekmektedir. Oyun oynanan zemin pürüzsüz ve kaymayan bir yapıda tercih edilmelidir. Pürüzlü ve kaygan zeminlerde resmi müsabakaların gerçekleştirilmesi yasaktır. File yüksekliği erkekler için 2.43 m, bayanlar için 2.24 m yüksekliğin de

olmalıdır. Filenin genişliği 1 m, uzunluğu ise 9.50 m'dir. Fileyi oluşturan kareler 10 cm'dir⁸³.

2.4.2. Voleybolun dünyadaki gelişimi

Amerikalı bir spor eğitmeni olan William G. Morgan tarafından Mintonette adında bir oyun olarak 1890' lı yıllarda icat edilen voleybol, sadece 120-130 yıllık bir süre zarfında bu kadar popüler bir spor dalı olacağı tahmin edilememiş olsa da günümüzde dünyada amatör, profesyonel ve rekreasyonel amaçlarda oynanan en popüler spor dallarından birisi olarak görülebilir³².

Voleybol sporu Amerika kıtasında ortaya çıktığı 1890'lı yıllardan günümüze kadar büyük bir değişim ve gelişim süreci geçirmiştir. Ortaya çıktığı yıllarda gençlerin fiziksel aktivite yapabilmeleri amacıyla kolejlerde oynanan oyun 1910'lu yıllarda belirli kuralların getirilmeye başlanması ile boş zaman etkinliği olmaktan öteye geçip bir spor dalı olma konusunda aşamalar kaydetmeye başlamıştır. Bu gelişim süreci 1920'li yıllarda Amerika kıtasında, önce okullar arası, ardından eyaletler arası turnuvalarla hız kazanmıştır. Birinci dünya savaşı ise voleybol sporunun dünyaya yayılması konusunda önemli dönüm noktalarından birisi olmuştur⁸⁵.

Voleybolu branşının ilk kez uluslararası bir organizasyonda yer alması 1913 Manila Uzak Asya Oyunları ile gerçekleşmiştir. Voleybol, bu organizasyonda Filipinlilerin uyguladığı smaç hareketi ile tanışmıştır. 1916'da ABD'de ilk voleybol kuralları kitabı yayımlanmıştır. 1939'da İkinci Dünya Savaşı ile birlikte voleybol Amerikan askerleri tarafından dünyanın dört bir yanına yayılmıştır. Bugünkü şekli ile yani 6 oyuncu ile oynama sistemini, ilk olarak Japonlar uygulamıştır⁸¹.

Paris'te 1947 de kurulmuş olan Uluslararası Voleybol Federasyonuna 6 (FIVB) üye 100'den fazla ülke ve yaklaşık 150 milyonu aşkın oyuncusuyla dünyadaki en popüler sporlar arasındadır. 1950'li yıllarda birçok kuralın değiştiği gözlenmiştir. Oyuncu sayısı 6 kişiye indirilmiştir. 1960'lı yıllarda getirilen yeniliklerle arka tarafta bulunan oyuncuların blok yapamayacakları belirlenip, numaralı formalar kullanılmaya başlanılmıştır. 1970'li yıllarda takımlardaki oyuncu sayısı 12 kişi olarak belirlenmiş ve blok üç pasın dışında kabul edilmiştir. 1980-1990'lı yıllarda yapılan birçok değişikliklerle bugün oynanmakta olan son şeklini almıştır⁸¹.

Voleybolda ilk Avrupa Şampiyonası erkekler kategorisinde 1948'de Roma'da yapılmıştır. Erkeklerde voleybol dünya şampiyonası ilk kez 1949'da Çekoslovakya'nın

Prag kentinde yapılmış, şampiyon Çekoslovakya olmuştur. Bayanlarda ise voleybol dünya şampiyonası ilk kez 1952'de Sovyetler Birliği'nde yapılmış ve ev sahibi Sovyetler Birliği şampiyon olmuştur. Sofya'da yapılan bir toplantıda 1957'de, voleybolun olimpiyatlara alınmasına karar verilmiştir. 1964 Tokyo Olimpiyatları'nda voleybol, olimpik spor olarak yer almıştır⁸¹.

2.4.3.Voleybolun Türkiye'deki gelişimi

Voleybolu ülkemize 1919 yılında Amerikalı askerler getirmiştir. Voleybolu Türk halkıyla tanıştıran kişi ise Dr. Deaver adında bir YMCA üyesidir. Dr. Deaver 1919-1925 yılları arasında YMCA müdürlüğünü yapmış ve bu derneğin başlattığı voleybol müsabakaları İstanbul'da yaşayan insanların dikkatini çekmiş ve talep görmüştür. Bahsi geçen yıllarda Erkek Muallim Mektebi'nde Beden Eğitimi Öğretmeni olarak görev yapan Selim Sırrı Tarcan bu dernekte oynanan ve insanların ilgisini çeken voleybol branşıyla ilgilenmiş ve okulundaki öğrencilerine bu sporu öğretmeye çalışmıştır. Selim Sırrı Tarcan'ın 1920-24 yılları arasında eğitim verdiği öğrenciler, daha sonra yine beden eğitimi öğretmeni olarak çalıştıkları okullarda bu branşı benimsemiş ve yaygınlaşmasında önemli bir rol üstlenmişlerdir. İstanbul'da bulunan tüm liselerde voleybol branşı, nispeten daha eski ve popüler olan futbol branşından daha popüler hale gelmeye başlamıştır. Bahsedilen liselerden mezun olduktan sonra eski mühendis okuluna geçen öğrenciler voleybol branşını bu okulun sembolü haline getirmişlerdir⁸¹.

Türkiye 1948'de Uluslararası Voleybol Federasyonu'na (F.I.V.B.) üye olmuştur. 1958'de Voleybol-Eltopu Federasyonu diğer federasyonlardan ayrılmıştır. İlk federasyon başkanı Vahit Çolakoğlu olmuştur²⁷.

2.5. Kaygı

Kaygı sözcüğünün kökü eski Yunanca "anxietes" olup endişe, korku, merak anlamına gelir. Kaygı kavramı psikoloji alanına yüzyılın ilk yarısında girmiş, bu alanda ilk araştırma ve çalışmalar 1940'lı yılların sonunda yapılmıştır. Ruh bilim alanında kaygı sözcüğünü ilk kullanan ve bunu bir kavram olarak tanımlayarak nedenlerini araştıran Freud olmuştur³⁴.

Kaygı, tehlikeyle baş etmek için uyum sağlayıcı bir mekanizma, temel bir insan duygusu ve çok yönlü bir duygu durumu olup, bilimsel öğeleri, öznel duyguları, fizyolojik belirtileri ve davranışları içerir⁶³. Kaygı, yaşamı tehdit eden ya da tehdit

şeklinde algılanan içten (intrapsişik) veya dıştan (çevresel) kaynaklanan bir tehlike, tehlike olasılığı ya da tehlike olarak algılanıp yorumlanan bir durum karşısında yaşanan duygu durumudur³⁶.

Kaygı hafif ve orta şiddetten şiddetliye kadar yaşanır ve orta şiddette kaygı isteklendirme (motivasyon) sağlamada yararlı olur¹⁴. Yoğun kaygı, kişinin yaşayabileceği en katlanılmaz duygulardan biridir. Çünkü kaygılı insan, kendini çaresizlik içerisinde hisseder. Özellikle güç kazanma, yükselme ve çevreye egemen olma kavramlarına çok önem veren kişilerde bu duygu daha da yoğundur⁴¹.

İnsanlar; kaygıyı, gelecekle ilgili olumsuzluk, karamsarlık, başarısızlık, endişe, umutsuzluk duygularıyla birlikte dile getirmesinin yanında, fiziksel ve toplumsal çevreden gelen tehlikelere karşı bireyi uyarma, gerekli uyumu sağlama ve yaşamı sürdürme işlemine katkıda bulunarak insanı motive edici, tehlikelerle baş etmek için uyum sağlayıcı, bilimsel öğeleri, öznel duyguları, davranışları içeren çok yönlü bir duygu durumunu da içermektedir⁶³.

Kaygı ile ilgili kavramsal çalışmalarda, durumluk kaygı (state anxiety) ve sürekli kaygı (trait anxiety) Cattell ve Scheier (1958) faktör analizi çalışmalarıyla ortaya atılmış ve Spielberger (1966) çalışmalarıyla iki kaygı kavramı oluşturulmuştur. Spielberger; durumluk kaygıyı (state anxiety) kişinin özel durumları tehdit edici olarak yorumlaması sonucunda oluşan, şiddeti ve süresi, algılanan tehdidin miktarı ve kişinin tehlikeli durum yorumunun kalıcılığıyla ilişkili, sürekli karşılaşılmayan olaylarda bireyin gösterdiği geçici duygusal tepkiler olarak ifade eder⁶³. Bireyin içinde bulunduğu stresli durumdan dolayı hissedilen sübjektif korkudur. Stresin yoğun olduğu zamanlar durumluk kaygı seviyesinde yükselme, stres ortadan kalkınca, düşme olur. Sürekli kaygıyı (trait anxiety/Chronic anxiety) bireyin kaygı yaşantısına olan yatkınlığıdır. Kişinin içinde bulunduğu durumu stresli olarak algılaması normal olan bir durumu tehlikeli ve öz değerlerinin tehdit edildiğinin zannedilmesi sonucu oluşan kaygıdır⁵⁸.

2.5.1.Kaygının boyutları

Kaygının fizyolojik ve psikolojik boyutu vardır. Fizyolojik kaygı, çeşitli yüklenme durumlarında organizmanın gösterdiği ve spesifik olmayan bir tepkidir. Bu tepki, vücudun fizyolojik dengesinin bozulmasına karşı verdiği bir cevaptır. Organizmanın

verdiği bu tepki “genel uyum sendromu” olarak tanımlanarak alarm tepkisi, direnç dönemi ve yorgunluk dönemi olmak üzere üç aşamada ele alınabilir¹⁰.

2.5.1.1. Alarm tepkisi

Bu dönemde otonom sinir sistemi faal bir duruma geçerek salgı bezlerini uyarır, kana bol miktarda adrenalin ve onun etkisi altında ortaya çıkan diğer biyokimyasal maddeleri pompalar, böylece salgıların etkisi altındaki vücut alarm durumuna geçer ve ortaya çıkacak acil durumlarla uğraşmaya hazırlanır. Stres veren uyarıcı ya da ortam devam ederse, direnç dönemi ortaya çıkar³⁵.

2.5.1.2. Direnç dönemi

Bu dönemde, organizma yapmış olduğu alarm tepkisini ortadan kaldırır, stresli ortama uyum sağlar ve kandaki biyokimyasal maddeleri geri çeker, organizma sanki normal koşullar altında işliyormuş izlenimini verir. Oysa ki, gerçekte organizma yorulmaktadır ve içten içe direncini kaybetmektedir³⁵.

2.5.1.3. Yorgunluk (Tükenme) dönemi

Beden, artık stresin baskısını kaldıramaz, direncini kaybeder, ilk alarm dönemindeki bazı belirtiler ise geri döner ve hastalıklar ortaya çıkmaya başlar, hatta bu hastalıklardan bazıları da ölümle sonuçlanabilir. Eğer stres verici olay çok ciddi ise ve uzun sürerse, organizma tükenme aşamasına gelir ve yeniden alarm dönemi reaksiyonları ortaya çıkabilir. Bu dönemde kronik baş ağrıları ve yorgunluk duygusu, uyuyamama ve uyanma zorluğu, aşırı yeme, kas ağrıları, göğüs ağrıları, kabus, hazımsızlık, aşırı alkol tüketimi, bitkinlik, baş dönmesi, bulantı, yüksek kan basıncı, sinirli hareketler, paniğe kapılma, olaylar karşısında aşırı duyarlılık ve kalp çarpıntısı gibi belirtiler görülebilir³⁵.

Psikolojik ve sosyal faktörlerin strese yol açması ve bunun farklı şekillerde yaşanması, kaygının fizyolojik boyutunun yanında psikolojik boyutunun da olduğunu ortaya koymuştur. Psikolojik kaygının en kapsamlı olarak lozarus modeli tanımlamaktadır. Buna göre kaygı, kişinin olay esnasındaki kaygı tepkileri, olayın yapısı, ona ilişkin beklentileri ile ilgili kişinin motifleri ve kişilik özellikleri arasında cereyan eden “aracı olma sürecinin bir sonucudur⁶⁹.

2.5.2.Olumlu ve olumsuz kaygı

Kaygı genellikle olumsuz ve istenmeyen bir durum olarak bilinmektedir. Oysa kaygı, insanı araştırmaya, çalışma bir şeyler üretmeye ve kazanmaya da yöeltebilir. Örneğin, okul yaşamı boyunca sınav stresleri, iş hayatında yükselmek için yaşanan stresler kişiyi motive edici, kazanç sağlayıcı olumlu kaygılardır. Buna karşılık fakirlik, çok gürültülü bir ortamda yaşama vb. kaygılar da olumsuz kaygılara örnek teşkil eder⁶².

2.5.3.Bilişsel ve bedensel (somatik) kaygı

Bilişsel kaygı, kaygının zihinsel bölümüdür ve kişinin kendi negatif değerlendirmeleri veya başarıyla ilgili olarak negatif beklentileri tarafından ortaya çıkmaktadır. Bu durum sporda istenilen performansın sergilenemeyeceği şeklinde görülür⁵³.

2.5.4.Kaygı ve spor

Spor bilimcileri sportif performansı yükseltmek için yoğun bir uğraş içindedir. Yeni antrenman prensipleri araştırmakta, sporcuyu yüksek performansa ulaştırma arayışları devam etmektedir. Tüm bu arayış ve araştırmalar spor performansında sadece fiziksel kapasitenin mükemmelliğinin yeterli olmadığını, psikolojik kapasitenin hiç de küçümsenmeyecek bir faktör olduğunu göstermiştir³.

Sporcuların çoğu yarışmalarda, baskı ve zorlukla karşılaşmaktadır. Birçok sporcu antrenmanlarda gösterdikleri performanslarını stresli yarışma koşullarında gösterememektedir, teknik direktör ve çalıştırıcı verdikleri söylemlerde, takımlarını oynadıkları karşılaşma sırasında tanıyamadıkları, gösterdikleri performans konusunda hayrete düştiklerini söylemektedir²⁵.

Sportif yarışmalar sırasında birçok sporcunun, telaşlı, huzursuz, sıkıntılı, çekingen, üzüntülü, yüzü sararmış ya da kızarmış, tedirgin durumda olduğu görülmektedir. Yine bazı sporcuların antrenmanlarda rahatlıkla yapabildikleri hareketleri, müsabakada yapamadıkları, takım arkadaşlarına uyum sağlayamadıkları ve kendilerinden bekleneni yerine getiremedikleri gözlenmektedir³⁸.

Birçok üst düzeydeki sporcu becerilerini sadece fiziksel ve fizyolojik kapasitelerine değil, psikolojik özelliklerine de borçludur. Bu sporcunun kendini karşılamaya psikolojik olarak hazırlamada, motive olmada, kaygılarını yönetmede, konsantre olmada, amaçlar belirlemede mükemmel yeteneklere sahiptirler⁵⁰.

Müسابakadan önce veya müسابaka sırasında sporcuların son derece yoğun olarak yaşadıkları kaygı ve stres düşünüldüğünde, kontrol altına alınamayan kaygı durumları, sporcuların performanslarını olumsuz yönde etkileyebilmekte ve başarısızlıklara neden olmaktadır. Bu nedenle, sporcuların kaygı düzeylerinin ve kaygı nedenlerinin bilinmesi bununla başa çıkacak olan sporcu ve antrenörler açısından oldukça önemli olduğu aşikardır.

İlgili Makaleler;

Civan (2010)' un bireysel ve takım sporcularının müسابaka öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması adlı çalışmasında, sporcuların müسابaka öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemini, 1999-2000 Üniversiteler Türkiye Şampiyonası müسابakalarına katılan değişik spor türlerinden (bireysel sporlar, raket sporları ve takım sporları) 107 bayan 289 erkek olmak üzere toplam 396 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları olarak, 10 soruluk sosyo-demografik bilgi formu ile Spielberger'in Sürekli-Durumluk Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Araştırma sonucunda; müسابaka öncesi durumluk kaygı düzeyi bakımından bireysel sporlarla uğraşanların, sürekli kaygı düzeyi bakımından ise takım sporu ile uğraşanların diğerlerine göre önemli ölçüde farklılaşma gösterdiği tespit edilmiştir. Yaş ve cinsiyet değişkenlerine göre ise branşlar arasında farklılaşma görülmemiştir²⁰.

Demirli (2017) ' in elit güreşçilerin müسابaka öncesi ve sonrası durum kaygı düzeylerinin karşılaştırılması adlı çalışmasında, güreş sporu yapan sporcuların müسابaka öncesi ve müسابaka sonrası durumluk kaygı düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışma 2017 yılındaki Adana da yapılan büyükler Türkiye Güreş Şampiyonasında, daha önce avrupa ve dünya şampiyonalarında madalya almış 19 kadın 20 erkek olmak üzere toplam 39 güreşçi üzerinde yürütülmüştür. Çalışmada sporculara Spielberger ve arkadaşları tarafından 1964 yılında geliştirilen, Türkçeye çevrilmesi, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Öner ve Le Compte (1983) tarafından yapılan sürekli-durumluk kaygı ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21.00 paket programı kullanılmıştır. Verilerin analizinde demografik özelliklerin belirlenmesinde frekans dağılımı, iki bağımsız değişken ile durumluk kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek için T testi, ikiden fazla değişken ile durumluk

kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi incelemek için ise Anova Waryans analizi testleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki fark $p.0,05$ anlamlılık düzeyi esas alınarak yorumlanmıştır. Elde edilen bulgulara göre güreşçilerin müsabaka öncesi durumluk kaygı düzeyleri ile cinsiyet ve güreş yaptığı stil arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Müsabaka öncesi ve müsabaka sonrası durumluk kaygı düzeyleri arasında da anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiş olup, durumluk kaygı düzeyinin müsabaka öncesinin müsabaka sonrasından yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Öğrenim düzeyi, yaş, sporculuk süresi, anne ve baba eğitim düzeyi değişkenleri ile müsabaka öncesi ve müsabaka sonrası durumluk kaygı düzeyleri arasında da anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Sporcuların sportif alanda başarılarını olumsuz etkileyecek kaygı düzeylerinin belirlenmesi ve yüksek kaygıya yol açan etkenlerin belirlenerek etkisinin minimum seviyeye indirilmesi önerilmektedir. Güreşçi antrenörlerinin psikiyatri alanda uzman kişilerle birlikte çalışması önerilmektedir²².

Hacıcaferoğlu (2015)' in halk oyunları branşına katılan sporcuların yarışma öncesi kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi adlı çalışması, Türk Halk Oyunları branşına katılan sporcuların yarışma öncesi kaygı düzeylerini bazı değişkenler açısından belirleyebilmek amacıyla yapılmıştır. Genel tarama modeli kullanılarak yapılan araştırmanın evrenini; Türk Halk Oyunları Federasyonu tarafından Malatya ilinde gerçekleştirilen grup müsabakasına, halay yöre oyunları ile katılan 253 sporcu oluştururken; örneklemini ise evrenden tesadüfî yöntemle seçilmiş 187 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmada Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeğinin, Durumluk (anlık) Kaygı bölümü kullanılmıştır. Araştırmada verilerin çözümlenmesinde frekans, yüzde, standart sapma, aritmetik ortalama, t- testi ve tekyönlü varyans analizi (ANOVA) ile farkın kaynağını bulmak amacıyla Tukey testi kullanılmıştır. Araştırma sonucunda; sporcuların müsabaka öncesi hissettikleri anlık kaygı durumunun istatistiksel olarak genel aritmetik ortalamasının 2.34 puan olduğu belirlenmiştir. Araştırmada cinsiyet, yaş ve halk oyunları oynama süre değişkenlerine bağlı olarak sporcuların yarışma öncesi anlık kaygı hissetme durumları bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olduğu saptanmıştır. Yine araştırmada; cinsiyete bağlı olarak kadın sporcular lehine, yaş değişkenine göre, 20-22 ile 17-19 yaş gurubunda olan sporcuların, oynama süresi değişkenine göre ise bir yıldan az süredir halk oyunları oynayan sporcuların diğer guruplarda bulunan sporculara göre daha fazla müsabaka öncesi anlık kaygı duydukları belirlenmiştir⁴⁰.

Oktay (2018)' in ilk defa deneme dalışı yapan bireylerin sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi adlı çalışmasında, deneme dalışı yapan kadın ve erkek bireylerin çeşitli değişkenlere göre sürekli ve durumluk kaygı düzeylerini belirleyip incelenmesini amaçlamaktadır. Araştırmanın örneklemini 2015 yılında Antalya Kaş bölgesinde faaliyet gösteren bir dalış merkezine dalış için gelen deneme dalıcıları oluşturmaktadır. Basit tesadüfi yöntemle seçilip araştırmaya dahil edilen bu kişiler 150 si Erkek 150 si ise Kadın olmak üzere toplam 300 kişiden oluşmaktadır. Deneme dalışı yapan bireylerin dalış öncesi ve sonrası kaygı düzeylerini ölçmek için Spielberg ve arkadaşları tarafından geliştirilen Sürekli Kaygı Ölçeği(SKÖ) ve Durumluk Kaygı Ölçeği(DKÖ) kullanılmıştır. Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları ise Öner ve Le Compte(1983) tarafından yapılmıştır. Çalışma non-parametrik istatistik yöntemleri ile değerlendirilmiştir. Buna göre; bağımsız gruplarda (2 grup) ortalamalar arasındaki farkın değerlendirilmesi için Mann Whitney U istatistik yöntemi kullanılmıştır. İki den fazla grubun olduğu non-parametrik karşılaştırmalarda ise Kruskal-Wallis istatistiksel analiz yöntemi kullanılmıştır. Bulgularda kadınların erkeklere göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri yüksek çıkmıştır. 17-24 yaşındaki bireylerin en yüksek kaygı seviyesine sahiptir, yaş ilerledikçe kaygı seviyesi azalmaktadır. Medeni durumlara bakıldığında, Evliler bekarlardan daha az kaygıya sahiptir. Gelir seviyesi arttıkça kaygı seviyesinin azaldığı söylenebilir⁵⁵.

Doğan Günday (2010) 'un aerobik egzersizlerin kadınlarda ve erkeklerde anksiyeteye olan etkisinin araştırılması adlı çalışmasında, aerobik egzersizin anksiyete düzeyi üzerine etkisi olup olmadığı ve anksiyete düzeyinin iki cins arasında farklılık gösterip göstermediğinin araştırılması amaçlanmaktadır. Araştırma, gönüllü 20 kadın (10 egzersiz ve 10 sedanter grubu) ve 20 erkek (10 egzersiz ve 10 sedanter grubu) üzerinde yapıldı. Egzersiz grupları en az iki aydır spor salonuna devam edip haftada iki kez egzersiz yapmakta idi, sedanter grup egzersiz yapmayan bireylerden oluşturuldu. Çalışma bir spor merkezinde yapıldı. Her gruba günün benzer saatlerinde durumluk ve sürekli kaygı envanteri uygulandı. Envanterler uygulandıktan 5 dakika sonra egzersiz grubundaki bayanlar ve erkekler %60 max kalp hızında 60 dakika aerobik egzersiz yaptılar. Egzersiz grubu egzersizlerini yaparken, kontrol grubu (sedanter grup) hiç bir şey yapmadan egzersiz yapılan odada oturdular. Egzersizden 5 dakika sonra her iki gruba envanterler dağıtıldı ve tekrarlandı. İstatistiksel analiz sonucunda istirahat konumunda ölçülen erkek egzersiz grubunun sürekli kaygı ölçeğinin kadın egzersiz

grubuna kıyasla anlamlı olarak yüksek olduğu, akut egzersizden sonra ise bu farklılığın ortadan kalktığı ve gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı belirlenmiştir. Akut ılımlı egzersizin anksiyete düzeylerinde anlamlı bir değişikliğe neden olmadığı saptanmıştır. Araştırmada elde edilen sonuçlar, durumluk kaygı düzeyi cinsiyet farkı göstermemektedir. Sürekli kaygı düzeyi gönüllü olarak egzersiz yapanlarda, erkek grubunda kadınlara oranla yüksek olacak şekilde, cinsiyet farkı göstermektedir. Akut ılımlı egzersiz sürekli ve durumluk anksiyete düzeyine etkili görülmemektedir²⁴.

Smith (1983)' in Rekabetçi genç sporcularda sürekli kaygı: yaşa, cinsiyete, ırka ve oyun durumuna göre farklılıklar adlı çalışması, takım sporu müsabakalarına katılan rekabetçi 80 erkek ve 79 kız sporcunun sürekli kaygılarındaki farklılıklar yaş, cinsiyet, ırk ve oyun durumu (bütün yıldız ve yedek oyuncu) bazında incelenmiştir. Veriler, spor müsabakası sürekli kaygısında yaşa, cinsiyete veya ırka göre farklılık göstermezken, tüm yıldız sporcuların, sürekli kaygı puanlarının yedek oyunculara göre anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür⁷⁰.

Kırbaş (2014)' ün ağız ve diş sağlığı merkezine başvuran 9-12 yaş grubu çocukların durumluk kaygı düzeylerinin belirlenmesi adlı çalışmasında, ağız ve diş sağlığı merkezine muayene ve tedavi amacıyla başvuran 9-12 yaş grubu çocukların durumluk kaygılarının değerlendirilmesi amaçlanmıştır. Erzurum il merkezindeki Ağız ve Diş Sağlığı Merkezine muayene ve tedavi amacıyla başvuran 9-12 yaş grubu çocuklar ile 01 Nisan 2011-15 Haziran 2011 tarihleri arasında tanımlayıcı nitelikte yapılmıştır. Evrenin bilinmiyor olduğu durumlarda kullanılan örneklem formülü ile katılımcı sayısı en az 233 kişi olarak hesaplanmış, ancak 248 çocuk ile araştırma tamamlanmıştır. Anket formu ve Durumluk Kaygı Ölçeği kullanılarak veriler toplanmıştır. Etik Kurul kararı, ilgili kurum izini, ebeveyn ve çocukların onamları alınmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde; yüzdelik dağılım, varyans analizi ve t testi kullanılmıştır. Çocukların; %52.4'ünün erkek olduğu, %78.6'sının il merkezinde yaşadığı, %71.4'ünün sabah akşam dişlerini fırçaladığı %89.1'inin altı ayda bir kontrole gitmediği belirlenmiştir. Daha önce diş muayene ve tedavisine giden çocukların ölçek toplam puan ortalamalarının 45.60 ± 5.82 olduğu, ilk kez diş muayene ve tedavisi için gelen çocukların ise 47.67 ± 4.82 olduğu saptanmış ve gruplar arasındaki fark önemli

bulunmuştur. Ağız ve diş sağlığı için başvuran çocukların durumluk kaygı puanlarının yük- sek olduğu saptanmıştır⁴⁹.

Karabulut (2013)' ün 13-15 yaş arası erkek futbolcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin farklı değişkenler bakımından incelenmesi adlı çalışması, Türkiye'deki 13-15 yaş grubu futbolcuların sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinin incelenmesini amaçlayan tarama modeli bir çalışmadır. Araştırmanın örneklemini 2008 yılında Kırşehir'de düzenlenen Nike Premier Cup U-15 yıldızlar Türkiye birinciliği müsabakasına katılan 80 sporcudan, rastgele seçim yöntemi ile seçilen 61 gönüllü sporcu oluşturmaktadır. Futbolcuların kaygı düzeylerini ölçmek için Spielberger ve ark. tarafından geliştirilen Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Türkçeye çevrilmesi, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Öner ve Le Compte (1983) tarafından yapılmıştır. Verilerin analizinde, aritmetik ortalamaları, Standart sapmaları, sıklık (f) dereceleri ve yüzde (%) değerleri bulunmuştur. Elde edilen sonuçlarının analizinde parametrik olmayan gruplar için kullanılan Mann Whitney U ve Kruskal Wallis analizleri yapılarak anlamlılıkları tespit edilmiştir. Sonuç olarak, araştırma grubunu oluşturan sporcuların yüksek kaygı düzeyine sahip olduğu, spor yılı ve babanın algılanan ev yönetim tutumu değişkenlerinin Durumluk ve Sürekli Kaygı düzeylerinde anlamlı farklılık yaratmadığı, baba eğitim düzeyinin yüksekliğinin kaygı düzeyini olumsuz etkilediği tespit edilmiştir⁴⁷.

Varol (2004)' ün ilahiyat fakültesi öğrencilerinin durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri adlı çalışmasında, Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeyleri ve kaygı düzeylerine etki eden bazı etmenler incelenmiştir. Veriler Spielberg ve arkadaşları (1970) tarafından geliştirilen, Necla Öner ve Ayhan Le Compte tarafından Türkçe'ye uyarlanan Durumluk- Sürekli Kaygı Ölçeği ile toplanmıştır. Ölçek, 2002 Mayıs ayında 234 kız ve 284 erkek öğrenci olmak üzere toplam 518 öğrenciye uygulanmıştır. Öğrencilerin kaygı düzeyleri sınıf, bölüm, cinsiyet, medeni durum, ekonomik durum, çalışma durumu ve başarı durumu açısından değerlendirilmiştir. Öğrencilerin bölümleri, cinsiyetleri, medeni durumu, ekonomik düzeyi, bir işte çalışıp çalışmaması açısından kaygı düzeyleri arasında önemli farklılıklar görülmüştür. Öğrenciler en önemli kaygı nedeni olarak "hastalık ve yakınlarını kaybetme" ile "iş bulamama ve işe girememeyi" belirtmişlerdir⁵⁴.

Kula (2016)'nın üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı adlı çalışmasında, Ahi Evran Üniversitesi 4. sınıfta öğrenim gören öğrencilerin kaygı düzeylerini bazı sosyodemografik değişkenler açısından incelemek amaçlanmıştır. Bu değişkenler başlıca öğrencilerin üniversiteye giriş yılı, cinsiyeti, öğrenim gördüğü fakülte/yüksekokul, ağırlıklı genel not ortalaması, anne-baba tutumu, ailesinin ortalama aylık geliri ve barındıkları yerlerden oluşmaktadır. Araştırmanın evreni 2013-2014 Eğitim-Öğretim Yılı Bahar Yarıyılı'nda Ahi Evran Üniversitesi'ne bağlı 4 yıllık eğitim veren fakülte ve yüksekokulların 4. sınıflarında öğrenim gören 2489 öğrencinin tamamından oluşmaktadır. Araştırma doğrudan evren üzerinde yapıldığından örneklem alma yoluna gidilmemiştir. Verilerin toplanması aşamasında araştırmacı tarafından oluşturulan Kişisel Bilgi Formu, Spielberger ve Gorsuch tarafından geliştirilen toplam 40 sorudan oluşan Durumluk-Sürekli Kaygı Ölçeği'nin sürekli kaygıyı ölçen 20 soruluk kısmı kullanılmıştır. Veriler analiz edilirken frekans, yüzde, t-testi, varyans analizi ve Bonferroni testinden yararlanılmıştır. Araştırmanın sonuçlarına göre; cinsiyet, fakülte/yüksekokul, anne-baba tutumu, ailenin ortalama aylık geliri ve barınılan yer değişkenlerine göre öğrencilerin sürekli kaygı düzeyleri arasında istatistiksel açıdan anlamlı farklılıkların olduğu, üniversiteye giriş yılı ve ağırlıklı genel not ortalamalarına göre sürekli kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir⁵².

Tümerdem (2007)'nin dicle üniversitesi eğitim fakültesi ve fen-edebiyat fakültesi kimya son sınıf öğrencilerinin kaygılarını etkileyen etmenler adlı çalışmasında, son sınıf öğrencilerinin fakülte, cinsiyet, okuldaki başarı düzeyi, arkadaşlık ilişkilerinin yeterlilik derecesi, çalışmak istediği meslek, ailenin tutumu ve ekonomik düzeyin kaygı düzeyini nasıl etkilediğini incelemek amaçlanmıştır. Bilgi toplama amacıyla, C.D. Spielberger ve arkadaşları tarafından geliştirilmiş olan ve Hacettepe Üniversitesi Psikoloji bölümünde Öner ve Lecompte (Öner, 1998) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Kendini Değerlendirme Anketi" ve "Kişisel Bilgi Anketi" kullanılmıştır. Araştırma 2003-2004 öğretim yılında Dicle Üniversitesi Ziya Gökalp Eğitim Fakültesi O.Ö.F.M.A.E. Bölümü Kimya Anabilim Dalı ve Fen-Edebiyat Fakültesi Kimya Bölümü son sınıf öğrencilerini kapsamaktadır. Bu araştırmanın evrenini toplam 66 öğrenci oluşturmaktadır. Ancak uygulanan anketin 58'i geçerli sayılmıştır. Elde edilen veriler düzenlenerek istatistik analizlerden geçirilmiştir. Analiz sonucu, Eğitim ve Fen Fakültesi son sınıf öğrencilerinin kaygı düzeyinin fakülte, cinsiyet, okuldaki başarı, okuldaki arkadaşlık

ilişkileri, çalışmak istediği meslek değişkenlerinden etkilendiği; ana baba tutumu ve ekonomik durum değişkenlerinden etkilenmediği gözlenmiştir⁷⁹.

Aral (1998)' in çocukların kaygı düzeylerinin yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve ailenin parçalanma durumuna göre incelenmesi adlı çalışması, farklı sosyo-ekonomik düzeyde bulunan çocukların kaygı düzeyleri üzerinde yaş, cinsiyet, sosyoekonomik düzey ve ailenin parçalanma durumu gibi değişkenlerin farklılık yaratıp yaratmadığının belirlenmesi amacıyla planlanmıştır. Araştırma Ankara il merkezinde alt, orta ve üst sosyo-ekonomik düzeyden seçilen ilkokulların dördüncü ve beşinci sınıfına devam eden 300 çocuk üzerinde yürütülmüştür. Çocuklar hakkında bilgi edinebilmek amacıyla "Kişisel Bilgi Formu" ile çocuğun içinde bulunduğu baskılı durumdan dolayı geliştirdiği kaygıyı ölçmek için "Durumluk Kaygı Envanteri" ile "Sürekli Kaygı Envanteri" kullanılmıştır. Yapılan istatistiksel değerlendirmeler sonucunda, çocukların kaygı düzeyleri üzerinde yaş, cinsiyet ve sosyo-ekonomik düzey gibi değişkenlerin farklılık yaratmadığı saptanırken ($p>0.05$), ailenin parçalanma durumu değişkeninin istatistiksel açıdan önemli farklılık yarattığı ortaya konmuştur ($p<0.01$)⁹.

Cebeci (2009)' un tam aileye ve tek ebeveyne sahip ailelerden gelen 7-12 yaşları arasındaki çocukların bağlanma stilleri ve kaygı durumları arasındaki ilişki adlı çalışmasında, anne babası boşanmış 7-12 yaşları arasındaki çocuklar ile aynı yaştaki anne babası boşanmamış çocukların bağlanma stilleri ile kaygı durumları arasındaki ilişkinin karşılaştırılması ortaya konmaya çalışılmıştır. Araştırmanın bir diğer amacı ise; konu ile ilişkili olduğu düşünülen cinsiyet, yaş, annenin eğitim durumu ve sosyoekonomik düzey gibi değişkenlerin çocukların bağlanma durumları ve kaygı düzeyleri ile ilişkisinin incelenmesidir. Araştırmada veri toplamak amacı ile çocukların sosyodemografik özelliklerini belirleyen? Bireyi Tanıma Çizelgesi, bağlılık stillerini ölçmek için Bağlılık Stili Anket Formu, kaygı durumlarını ölçmek için de Çocuklar İçin Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemini 7-12 yaş arasındaki tek ebeveyne sahip (anne babası boşanmış) 20 erkek ve 22 kız, tam aileye sahip (anne babası boşanmamış) 24 erkek ve 34 kız olmak üzere 100 ilköğretim okulu öğrencisinden oluşmaktadır. Araştırmanın sonuçlarına göre; boşanmış ebeveynlerin çocuklarının güvenli bağlanma durumları ile durumluk kaygı düzeyleri arasında negatif yönde bir ilişki vardır. Boşanmış ebeveynlere sahip çocukların durumluk ve sürekli kaygı puan ortalamalarının, tam aileye sahip çocukların durumluk ve sürekli kaygı puan ortalamalarından yüksek olduğu görülmüştür. Sosyodemografik

özelliklerden cinsiyete göre yapılan incelemede, erkek çocukların güvenli bağlanma puan ortalamaları, kız çocukların güvenli bağlanma puan ortalamalarından anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Yaş değişkenine göre yapılan incelemede 7-8-9 yaş grubundaki çocukların durumluk ve sürekli kaygı puan ortalamaları, 10-11-12 yaş grubundaki çocukların puan ortalamalarından düşük çıkmıştır. Tam aileye sahip 7-8-9 yaş grubundaki çocukların süreklilik kaygı puan ortalamalarının tam aileye sahip 10-11-12 yaş grubu çocukların puan ortalamalarından çok daha fazla olduğu bulunmuştur. Anneleri ortaokul mezunu olan çocukların güvenli bağlanma puanları, diğer eğitim düzeylerinde anneleri olan çocukların puanlarından anlamlı derecede düşüktür. Araştırmanın katılan çocukların anneleri ilgili bir başka sonuç ise 2-6 yaş döneminde bakıcısı anne olan çocukların güvenli bağlanma puanları, bakıcısı diğer kişiler olan çocukların güvenli bağlanma puan ortalamalarından düşük olması şeklinde karşımıza çıkmıştır. Araştırmadan elde edilen bir diğer bulgu ise; çocukların içinde bulundukları sosyoekonomik düzey ile bağlanma stilleri arasında bir ilişki kurulamazken, sosyoekonomik düzeyleri düşük çocukların durumluk kaygı puan ortalamaları, yüksek olan çocukların puan ortalamalarından yüksek olmasıdır¹⁸.

Deveci (2012)' in Doğu Anadolu' da yeni açılan bir üniversitenin öğrencilerinde kaygı düzeylerinin sağlık, sosyal ve demografik faktörler ile ilişkisi adlı çalışmasında, Tunceli Üniversitesi öğrencilerinde var olabilecek kaygı düzeylerini ve ilişkili faktörleri belirleyebilmek amaçlanmıştır. Tanımlayıcı tipte olan bu araştırma Tunceli Üniversitesi'nde öğrenim gören 604 öğrenciye ait sonuçları içermektedir. Araştırmanın saha çalışması Mayıs 2010'da yapılmıştır. Öğrencilere sosyo-demografik özellikler, kaygı ile ilişkili olduğu düşünülen sağlık, sosyal ve demografik faktörler ve Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri'nden oluşan bir soru takımını içeren anket direkt gözlem altında uygulanmıştır. Araştırmada yer alan öğrencilerin %52.2'si erkek, %47.8'i kadın olup, yaş ortalaması 21.38±3.59'dur. Öğrencilerin durumluk kaygı puan ortalaması 43.37±10.46, sürekli kaygı puan ortalaması ise 45.17±8.79 bulunmuştur. Ailelerinin aylık geliri düşük olanların, okuduğu bölüme istemeden başlayanların, üniversite başlangıcında barınma sorunları yaşayanların, kronik bir hastalığı olduğunu ifade edenlerin, kendi sağlık durumunu kötü olarak değerlendirenlerin, mezun olduktan sonra mesleği ile ilgili umutsuz veya belirsiz olanların, kişilik yapısını içe dönük olarak niteleyenlerin durumluk-sürekli kaygı puanları daha yüksekti (p0.05)²³.

Gürsoy (2017)' in göçmen çocukların kaygı düzeylerinin karşılaştırılmalı incelenmesi adlı çalışması, göçmen çocukların kaygı düzeylerinin karşılaştırılmalı incelenmesi, durumluk/sürekli kaygı düzeyleri üzerinde çeşitli değişkenlerin farklılık yaratıp yaratmadığının belirlenmesi amacıyla yapılmıştır. Araştırmaya Erzincan ili Üzümlü ilçesinde göçmen çocukların devam ettikleri Ortaokullarda öğrenim gören Ahıska Türkü göçmen çocuklar ile göçmen olmayan çocuklarından basit seçkisiz örnekleme yöntemi ile belirlenen çocuklar dahil edilmiştir. Araştırmaya dahil edilen çocuklar ve ailelerine ilişkin bilgileri elde etmek amacıyla araştırmacılar tarafından geliştirilen kişisel bilgi formu ile kaygı düzeylerini belirlemek amacıyla Spielberger ve arkadaşları (1970) tarafından geliştirilen ve Öner ve Le Compte (1985) tarafından uyarlama çalışması yapılan Durumluk/Sürekli Kaygı Envanteri kullanılmıştır. Araştırma sonucunda göçmen çocukların durumluk kaygı puanlarının yüksek olduğu, ancak aradaki farkın anlamlı olmadığı; sınıf düzeyi, doğum sırası, kardeş sayısı ve ailenin aylık gelirin e göre durumluk kaygı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu saptanmıştır. Göçmen çocukların sürekli kaygı puanlarının yüksek olduğu ve aradaki farkın anlamlı olduğu; cinsiyet, sınıf düzeyi, aile tipi, doğum sırası, kardeş sayısı ve ailenin aylık gelirin e göre sürekli kaygı puan ortalamaları arasında anlamlı bir farklılık olduğu belirlenmiştir³⁹.

Tektaş (2014)' ün üniversite mezunlarının kaygı düzeylerinin incelenmesi adlı çalışmasında, Marmara Üniversitesi Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulunun Makine ve Metal Teknolojileri Bölümü mezunlarının kaygı düzeylerini ve bu kaygı düzeylerini etkileyen faktörleri belirlemek amaçlanmıştır. Çalışmanın ana kütlesini Marmara Üniversitesi'nde 2012-2013 döneminde ve öncesinde ön lisans seviyesinde mezun olan üniversite öğrencileri oluşturmaktadır. Çalışmanın örneklem çerçevesini ise Marmara Üniversitesi Teknik Bilimler Meslek Yüksekokulunun Makine ve Metal Teknolojileri Bölümünden mezun olan öğrenciler oluşturmaktadır. Örnekleme yöntemi olarak kolayda örnekleme kullanılmıştır. Anket formu mezunlara bitirme projesi kapsamında internet üzerinden uygulanmıştır. Çalışmada kullanılan anket formu iki kısımdan oluşmaktadır. Anket formunun birinci kısmında ankete katılan öğrencilerin kişisel özellikleri ile ilgili bilgiler yer almaktadır. İkinci kısmında ise Durumluk ve Sürekli Kaygı Ölçeği kullanılmıştır. Ankete katılanların durumluk kaygı genel puan ortalaması 53,64 standart sapması 13,17 olarak bulunmuştur. Katılımcıların sürekli kaygı

genel puan ortalaması 47,27, standart sapması 7,9 olarak bulunmuştur. Araştırma verileri, bilgisayarda SPSS 17.0 The Statistical Program for Social Science programında değerlendirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde, frekans dağılımları, korelasyon analizi, bağımsız gruplarda t-testi ve Varyans Analizi kullanılmıştır. Veriler değerlendirilirken “Kolmogorov Smirnov Testi” ile normal dağılıma uygunluğu araştırılmış ve durumluk ve sürekli kaygı ölçeklerinden elde edilen verilerin normal dağılıma uyduğu $p > 0,05$ gözlemlenmiştir. Durumluk-Sürekli Kaygı değişkenleri arasındaki ilişki analizinde; eğer varsa ilişkinin şiddeti ve yönü Pearson Korelasyonu ile elde edilmiştir. İki grup arasındaki farkları incelemek için t testi bağımsız gruplarda t-testi uygulanmıştır. Uygulanan bağımsız gruplarda t-testi, t testinde varyansların eşit olup olmadığını belirlemek için Levene testi kullanılmıştır. İki den fazla grubu karşılaştırmak için Varyans Analizi one-way Anova uygulanmıştır. Durumluk-sürekli kaygı arasındaki ilişkiyi saptamak için gerçekleştirilen korelasyon analizi sonuçlarına sürekli kaygı ile durumluk kaygı arasında anlamlı pozitif yönlü ilişki bulunmuştur. Mezun katılımcıların kaygı düzeylerinin cinsiyet, mezun olunan yıl, lisans tamamlama, iş bulma süresi, mezun olunan bölümle ilgili çalışma ve şu anda çalıştıkları işten memnuniyet durumları değişkenlerine göre farklılaşıp farklılaşmadığını araştırdığımızda aralarındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmamıştır⁷⁷.

Başaran (2009)’ un sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi adlı çalışmasında, 14 yaş grubu sporcularında sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmaya yaşları 14 olan basketbol, voleybol, hentbol, tekvando ve güreş branşlarında spor yapan 132 bayan ve 192 erkek toplam 324 sporcu katılmıştır. Araştırmada Durumluk-Sürekli Anksiyete Envanteri State Trait Anxiety Inventory STAI kullanılmıştır. Araştırmada, normallik sınamasına göre bağımsız gruplarda t testleri ve Anova Testleri kullanılmış olup, verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 10.0 istatistik paket programı kullanılmıştır. Araştırmada bayan ve erkek sporcuların sürekli kaygı puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmemişken ($P > 0,05$), durumluk kaygı puanları arasında anlamlı farklılık tespit edilmiştir¹¹.

3. GEREÇ VE YÖNTEM

Bu bölümde çalışmanın modeli, evren ve örnekleme tanımlanmış olup, veri toplama aracı, verilerin elde edilmesi, verilerin analizi ve kullanılan istatistiksel işlemler yer almaktadır.

3.1. Araştırmanın Modeli

Yapılan bu araştırma nicel bir araştırmadır. Aynı zamanda Düzce ili ve ilçelerindeki voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini belirlemek ve bazı değişkenlerin voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerine etkisini ortaya koymayı amaçlayan, betimsel bir araştırmadır. Betimsel çalışma; çok sayıda elemandan oluşan bir evrende, evren hakkında genel bir yargıya varmak amacı ile, evrenin tümü ya da ondan alınacak bir grup üzerinde yapılan tarama düzenlemeleridir⁴⁶. Bu yolla, Düzce ili ve ilçelerindeki ortaokullarda voleybol oynayan öğrencilerin durumluk ve sürekli seviyelerinin çeşitli değişkenler bakımından var olan durumuyla betimlenmesi hedeflenmiştir.

3.2. Evren Örneklem

Araştırmanın evrenini, Düzce ili ve ilçelerinde yer alan ortaokullardan okullar arası voleybol müsabakalarına katılan on dokuz ortaokulda voleybol oynayan öğrenciler oluşturmaktadır. Çalışmada, Düzce ili ve ilçelerinde bulunan 19 tane ortaokuldan gönüllü olarak çalışmaya katılmak isteyen 360 öğrenciye ulaşılmıştır. Örneklem grubu ortaokullarda voleybol oynayan 360 öğrenciden oluşmaktadır. Örneklem grubunun değişkenlere göre dağılımı Tablo 1.' de verilmiştir.

Tablo 1. Çalışmaya Katılan Öğrencilerin Bazı Değişkenlere Göre Dağılımları

	Kategoriler	F	%
Yaş	10	29	8,1
	11	96	26,7
	12	89	24,7
	13	121	33,6
	14	25	6,9
	Toplam	360	100,0

Tablo 1'in devamı

Cinsiyet	Kadın	256	71,1
	Erkek	104	28,9
	Toplam	360	100,0
Okuduğu Okul	Merkez Okulu	169	46,9
	İlçe Okulu	133	33,9
	Özel okul	58	16,1
	Toplam	360	100,0
Anne Eğ. Dur.	Okur Yazar Değil	8	2,2
	İlköğretim	161	44,7
	Lise	118	32,8
	Üniversite	73	20,3
	Toplam	360	100,0
Baba Eğ. Dur.	Okur Yazar Değil	6	1,7
	İlköğretim	117	32,5
	Lise	148	41,1
	Üniversite	89	24,7
	Toplam	360	100,0
Aile Gel. Dur.	2000-4000	158	43,9
	4000-6000	99	27,5
	6000-8000	62	17,2
	8000 ve üzeri	41	11,4
	Toplam	360	100,0

Tablo 1'in devamı

	Evli	335	93,1
Anne Baba Bir. Dur.	Ayrı-Ölü	25	6,9
	Toplam	360	100,0
	Evet	159	44,2
Ailede Spor Yapan	Hayır	201	55,8
	Toplam	360	100,0
	Kalabalık Aile	302	83,9
Yaşadığı Aile	Çekirdek Aile	58	16,1
	Toplam	360	100,0
	Köy	135	37,5
Yaşadığı Bölge	Şehir Merkezi	225	62,5
	Toplam	360	100,0
	Evet	160	44,4
Lisanslı Ol. Oy.	Hayır	200	55,6
	Toplam	360	100,0

Anne Eğ. Dur. =Anne Eğitim Durumu, Baba Eğ. Dur. = Baba Eğitim Durumu, Aile Gel. Dur. = Aile Gelir Durumu, Anne Baba Bir. Dur. = Anne Baba Birlikte Durumu, Lisanslı Ol. Oy. = Lisanslı Olarak Oynama

Tablo 3.1. incelendiğinde, çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin 29'u 10 yaş (8,1), 96 'ı 11 yaş (26,7), 89'u 12 yaş (24,7), 121'i 13 yaş (33,6), 25'i 14 yaş (6,9) yaşlarından oluşmaktadır. Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin 256'ı kadın (71,1), 104'ü erkeklerden (28,9) oluşmaktadır. Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin, 169'u merkez okullarında (46,9), 133'ü ilçe okullarında (33,9), 58'i özel okullarda (16,1) öğrenim görmektedir. Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin anne eğitim durumu

incelendiğinde, 8'i okuryazar değil (2,2), 161'i ilköğretim (44,7), 118'i lise (32,8), 73'ü üniversiteden (20,3) oluşmaktadır. Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin baba eğitim durumu incelendiğinde, 6'ı okuryazar değil (1,7), 117'i ilköğretim (32,5), 118'i lise (32,8), 89' u üniversiteden (24,7) oluşmaktadır. Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin aile gelir durumu incelendiğinde, 158' i 2000-4000 (43,9), 99'u 4000-6000 (27,5), 62'i 6000-8000 (17,2), 41' i 8000 ve üzeri (11,4) düzeyinden oluşmaktadır. Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerin anne baba durumu incelendiğinde, 335'i evli (93,1), 25'i dul (6,9) değişkeninden oluşmaktadır. Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin 159'unun ailesinde spor yapan (44,2) bulunurken, 201'inin ailesinde spor yapan (55,8) bulunmamaktadır. Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin 302'i kalabalık aile (83,9) ile yaşarken, 58'i çekirdek aile (16,1) ile yaşamaktadır. Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin 135'i köy (37,5), 225' i şehir merkezinde (62,5) yaşamaktadır. Çalışmaya katılan ortaokul öğrencilerinin 160'ı lisanlı olarak oynarken (44,4), 200'ü lisanslı olarak oynamamaktadır (55,6).

3.3. Verilerin Toplanması ve Veri Toplama Araçları

Verilerin toplanması, T.C. Düzce Valiliği İl Millî Eğitim Müdürlüğü'nün araştırma izin belgesi ile Düzce ili ve ilçelerinde yer alan ortaokullardan okullar arası voleybol müsabakalarına katılan on dokuz ortaokulda voleybol oynayan öğrencilere uygulanmıştır. Durumluk Kaygı Ölçeği müsabakadan 15 dakika önce, Sürekli Kaygı Ölçeği ise müsabaka sonrasında öğrenciler araştırmacı tarafından uygulanmış ve tekrar toplanması sağlanmıştır.

Araştırmada, Düzce ili ve ilçelerinde bulunan ortaokullarda voleybol oynayan öğrencilerin, durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini tespit etmek amacıyla Spielberger ve arkadaşları tarafından 1964 yılında geliştirilen “Durumluk Kaygı Ölçeği“ ve “Sürekli Kaygı Ölçeği“ veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Türkçeye çevrilmesi, güvenilirlik ve geçerlik çalışmaları Öner ve Le Compte (1983) tarafından yapılmıştır. Bir kendini değerlendirme türü olan ölçek, kısa ifadelerden oluşan 40 maddeyi içermektedir. Ölçek, anda hissedilenleri belirlemek amacıyla oluşturulan 20 maddelik “Durumluk Kaygı Formu” ve son yedi gündür hissedilenleri belirlemek amacıyla oluşturulan yine 20 maddelik “Sürekli Kaygı Formu” olmak üzere iki kısımdan oluşmaktadır. 4'lü Likert tipi olan ölçeğin Alpha güvenirliğinin .83 ile .87 arasında, test-tekrar test güvenirliğinin .71 ile .86 arasında ve madde güvenirliğinin .34 ile .72 arasında değiştiği bildirilmektedir⁵⁸. Her iki ölçekte de tersine dönmüş ifadeler bulunmaktadır. Durumluk

Kaygı Ölçeği'nde, on tane tersine dönmüş ifade yer alır. Bunlar; 1, 2, 5, 8, 10, 11, 15, 16, 19 ve 20'nci maddelerdir. Sürekli Kaygı Ölçeği'nde ise tersine dönmüş ifadelerin sayısı yedi adettir. Bunlar; 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19'uncu maddelerdir¹⁰.

Durumluk Kaygı Ölçeği maddelerinde ifade edilen duygu ya da davranışlar bu tür yaşantıların şiddet derecesine göre (1) hiç, (2) biraz, (3) çok, (4) tamamen gibi sıklardan birini işaretlemek suretiyle cevaplandırılır. Sürekli Kaygı Ölçeği'nde ise, ifade edilen duygu ya da davranışlar sıklık derecesine göre (1) hemen hiçbir zaman, (2) bazen, (3) çok zaman, (4) hemen her zaman şeklinde işaretlenir⁵⁸.

Doğrudan ifadeler; olumsuz duyguları, tersine dönmüş ifadeler ise; olumlu duyguları dile getirir. Bu ikinci tür ifadeler puanlanırken 1 ağırlık değerinde olanlar 4'e, 4 ağırlık değerinde olanlar ise 1'e dönüşür. Doğrudan ifadelerdeki 4 değerindeki cevaplar kaygının yüksek olduğunu gösterir. Tersine dönmüş ifadeler de ise; 1 değerindeki cevaplar yüksek kaygıyı, 4 değerindekiler düşük kaygıyı gösterir. "Huzursuzum" ifadesi doğrudan, "Kendimi Sakin Hissediyorum" ifadesi de tersine dönmüş ifadelere örnek olarak gösterilebilir. Bu durumda "huzursuzum" ifadesi için 1 ağırlıklı seçenek işaretlenmişse bu cevaplar yüksek kaygıyı yansıtmış olurlar⁵⁸.

3.4. Verilerin Analizi

Araştırma grubunun demografik özellikleri ile ilgili tanımlayıcı istatistiksel analizler için frekans, yüzde tekniklerine yer verilmiştir. Tüm değişkenler için normallik testleri Kolmogorov Smirnov testi yapılmıştır. Dağılım normallik göstermediği için nonparametrik testler uygulanmıştır. Grupların karşılaştırılmasında Mann Whitney U testi, üç ve daha fazla grubun karşılaştırılmasında Kruskal Wallis testi uygulanmıştır. Kruskal Wallis testi sonucunda istatistiksel olarak anlamlı fark olması durumunda da ikili karşılaştırmalar için Mann Whitney U testi kullanılmıştır. Durumluk ve sürekli kaygı arasındaki ilişkiyi belirlemek için Spearman korelasyon analizi yapılmıştır. Araştırmada anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir.

4.BULGULAR

Bu bölümde, ortaokullarda voleybol oynayan öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini belirlemede; yaş, cinsiyet, okuduğu okul, anne-baba eğitim durumu, aile gelir durumu, anne-baba durumu, ailede spor yapan, kiminle yaşadığı, yaşadığı bölge ve lisanlı olarak oynama gibi değişkenlerinin etkisinin olup olmadığına ilişkin bulgular yer almaktadır.

Aşağıdaki alt problemlere göre, öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı farklılık olup olmadığını bulmak için uygulanan testlerin sonuçları ve betimsel istatistikler tablolastırılmış ve sunulmuştur.

1. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin yaşına göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı fark var mıdır? sorusu araştırmanın birinci alt problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın birinci problemini çözümlemek için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları Tablo 2.'de verilmiştir.

Tablo 2. Yaş değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırması

	Yaş	N	Sıra Ort.	sd	χ^2	P
Durumluk Kaygı Ölçeği	10	29	176,84	4	1,289	0,863
	11	96	186,56			
	12	89	174,31			
	13	121	184,06			
	14	25	166,28			
	Total	360				
Sürekli Kaygı Ölçeği	10	29	204,28	4	2,274	0,686
	11	96	184,47			
	12	89	176,56			
	13	121	174,02			
	14	25	183,08			
	Total	360				

Yaş değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Kruskal Wallis testi sonuçlarına bakıldığında durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunamamıştır, (χ^2 (sd=4, n=360) =1,289, $p>0,05$).

Yaş değişkenine göre, çalışmaya katılan öğrencilerin sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları puanlara bakıldığında anlamlı bir farklılık bulunamamıştır, (χ^2 (sd=4, n=360) =2,274, $p>0,05$).

2. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin cinsiyetlerine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı fark var mıdır? sorusu araştırmanın ikinci alt problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın ikinci problemini çözümlmek için yapılan Mann Withney U testi sonuçları Tablo 3.'de verilmiştir.

Tablo 3. Cinsiyet değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırması

	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	P
Durumluk	Kadın	256	161,85	41433,00		
Kaygı	Erkek	104	226,41	23547,00	8537,000	0,000*
Ölçeği	Total	360				
Sürekli	Kadın	256	172,58	44180,50		
Kaygı	Erkek	104	200,00	20799,50	11284,500	0,023*
Ölçeği	Total	360				

*: İstatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Cinsiyet değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmuştur, ($U=8537,000$ $p<0,05$). Ortaya çıkan istatistiksel farka göre, kız öğrencilerin (sıra ortalaması: 161,85) durumluk kaygı ölçeği puan ortalamaları erkek öğrencilerinkine (sıra ortalaması: 226,41) göre daha düşüktür.

Cinsiyet değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmuştur, ($U=11284,500$ $p<0,05$). Ortaya çıkan istatistiksel farka göre, kadınların (sıra ortalaması: 172,58) sürekli kaygı ölçeği puan ortalamaları erkeklerinkine (sıra ortalaması: 200,00) göre daha düşüktür.

3. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin okuduğu okula göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı fark var mıdır? sorusu araştırmanın üçüncü alt problemini oluşturmaktadır. Araştırmanın üçüncü problemini çözmek için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları Tablo 4.'te verilmiştir.

Tablo 4. Okuduğu okul değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırması

	Okuduğu Okul	N	Sıra Ort.	sd	χ^2	P	Anlamlı Fark
Durumluk Kaygı Ölçeği	Merkez Okulu	169	180,08	2	8,997	0,011*	Merkez-Özel Okul İlçe-Özel Okul
	İlçe okulları	133	195,76				
	Özel okul	58	146,74				
	Total	360					
Sürekli Kaygı Ölçeği	Merkez Okulu	169	190,86	2	7,861	0,020*	Merkez-Özel Okul İlçe-Özel Okul
	İlçe Okulları	133	182,10				
	Özel Okul	58	146,66				
	Total	360					

*: İstatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Okuduğu okul değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Kruskal Wallis testi sonuçlarına bakıldığında durumluk kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur, (χ^2 (sd=2, n=360) =8,997, $p<0,05$). Durumluk kaygı ölçeği puanlarının hangi okullar arasında farklılığa sebep olduğunu bulmak için Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Test sonuçlarına göre, merkez okulları ile ilçe okullarında öğrenim gören öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmezken, ($U=10240,000$, $p>0,05$), merkez okulları ile özel okullarında öğrenim gören öğrenciler arasında anlamlı farklılık görülmüştür, ($U=3974,000$, $p<0,05$), özel okulların (sıra ortalaması: 146,74) durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması merkez okullarıninkine (sıra ortalaması: 180,08) göre daha düşüktür. Bir başka ifadeyle, özel okulda öğrenim gören öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri, merkez okullarında öğrenim gören öğrencilere göre daha düşüktür. Öğrencilerin

durumluk kaygı düzeylerinde ilçe okulları ile özel okullarda öğrenim gören öğrenciler arasında anlamlı farklılık görülmüştür, ($U=2826,000$, $p<0,05$), özel okulların (sıra ortalaması: 146,74) durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması ilçe okullarınıninkine (sıra ortalaması: 195,76) göre daha düşüktür. Bir başka ifadeyle, özel okulda öğrenim gören öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri, ilçe okullarında öğrenim gören öğrencilere göre daha düşüktür.

Okuduğu okul değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Kruksal Wallis testi sonuçlarına bakıldığında sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmuştur, (χ^2 ($sd=2$, $n=360$) $=7,861$, $p<0,05$). Sürekli kaygı ölçeği puanlarının hangi okullar arasında farklılığa sebep olduğunu bulmak için Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Test sonuçlarına göre, merkez okulları ile ilçe okullarında öğrenim gören öğrenciler arasında istatistiksel anlamlı farklılık görülmezken, ($U=10706,500$, $p>0,05$), merkez okulları ile özel okullarda öğrenim gören öğrenciler arasında anlamlı farklılık görülmüştür, ($U=3683,000$, $p<0,05$), Özel okulların (sıra ortalaması: 146,66) sürekli kaygı ölçeği puan ortalaması merkez okullarınıninkine (190,86) göre daha düşüktür. Bir başka ifadeyle, özel okulda öğrenim gören öğrencilerin sürekli kaygı düzeyleri, merkez okullarında öğrenim gören öğrencilere göre daha düşüktür. analiz sonuçlarına göre ayrıca, ilçe okulları ile özel okullarda öğrenim gören öğrenciler arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık görülmüştür, ($U=3112,500$, $p<0,05$), özel okulların (sıra ortalaması: 146,66) sürekli kaygı ölçeği puan ortalaması ilçe okullarınıninkine (182,10) göre daha düşüktür. Bir başka ifadeyle, özel okulda öğrenim gören öğrencilerin sürekli kaygı düzeyleri, ilçe okullarında öğrenim gören öğrencilere göre daha düşüktür.

4. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin anne eğitim durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı fark var mıdır? sorusu araştırmanın dördüncü alt problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın dördüncü problemini çözümlmek için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları Tablo 5.'de verilmiştir.

Tablo 5. Anne eğitim durumu değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırması

		N	Sıra Ort.	sd	x ²	P	Anlamlı Fark
Durumluk Kaygı Ölçeği	Anne Eğitim Durumu						
	Okur yazar değil	8	239,50				Oyd-Lise
	İlköğretim	161	188,26				Oyd-Ünv
	Lise	118	190,02	3	14,749	0,002*	İö-Ünv
	Üniversite	73	141,52				Lise-Ünv
	Total	360					
Sürekli Kaygı Ölçeği	Okur yazar değil	8	197,50				
	İlköğretim	161	183,69				
	Lise	118	184,49	3	2,131	0,546	
	Üniversite	73	165,16				
	Total	360					

Oyd: Okur yazar değil, İö: İlköğretim, Ünv: Üniversite, *: İstatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Anne eğitim durumu değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Kruksal Wallis testi sonuçlarına bakıldığında durumluk kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmuştur, (x^2 (sd=3, n=360) =14,749, $p<0,05$). Durumluk kaygı ölçeği puanlarının hangi düzeyler arasında farklılığa sebep olduğunu bulmak için Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Test sonuçlarına göre, okur yazar değil ile ilköğretim düzeyleri arasında ($U=462,000$, $p>0,05$) ve ilköğretim ile lise düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmezken ($U=9449,500$, $p>0,05$), okur yazar değil ile lise düzeyleri arasında anlamlı farklılık bulunmuştur ($U=335,000$, $p>0,05$). Lise (sıra ortalaması: 190,02) düzeyinin durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması okur yazar değil (sıra ortalaması: 239,50) değişkenininkinden daha düşüktür. Okur yazar değil ile üniversite düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmüştür ($U=139,000$, $p<0,05$). Üniversite (sıra ortalaması: 141,52) düzeyinin durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması okur yazar değil (sıra ortalaması: 239,50) düzeyininkinden daha düşüktür. İlköğretim ile üniversite düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmüştür ($U=4395,000$, $p<0,05$). Üniversite (sıra ortalaması: 141,52) düzeyinin durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması ilköğretim (sıra ortalaması: 188,26) düzeyininkinden daha düşüktür. Lise ile üniversite düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmüştür8 $U=3096,000$, $p<0,05$). Üniversite (sıra ortalaması: 141,52) düzeyinin durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması lise (sıra ortalaması: 190,02) düzeyininkinden daha düşüktür.

Anne eğitim durumu değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Kruksal Wallis testi sonuçlarına bakıldığında sürekli kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır, (χ^2 (sd=3, n=360) =2,131, $p>0,05$).

5. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin baba eğitim durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı fark var mıdır? sorusu araştırmanın beşinci alt problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın beşinci problemini çözümlmek için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları Tablo 6.'de verilmiştir.

Tablo 6. Baba eğitim durumu değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırması

	Baba Eğitim Durumu	N	Sıra Ort.	sd	χ^2	P	Anlamlı Fark
Durumluk Kaygı Ölçeği	Okur yazar değil	6	198,58				
	İlköğretim	117	177,59				
	Lise	148	197,22	3	9,339	0,025*	Lise-Ünv
	üniversite	89	155,31				
	Total	360					
Sürekli Kaygı Ölçeği	Okur yazar değil	6	177,25				
	İlköğretim	117	173,53				
	Lise	148	190,23	3	2,213	0,529	
	Üniversite	89	173,70				
	Total	360					

Ünv: Üniversite, *: İstatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Baba eğitim durumu değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Kruksal Wallis testi sonuçlarına bakıldığında durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur, (χ^2 (sd=3, n=360) =9,339, $p<0,05$). Durumluk kaygı ölçeği puanlarının hangi düzeyler arasında farklılığa sebep olduğunu bulmak için Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Test sonuçlarına göre, okur yazar değil ile ilköğretim düzeyleri arasında ($U=308,500$, $p>0,05$), okur yazar değil ile lise düzeyleri arasında ($U=429,000$, $p>0,05$), okur yazar değil ile üniversite düzeyleri arasında ($U=215,500$, $p>0,05$), ilköğretim ile lise düzeyleri arasında ($U=7705,500$, $p>0,05$) ve ilköğretim ile üniversite düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmezken ($U=4552,000$, $p>0,05$). Lise ile üniversite düzeyleri arasında anlamlı farklılık

görülmüştür ($U=5050,000$, $p<0,05$). Üniversite (sıra ortalaması: 155,31) düzeyinin durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması lise (sıra ortalaması: 197,22) düzeyininkinden daha düşüktür.

Baba eğitim durumu değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Kruksal Wallis testi sonuçlarına bakıldığında sürekli kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (χ^2 (sd=3, n=360) =2,213, $p>0,05$).

6. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin aile gelir durumuna göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı fark var mıdır? sorusu araştırmanın altıncı alt problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın altıncı problemini çözümlemek için yapılan Kruskal Wallis testi sonuçları Tablo 7.'de verilmiştir.

Tablo 7. Aile gelir durumu değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırması

	Aile Gelir Durumu	N	Sıra Ort.	sd	χ^2	P	Anlamlı Fark
Durumluk Kaygı Ölçeği	2000-3999	158	177,69	3	17,421	0,001*	A-B
	4000-5999	99	210,58				A-D
	6000-7999	62	170,88				B-C
	8000 ve üzeri	41	133,27				B-D
	Total	360					
Sürekli Kaygı Ölçeği	2000-3999	158	180,21	3	2,586	0,460	
	4000-5999	99	189,20				
	6000-7999	62	182,06				
	8000 ve üzeri	41	158,27				
	Total	360					

2000-3999: A, 4000-5999: B, 6000-7999: C, 8000 ve üzeri: D, *: İstatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Aile gelir durumu değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Kruksal Wallis testi sonuçlarına bakıldığında durumluk kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmuştur (χ^2 (sd=3, n=360) =17,421, $p<0,05$). Durumluk kaygı ölçeği puanlarının hangi düzeyler arasında farklılığa sebep olduğunu bulmak için Mann Whitney U testi uygulanmıştır. Test sonuçlarına göre 2000-3999 ile 6000-7999 düzeyleri arasında, ($U=4702,000$, $p>0,05$) ve 6000-7999 ile 8000 ve üzeri düzeyleri

arasında anlamlı farklılık görülmezken ($U=1022,500$, $p>0,05$), 2000-3999 ile 4000-5999 düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmüştür ($U=6335,000$, $p<0,05$), 2000-4000 (sıra ortalaması: 177,69) düzeyinin durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması 4000-5999 (sıra ortalaması: 210,58) düzeyininkinden daha düşüktür. Başka bir ifadeyle, aile gelir durumu 2000-3999 olan öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri 4000-6000 olan öğrencilere göre daha düşüktür. 2000-3999 ile 8000 ve üzeri düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmüştür ($U=2393,500$, $p<0,05$). 8000 ve üzeri (sıra ortalaması: 133,27) düzeyinin durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması 2000-3999 (sıra ortalaması: 177,69) düzeyininkinden daha düşüktür. Başka bir ifadeyle, aile gelir durumu 8000 ve üzeri olan öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri 2000-3999 olan öğrencilere göre daha düşüktür. 4000-5999 ile 6000-7999 düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmüştür ($U=2420,000$, $p<0,05$). 6000-7999 (sıra ortalaması: 170,88) düzeyinin durumluk kaygı puan ortalaması 4000-5999 (sıra ortalaması: 210,58) düzeyininkinden daha düşüktür. Başka bir ifadeyle, aile gelir durumu 6000-7999 olan öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri 4000-5999 olan öğrencilere göre daha düşüktür. 4000-5999 ile 8000 ve üzeri düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmüştür ($U=1187,000$, $p<0,05$). 8000 ve üzeri (sıra ortalaması: 133,27) düzeyinin durumluk kaygı puan ortalaması 4000-5999 (sıra ortalaması: 210,58) düzeyininkinden daha düşüktür. Başka bir ifadeyle, aile gelir durumu 8000 ve üzeri olan öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri 4000-5999 olan öğrencilere göre daha düşüktür. 6000-7999 ile 8000 ve üzeri düzeyleri arasında anlamlı farklılık görülmemiştir ($U=1022,500$, $p>0,05$).

Aile gelir durumu değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Kruksal Wallis testi sonuçlarına bakıldığında sürekli kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (χ^2 (sd=3, n=360) =2,586, $p>0,05$).

7. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin anne-baba birlikte durumlarına göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı fark var mıdır? sorusu araştırmanın yedinci alt problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın yedinci problemini çözümlmek için yapılan Mann Withney U testi sonuçları Tablo 8.'de verilmiştir.

Tablo 8. Anne-baba birlikte durumu değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırması

Anne-Baba Birlikte					U	P
	Durumu	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı		
Durumluk	Evli	335	177,32	59401,50		
Kaygı	Ayrı-Ölü	25	223,14	5578,50	3121,500	0,033*
Ölçeği	Total	360				
Sürekli	Evli	335	180,79	60563,00		
Kaygı	Ayrı-Ölü	25	176,68	4417,00	4092,000	0,849
Ölçeği	Total	360				

*: İstatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Anne-baba birlikte durumu değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarda istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($U=3121,500$ $p<0,05$). Ortaya çıkan istatistiksel farka göre, anne baba birlikte durumu evli olanların (sıra ortalaması: 177,32) durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması anne baba birlikte durumu ayrı veya ölü (sıra ortalaması: 226,41) olanlardan göre daha düşüktür. Başka bir ifadeyle, anne babası birlikte olan öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri anne babası ayrı veya ölü olan öğrencilerden daha düşüktür.

Anne-baba durumu değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında sürekli kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($U=4092,000$ $p>0,05$).

8. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin ailede spor yapan olup olmama durumlarına göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı fark var mıdır? sorusu araştırmanın sekizinci alt problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın sekizinci problemini çözümlemek için yapılan Mann Withney U testi sonuçları Tablo 9.'de verilmiştir.

Tablo 9. Ailede spor yapan olup olmama durumu değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırması

	Ailede Spor Yapan	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	P
Durumluk	Evet	159	188,98	30048,50		
Kaygı	Hayır	201	173,79	34931,50	14630,500	0,168
Ölçeği	Total	360				
Sürekli	Evet	159	195,87	31144,00		
Kaygı	Hayır	201	168,34	33836,00	13535,000	0,013*
Ölçeği	Total	360				

*: İstatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Ailede spor yapan olup olmama durumu değişkinine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında durumluk kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($U=14630,500$ $p>0,05$).

Ailede spor yapan olup olmama durumu değişkinine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında sürekli kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($U=13535,000$ $p<0,05$). Ortaya çıkan istatistiksel farka göre, ailesinde spor yapmayanların (sıra ortalaması: 168,34) sürekli kaygı ölçeği puan ortalaması ailesinde spor yapanlardan (sıra ortalaması: 226,41) daha düşüktür. Başka bir ifadeyle, ailesinde spor yapmayanların sürekli kaygı düzeyi ailesinde spor yapanlardan daha düşüktür.

9. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin yaşadığı aile değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı fark var mıdır? sorusu araştırmanın dokuzuncu alt problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın dokuzuncu problemini çözümlmek için yapılan Mann Withney U testi sonuçları Tablo 10.'de verilmiştir.

Tablo 10. Yaşadığı aile değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırması

	Yaşadığı Aile	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	P
Durumluk	Kalabalık aile	302	175,18	52903,50		
Kaygı	Çekirdek aile	58	208,22	12076,50	7150,500	0,027*
Ölçeği	Total	360				
Sürekli	Kalabalık aile	302	176,07	53172,00		
Kaygı	Çekirdek aile	58	203,59	11808,00	7419,000	0,065
Ölçeği	Total	360				

*: İstatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Yaşadığı aile değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında durumluk kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($U=7150,500$ $p<0,05$). Ortaya çıkan istatistiksel farka göre, kalabalık aile (sıra ortalaması: 175,18) değişkeninin durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması çekirdek aile (sıra ortalaması: 208,22) değişkenine göre daha düşüktür. Başka bir ifadeyle kalabalık ailede yaşayan öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri çekirdek ailede yaşayan öğrencilerden daha düşüktür.

Yaşadığı aile değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında sürekli kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($U=7419,000$ $p>0,059$).

10. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin yaşadığı bölge değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı fark var mıdır? sorusu araştırmanın onuncu alt problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın onuncu problemini çözümlmek için yapılan Mann Withney U testi sonuçları Tablo 11.'da verilmiştir.

Tablo 11. Yaşadığı bölge değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırması

	Yaşadığı Bölge	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	P
Durumluk	Köy	135	194,97	26320,50		
Kaygı	Şehir Merkezi	225	171,82	38659,50	13234,500	0,041*
Ölçeği	Total	360				
Sürekli	Köy	135	184,01	24842,00		
Kaygı	Şehir Merkezi	225	178,39	40138,00	14713,000	0,619
Ölçeği	Total	360				

*: İstatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Yaşadığı bölge değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($U=13234,500$ $p<0,05$). Ortaya çıkan istatistiksel farka göre, yaşadığı bölge şehir merkezi (sıra ortalaması: 171,82) olanların durumluk kaygı ölçeği puan ortalaması yaşadığı bölge köy (sıra ortalaması: 194,97) olanlardan daha düşüktür. Başka bir ifadeyle, şehir merkezinde yaşayan öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri köyde yaşayan öğrencilerden daha düşüktür.

Yaşadığı bölge değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında sürekli kaygı ölçeği testinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($U=14713,000$ $p>0,05$).

11. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin lisanslı olarak voleybol oynama değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı fark var mıdır? sorusu araştırmanın on birinci alt problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın on birinci problemini çözmek için yapılan Mann Withney U testi sonuçları Tablo 12.'da verilmiştir.

Tablo 12. Lisanslı olarak kulüpte voleybol oynama değişkenine göre durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırması

	Lisanslı OKO	N	Sıra Ort.	Sıra Toplamı	U	P
Durumluk Kaygı Ölçeği	Evet	160	188,40	30144,50	14735,500	0,197
	Hayır	200	174,18	34835,50		
	Total	360				
Sürekli Kaygı Ölçeği	Evet	160	193,46	30953,50	13926,500	0,034*
	Hayır	200	170,13	34026,50		
	Total	360				

Lisanslı OKO: Lisanslı olarak kulüpte oynama, *: İstatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Lisanslı olarak voleybol oynama değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında durumluk kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($U=14735,500$ $p>0,05$).

Lisanslı olarak voleybol oynama değişkenine göre çalışmaya katılan öğrencilerin Mann Whitney U testi sonuçlarına bakıldığında sürekli kaygı ölçeğinden aldıkları puanlarda anlamlı bir farklılık bulunmuştur ($U=13926,500$ $p<0,05$). Ortaya çıkan istatistiksel farka göre, lisanslı olarak voleybol oynamayanların (sıra ortalaması: 170,13) sürekli kaygı ölçeği puan ortalaması lisanslı olarak voleybol oynayanlara (sıra ortalaması: 193,46) göre daha düşüktür. Başka bir ifadeyle, lisanslı olarak voleybol oynamayan öğrencilerin sürekli kaygı düzeyleri lisanslı olarak voleybol oynayanlardan daha düşüktür.

12. Alt Probleme Ait Bulgular: Öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı puanları arasında ilişki var mıdır? sorusu araştırmanın on ikinci alt problemini oluşturmaktadır.

Araştırmanın on ikinci alt problemini çözümlmek için yapılan Bivariate Correlations testi sonuçları Tablo 13 de verilmiştir.

Tablo 13. Öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı puanları arasındaki ilişki

			Durumluk Kaygı Ölçeği	Sürekli Kaygı Ölçeği
Spearman's rho	Durumluk	Korelasyon Katsayısı	1,000	,303**
	Kaygı	P (Tek uçlu)	.	,000
	Ölçeği	N	360	360
	Sürekli	Korelasyon Katsayısı	,303**	1,000
	Kaygı	P (Tek uçlu)	,000	.
	Ölçeği	N	360	360

*: İstatistiksel olarak anlamlı farklılık vardır.

Öğrencilerin durumluk kaygı ölçeği puanları ile sürekli kaygı ölçeği puanları arasında bir ilişkinin olup olmadığını ortaya koymak için yapılan Spearman Sıra Farkları Korelasyon işlemi, durumluk kaygı ölçeği ve sürekli kaygı ölçeği arasında, pozitif yönde, anlamlı ve düşük düzeyde bir ilişki olduğunu göstermektedir ($r=0,3$, $p<0,05$).

Korelasyon katsayısı ne kadar ± 1 'e yakınsa, aradaki ilişki o kadar fazla ya da güçlü demektir. Korelasyon katsayısının işareti de ilişkinin yönünü gösterir. Pozitif (+) ilişki, değişimin yönünün aynı olduğu anlamına gelir, yani aralarında ilişki sorgulanan değişkenlerden birisi artıyorsa, diğeri de artıyor demektir. Negatif ilişki ise, değişkenlerden birisi artarken diğeri ki azalmayı ifade eder. Korelasyon katsayısının ± 1 olması mükemmel ilişki demektir ve tüm veri çiftlerinde artma ya da azalma eğilimi olduğu anlamına gelir. Korelasyon katsayısının (0) olması ise değişkenler arasında hiç ilişki olmadığını gösterir¹⁶.

5. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde araştırmaya katılan Düzce ili ve ilçelerindeki voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin bazı değişkenler açısından kaygı düzeyleri ile ilgili bulgular değerlendirilmiştir. Ayrıca voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin kaygı düzeylerinin; yaş, cinsiyet, okuduğu okul, anne baba eğitim durumu, aile gelir durumu, anne baba durumu, ailede spor yapan, kiminle yaşadığı, yaşadığı bölge ve lisanslı olarak oynamaya göre değişip değişmediğine ilişkin sonuçlara yer verilmiş ve ilgili literatür eşliğinde tartışılmıştır.

5.1. Yaş Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri

Araştırmanın bulgularına göre, çalışmaya katılan öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Bu sonuca göre yaş değişkeninin öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde belirleyici bir etkisinin olmadığı söylenebilir. Çalışmada elde edilen bu bulguyu destekleyen çalışmalar bulunurken (Civan, 2010; Demirli, 2017), desteklemeyen çalışmalara da (Hacıcaferoğlu, 2015; Oktay, 2018) rastlanmıştır.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, Civan (2010)' un bireysel ve takım sporcularının müsabaka öncesi ve sonrası durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin karşılaştırılması adlı çalışmasında durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık görülmemiştir²⁰.

Demirli (2017) ' in elit güreşçilerin müsabaka öncesi ve sonrası durum kaygı düzeylerinin karşılaştırılması adlı çalışmasında durumluk kaygı düzeyinde yaş değişkeni açısından anlamlı bir farklılık görülmemiştir²².

Bu çalışmaların sonuçlarının araştırmayı desteklemesinin sebebi, uygulama yapılan sporcuların yaşlarının birbirine yakın olması olabilir.

Çalışmanın sonucu ile farklılık gösteren çalışmalardan ilki; Hacıcaferoğlu (2015)' in halk oyunları branşına katılan sporcuların yarışma öncesi kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi adlı çalışmadır. Bu çalışmada yaş değişkenine göre 17-19, 20-22 yaş grubunda yer alan gençlerin 23-25 yaş grubunda yer alan gençlere göre durumluk kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır⁴⁰.

Çalışma sonuçları ile farklılık gösteren diğer araştırmada ise Oktay (2018)' in ilk defa deneme dalışı yapan bireylerin sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinin çeşitli

değişkenlere göre incelenmesi adlı çalışmasında yaş değişkenine göre 17-24 yaş grubunda yer alan kişilerin 25-34 ve 35 yaş üzeri olan kişilere göre sürekli kaygı düzeylerinin daha yüksek olduğu gözlenmiştir⁵⁵.

Bu çalışmaların araştırmayla farklılık göstermesinin nedeni, uygulama yapılan sporcuların araştırmadaki öğrencilerden yaşça daha büyük olmaları olabilir.

5.2. Cinsiyet Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri

Araştırmanın bulgularına göre, çalışmaya katılan erkek öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri kadın öğrencilerden anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Bu sonuca göre cinsiyet değişkeninin çalışmaya katılan öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde önemli etkiye sahip olduğu söylenebilir. Çalışmada elde edilen bu bulguyu destekleyen çalışmalar bulunurken (Başaran, 2008; Doğan Günday, 2010), desteklemeyen çalışmalara da (Bingöl, 2012; Smith, 1983) rastlanmıştır.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, Başaran (2008)' ın sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi adlı çalışmasında, erkeklerin durumluk kaygı düzeylerinin kadınlarından daha yüksek olduğu görülmüştür¹⁰.

Doğan Günday (2010) 'ın aerobik egzersizlerin kadınlarda ve erkeklerde anksiyeteye olan etkisinin araştırılması adlı çalışmasında, erkeklerin sürekli kaygı düzeylerinin kadınlarından daha yüksek olduğu görülmüştür²⁵.

Bu çalışmaların sonuçlarının araştırmayı desteklemesinin sebebi, kadın öğrencilerin daha fazla duyguyla baş edebilmeleri, duygu konusunda daha tecrübeli olmaları olabilir. Çalışmanın sonucu ile farklılık gösteren çalışmalar; Bingöl (2012)' ün üniversitelerde öğrenim gören tekvando milli takım sporcularının maç öncesi kaygı düzeylerinin belirlenmesi adlı çalışmasında, cinsiyet değişkeni bakımından kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir¹⁵.

Smith (1983)' in Rekabetçi genç sporcularda sürekli kaygı: yaşa, cinsiyete, ırka ve oyun durumuna göre farklılıklar adlı çalışmasında, cinsiyet değişkeni bakımından kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık görülmemiştir⁷⁰.

Bu çalışmanın araştırmayla farklılık göstermesinin nedeni, uygulama yapılan grubun farklı ülkede ve yabancı olması, aldıkları psikolojik eğitimin daha farklı olması olabilir.

5.3. Okuduğu Okul Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri

Araştırmanın bulgularına göre, özel okullarda okuyan öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri merkez ve ilçe okullarında okuyan öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinden daha düşük bulunmuştur. Bu sonuca göre okuduğu okul değişkeninin öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinde belirleyici bir etkisinin olduğu söylenebilir.

Özel okullarda okuyan öğrencilerin kaygı düzeylerinin, ilçe ve merkez okullarda okuyan öğrencilerin kaygı puanlarından düşük çıkmasının nedeni; sportif materyal, salon ve imkan anlamında daha rahat koşullarda eğitim almaları ve bundan dolayı da kendilerine daha fazla güven duygusu besledikleri için olabilir.

Çevik (2005)'in zel Okul ve Kamu Okullarının Spora Ayırdıkları Finansman ve Sportif Başarılarının Karşılaştırılması adlı çalışmasında vardığı “zel okuldaki sportif faaliyetler daha fazla ve farklıdır. Buralarda; futbol, basketbol, voleybol, tenis, yüzme vb. sportif faaliyetler yapılabilmektedir. Öğrenciler bu sportif faaliyetleri yaparken malzeme ve mekn sıkıntısı çekmezler. Devlet okullarında ise futbol, basketbol, voleybol ve masa tenisi gibi faaliyetlerin bazıları yapılabilmekte olup, bunlar bile her zaman gerçekleştirilemez. Futbol oynamak isteyen öğrenciler futbol topu bulamaz veya her zaman futbol oynayacak alan yoktur. Öğrenciler basketbol oynamak istese çoğu zaman basket topu bulamaz; voleybol oynamak istese, voleybol topu veya filesi bulamaz. Öğrenciler masa tenisi oynamak istediklerinde ise, belki tenis masası bulabilir ama çoğu zaman raket veya pinpon topu yoktur. Masa tenisi oynamaya çok meraklı olan kimi öğrenciler, kendi raketlerini ve pinpon toplarını kendileri almak zorundadırlar²¹.” sonucu çalışmanın öğrencilerin öğrenim gördükleri okul değişkeni ile ilgili sonucunu desteklemektedir.

5.4. Anne Eğitim Durumu Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri

Araştırmanın bulgularına göre, anne eğitim durumu okur yazar değil olan öğrencilerin anne eğitim düzeyi lise olan öğrencilerden, anne eğitim düzeyi okur yazar değil olan öğrencilerin anne eğitim düzeyi niversite olan öğrencilerden, anne eğitim düzeyi ilköğretim olan öğrencilerin anne eğitim düzeyi niversite olan öğrencilerden, anne eğitim düzeyi lise olan öğrencilerin anne eğitim düzeyi niversite olan öğrencilerden durumluk kaygı düzeyi anlamlı derecede fazladır. Anne eğitim durumu değişkeninde sürekli kaygı düzeyinde anlamlı farklılık görülmemiştir. Bu sonuca göre anne eğitim durumu değişkeninin öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerinde belirleyici bir etkisinin

olduğu söylenebilirken, sürekli kaygı düzeylerinde belirleyici olmadığı söylenemeyebilir. Bu durumda anne eğitim düzeyi düştükçe kaygı düzeyinin arttığı söylenebilir. Çalışmada elde edilen bu bulguyu destekleyen çalışmalara (Bedir, 2008; Kırbaş, 2014) rastlanmıştır.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, benzerlik gösteren çalışmalar; Bedir (2008)'in tekvando milli takım sporcularının durumluk kaygı düzeylerinin başarıya etkisi adlı çalışmasında, anne eğitim düzeyi üniversite olanların durumluk kaygı puanları anne eğitim düzeyi lise ve ilköğretim olanlardan anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür¹³.

Kırbaş (2014)'ın ağız ve diş sağlığı merkezine başvuran 9-12 yaş grubu çocukların durumluk kaygı düzeylerinin belirlenmesi adlı çalışmasında, anne eğitim düzeyinin arttıkça durumluk kaygı düzeyi puanlarının düştüğü görülmüştür⁴⁹.

Anneler çocukları ile daha fazla zaman geçirdikleri için, annelerin eğitim düzeyi arttıkça bilinçli bir ebeveyn olma olasılığının da arttığı, çocuklarına karşı davranışlarında daha bilinçli davranışlar sergileyerek onların kendilerine özgüvenli büyümelerine katkı sağladıkları söylenebilir. Yine eğitilmiş annelerin eğitim düzeyi düşük annelere göre çocuklarıyla aralarında kurdukları bağı daha bilgi temelli, bilinçli ve planlı olarak gerçekleştirebilecekleri düşünülebilir. Bu durum ise çocukların kaygı düzeyinde bir düşüşe sebep olabilir. Çocuk, herhangi bir olumsuz duruma karşı annesinin özgüvenli ve bilinçli bir davranış ile duruma müdahale etmesini gördüğünde, kendisi de herhangi bir sorunla karşılaştığında aynı tepki ile karşılık verecektir. Bu anneden öğrenilen olumlu davranış tutumu, süreç içerisinde çocuğun kaygı düzeyi üzerinde olumlu bir etki yapabilir.

5.5. Baba Eğitim Durumu Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri

Araştırmanın bulgularına göre, baba eğitim durumu lise olan öğrencilerin baba eğitim düzeyi üniversite olan öğrencilerden durumluk kaygı düzeyi anlamlı derecede fazladır. Baba eğitim durumu değişkeninde sürekli kaygı düzeyinde anlamlı farklılık görülmemiştir. Bu sonuca göre baba eğitim durumu değişkeninin öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerinde belirleyici bir etkisinin olduğu söylenebilirken, sürekli kaygı düzeylerinde belirleyici olmadığı söylenemeyebilir. Bu durumda baba eğitim düzeyi düştükçe durumluk kaygı düzeyinin arttığı söylenebilir. Çalışmada elde edilen bu

bulguyu ile paralellik gösteren çalışmalar bulunurken (Gümüş, 1997), farklı olan çalışmalara da (Karabulut, 2013) rastlanmıştır.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, Gümüş (1997)'ün üniversite öğrencilerinin sosyal kaygı düzeylerinin incelenmesi adlı çalışmada baba eğitim düzeyi arttıkça kaygı düzeyinin düştüğü görülmüştür. Bu sonuç çalışma sonuçlarıyla paralellik göstermektedir³⁷.

Babaların eğitim düzeyi arttıkça anlık durumlara karşı daha olgun ve çocuğunda güven duygusu oluşturabilecek davranışlar sergileyebilecekleri düşünülebilir. Bu durumun çocukların anlık sorunlara karşı durumluk kaygı düzeylerinin düşmesini olumlu etkilemesi çalışmanın sonucunun araştırmayı desteklemesinin nedeni olabilir.

Çalışma sonuçlarından farklı olarak ise; Karabulut (2013)'un 13-15 yaş arası erkek futbolcuların durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin farklı değişkenler bakımından incelenmesi adlı çalışmasında, baba eğitim düzeyi arttıkça durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin de arttığı görülmüştür⁴⁷.

Türk toplum yapısında çocuklarla anne daha fazla ilgilendiği için, günlük hayatta iş hayatında olan baba ile çocuk arasında çok fazla iletişim olmayabiliyor. Bu durumda ise babanın tutumları ve davranışları bazı ailelerde çocuk üzerinde etkili olmayabilir. Oluşan bu durum çalışmanın araştırmayı desteklememesinin sebebi olabilir.

5.6. Aile Gelir Düzeyi Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri

Araştırmanın bulgularına göre, aile gelir düzeyi 8000 ve üzeri olan öğrencilerin durumluk kaygı puanlarının 2000-3999 ve 4000-5999 olan öğrencilerden düşük olduğu, aile gelir düzeyi 2000-3999 ve 6000-7999 olan öğrencilerin durumluk kaygı puanlarının 4000-5999 olan öğrencilerden düşük olduğu görülmüştür. Aile gelir düzeyi değişkeninde sürekli kaygı düzeyinde anlamlı farklılık görülmemiştir. Bu sonuca göre aile gelir düzeyi değişkeninin öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerinde etkili olduğu, sürekli kaygı düzeylerinde etkili olmadığı ortaya çıkmıştır. Bu durumda aile gelir düzeyi arttıkça öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerinin azaldığı söylenebilir. Çalışmada elde edilen bulguyu destekleyen çalışmalar bulunurken (Varol, 2004), desteklemeyen çalışmalara da (Kula, 2016; Tümerdem, 2007) rastlanmıştır.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, Varol (2004)'un ilahiyat fakültesi öğrencilerinin durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri adlı çalışmasında, ekonomik düzey düştükçe kaygı düzeylerinin yükseldiği görülmüştür⁵⁴.

Bu çalışmanın sonuçlarının araştırmayı desteklemesinin sebebi, gelir düzeyi yüksek olan ailelerin çocuklarının sorunları ekonomik güçleri ile daha hızlı çözebilmesi, buna bağlı olarak çocuklarda durumluk kaygı düzeylerinin düşebilmesi olabilir.

Çalışmanın sonucu ile farklılık gösteren çalışmalar; Kula (2016)'nın üniversite öğrencilerinin gelecek kaygısı adlı çalışmasında, ailenin ortalama aylık geliri arttıkça öğrencilerin sürekli kaygı puan ortalamalarının azaldığı görülmüştür⁵². Tümerdem (2007)'in dicle üniversitesi eğitim fakültesi ve fen-edebiyat fakültesi kimya son sınıf öğrencilerinin kaygılarını etkileyen etmenler adlı çalışmasında, öğrencilerin ailelerinin gelir düzeylerine göre kaygı düzeyi puanları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır⁷⁹.

Bu çalışmanın araştırmayla farklılık göstermesinin nedeni, aile gelir düzeylerinin birbirlerine yakın olması olabilir.

5.7. Anne Baba Birlikte Durumu Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri

Araştırmanın bulgularına göre, anne baba durumu evli olan öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri, anne baba durumu ayrı-ölü olan öğrencilere göre anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür. Çalışmada elde edilen bu bulguyu destekleyen çalışmalara (Aral, 1998; Cebeci, 2009) rastlanmıştır.

Yapılan çalışmalar incelendiğinde, Aral (1998)'ın çocukların kaygı düzeylerinin yaş, cinsiyet, sosyo-ekonomik düzey ve ailenin parçalanma durumuna göre incelenmesi adlı çalışmasında, parçalanmış aileye sahip çocukların durumluk kaygı puan ortalamalarının tam aileye sahip çocukların durumluk kaygı puan ortalamalarına göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür⁹.

Cebeci (2009)'nin tam aileye ve tek ebeveyne sahip ailelerden gelen 7-12 yaşları arasındaki çocukların bağlanma stilleri ve kaygı durumları arasındaki ilişki adlı çalışmasında, tek ebeveyne sahip olan çocukların durumluk kaygı puan ortalamalarının tam aileye sahip çocukların durumluk kaygı puan ortalamalarına göre anlamlı derecede yüksek olduğu görülmüştür¹⁸.

Bu çalışmaların sonuçlarının araştırmayı desteklemesinin sebebi, öğrencilerin psikolojik gelişim dönemlerinde anne ve babalarının çocuğun yanında olması, model olması, psikolojik gelişim süreçlerinde ebeveynlerin üzerine düşeni yapmasının durumluk kaygıyı olumlu etkilemiş olması olabilir.

5.8. Ailede Spor Yapan Olup Olmama Durumu Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri

Araştırmanın bulgularına göre, ailede spor yapan olup olmama durumu değişkeninde durumluk kaygı düzeyinde anlamlı farklılık görülmemiştir. Ailesinde spor yapan olmayan öğrencilerin sürekli kaygı düzeyleri, ailesinde spor yapan olan öğrencilere göre anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre, ailesinde spor yapan olup olmama durumu değişkeninin durumluk kaygı düzeyinde belirleyici bir etkisinin olduğu söylenemezken, sürekli kaygı düzeyinde belirleyici olduğu söylenebilir.

Çalışmada elde edilen bu bulguyu destekleyen çalışmalar bulunurken (Wienberg, 1999), desteklemeyen çalışmalara da (Türkçapan, 2012) rastlanmıştır.

Weinberg (1999)'ın spor ve egzersiz psikolojisinin temelleri: insan kinetiği adlı çalışmasında, ailede spor yapan yetişkin olan sporcuların büyüklerin spora katılıma verdikleri öneme bağlı aşırı kaygı yaşamakta oldukları vurgulanmıştır⁹². Bu sonuç çalışma sonuçlarını destekler nitelikteyken, Türkçapan (2012)'ın güreşçilerin farklı değişkenler açısından sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi adlı çalışmasında, sporcuların sürekli kaygı düzeylerinin ailede spor yapan kişilerin olup olmama durumuna göre değişmediği sonucu, çalışma sonucuyla paralellik göstermemektedir⁸⁰.

Weinberg (1999)'ın çalışmasının araştırmayı desteklemesinin nedeni, ailesinde spor yapan olan öğrencilerden ailesinin beklentisinin fazla olması, kendi başarılarıyla kıyaslamaları öğrenciler üzerinde baskıya ve bu durumunda sürekli kaygıyı olumsuz yönde etkilemesi olabilir.

Türkçapan (2012)'ın çalışmasının araştırmayı desteklememesinin nedeni, çalışma yapılan branşın bireysel branş olması olabilir.

5.9. Yaşadığı Aile Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri

Araştırmanın bulgularına göre, kalabalık ailede yaşayan öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri, çekirdek ailede yaşayan öğrencilere göre anlamlı derecede düşük olduğu görülmüştür. Yaşadığı aile değişkeninde sürekli kaygı düzeyinde anlamlı farklılık

görülmemiştir. Bu sonuca göre, yaşadığı aile değişkeninin durumluk kaygı düzeyinde belirleyici bir etkisinin olduğu söylenebilirken, sürekli kaygı düzeyinde belirleyici olduğu söylenemeyebilir. Çalışmada elde edilen bu bulguyu destekleyen çalışmalar bulunurken (Deveci, 2012), desteklemeyen çalışmalara da (Gürsoy, 2017) rastlanmıştır. Yapılan çalışmalar incelendiğinde, Deveci (2012)'nin Doğu Anadolu' da yeni açılan bir üniversitenin öğrencilerinde kaygı düzeylerinin sağlık, sosyal ve demografik faktörler ile ilişkisi adlı çalışmasında, öğrencilerin aile yapıları açısından sürekli kaygı düzeyi puanlarında anlamlı bir farklılık olmadığı görülmüştür²³. Bu sonuç çalışma sonuçlarını destekler nitelikteyken, Gürsoy (2017)'un göçmen çocukların kaygı düzeylerinin karşılaştırılmalı incelenmesi adlı çalışmasında, çekirdek aileye sahip olan çocukların geniş aileye sahip olan çocuklara göre sürekli kaygı düzeylerinin istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yüksek olduğu sonucu, çalışma sonucuyla paralellik göstermemektedir³⁹.

Deveci (2012)'nin çalışmasının araştırmayı desteklemesi ve sürekli kaygı da anlamlı farklılık çıkmamasının sebebi, çekirdek ailede yaşayan bireylerin uzun vadede diğre aile büyükleri ve akrabalarıyla görüşüp destek alıyor olması olabilir.

Gürsoy (2017)' in yaptığı çalışmanın araştırmamızın bulgularını desteklememesinin nedeni, araştırmaya konu olan bireylerin göçmen çocuklar olması ve bu çocukların savaş ve zulümden kaçtığı düşünüldüğünde, kalabalık ailede olanların kaybetmekten korktuğu insan sayısının fazla olması sürekli kaygı düzeylerini olumsuz yönde etkilediği söylenebilir.

Ülkemizde geleneksel yaşamda kalabalık ailelerde genellikle büyükler koruyucu ve şevkatlidir. Anne ve baba dışında kalan aile büyükleri, çocukları çok sever ve zor durumlarda onlara destek olurlar. Anne ve babasının desteğini gören çocuk, anne babası dışında da sorunlarını çözen insanların olduğunu görerek daha mutlu ve özgüvenli olabilir. Bu durum ise çocukta sorunlarla baş etme becerisi geliştirebilir.

5.10. Yaşadığı Bölge Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri

Araştırma sonuçlarına göre şehir merkezinde yaşayan öğrencilerin durumluk kaygı düzeyleri köylerde yaşayan öğrencilere göre düşük çıkmıştır. Buna sonuca karşılık yaşadığı bölge değişkeninin sürekli kaygı düzeyi üzerinde anlamlı bir farklılık ortaya çıkarmamıştır. Bu sonuca göre, yaşadığı bölge değişkeninin durumluk kaygı düzeyinde belirleyici bir etkisinin olduğu söylenebilirken, sürekli kaygı düzeyinde belirleyici

olmadığı söylenemeyebilir. Şehir merkezinde yaşayan öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerinin köyde yaşayan öğrencilere göre düşük olmasının nedeni olarak, şehir merkezinde yaşayan öğrencilerin sportif anlamda kulüp altyapılarında oynayabilme, daha fazla maça çıkabilme ve bu durumu daha çok tecrübe etmiş olabilme ihtimallerinin fazla olması gösterilebilir.

Taş (2010)'a göre; “Problem çözen birey olabilmek için yaşanılan ortamın da bu duruma elverişli olması gerekir. Genelde köylerde çocukların büyüklerine karşı konuşması, bir konuyu tartışması geleneği olmadığı ve çocukların “aklının her şeye ermeyeceği” düşüncesinin hâkim olduğu görülmektedir⁷².” Bu durum sonucunda, çocukların karşılaştıkları psikolojik durumlara karşı koyabilmekte zorlandıkları söylenebilir.

5.11. Lisanslı Olarak Oynama Değişkenine Göre Kaygı Düzeyleri

Araştırmanın bulgularına göre, lisanslı olarak oynama değişkeninde durumluk kaygı düzeyinde anlamlı farklılık görülmemiştir. Lisanslı olarak oynamayan öğrencilerin sürekli kaygı düzeylerinin lisanslı olarak oynayan öğrencilere göre daha düşük olduğu görülmüştür. Lisanslı olarak oynamayan öğrencilerin sürekli kaygı düzeylerinin lisanslı olarak oynayan öğrencilere göre düşük olmasının sebebi, lisanslı olarak oynayan öğrencilerin galip gelme ve başarılı olma baskısının sürekli kaygılarını olumsuz etkilemesi gösterilebilir.

Her hafta müsabakaya çıkan, zor müsabakalar öncesinde yaşadıkları heyecan, müsabaka içinde yaşadıkları stres, müsabaka sonrası antrenörü ve ailesinden gelen olumlu ya da olumsuz tepkiler, öğrencilerde antrenörüne ve ailesine kendisini kanıtlama duygusunu oluşturabilir. Özellikle çalışmaya katılan yaş grubuna bakıldığında, bu dönemde takdir toplama, değer görme, kendini ispatlama duygularının varlığı bilinmektedir. İşte bu duygular lisanslı spor yapan çocukların sürekli kaygısını olumsuz yönde etkilemiş olabilir.

5.12. Öğrencilerin Durumluk ve Sürekli Kaygı Puanları Arasındaki İlişki

Araştırmanın bulgularına göre, durumluk ve sürekli kaygı ölçeği puanları arasında, pozitif yönde ve anlamlı düzeyde bir ilişki olduğunu görülmektedir. Çalışmada elde edilen bu bulguyu destekleyen çalışmalar (Tektaş, 2014), (Başaran, 2009), (Yıldız, 2019) bulunmaktadır.

Yapılan alışmalar incelendiğinde, Tektaş (2014)' ın niversite mezunlarının kaygı düzeylerinin incelenmesi⁷⁷, Başaran (2009)' un sporcularda durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi¹¹, Yıldız (2019)' un Bursa'da yaşayan voleybol antrenörlerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin yaş, belge türü çalıştırdığı takım düzeyi ve sporcu özgeçmişine göre incelenmesi⁸⁸ adlı çalışmalarda, durumluk ve sürekli kaygı leğı puanları arasında pozitif ve anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu sonucu, çalışma sonucuyla paralellik göstermektedir.

Bu çalışmaların sonuçlarının araştırmayı desteklemesinin sebebi, öğrencilerin müsabaka esnasında hissettikleri olumlu veya olumsuz duygulardan uzaklaşamayıp, genel spor hayatında da aynı duyguların etkili olması olabilir.



Sonuç Olarak;

1. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri yaş değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermemiştir.
2. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermiştir.
3. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri okul değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermiştir.
4. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin durumluk kaygı düzeyinde anne eğitim durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık görülürken, sürekli kaygı düzeyinde ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.
5. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin durumluk kaygı düzeyinde baba eğitim durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık görülürken, sürekli kaygı düzeyinde ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.
6. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin durumluk kaygı düzeyinde aile gelir düzeyi değişkeni açısından anlamlı bir farklılık görülürken, sürekli kaygı düzeyinde ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.
7. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin durumluk kaygı düzeyinde anne baba durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık görülürken, sürekli kaygı düzeyinde ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.
8. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin durumluk kaygı düzeyinde ailede spor yapan olup olmama durumu değişkeni açısından anlamlı bir farklılık görülmezken, sürekli kaygı düzeyinde ise anlamlı bir farklılık görülmüştür.
9. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin durumluk kaygı düzeyinde yaşadığı aile değişkeni açısından anlamlı bir farklılık görülürken, sürekli kaygı düzeyinde ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.
10. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin durumluk kaygı düzeyinde yaşadığı bölge değişkeni açısından anlamlı bir farklılık görülürken, sürekli kaygı düzeyinde ise anlamlı bir farklılık görülmemiştir.
11. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin durumluk kaygı düzeyinde lisanslı olarak oynama değişkeni açısından anlamlı bir farklılık görülmezken, sürekli kaygı düzeyinde ise anlamlı bir farklılık görülmüştür.

Öneriler;

Alana İlişkin Öneriler;

1. Merkez ve köy okullarından spor yapan öğrencilerin, yaptıkları branşlara göre kaygı düzeyleri arasındaki fark incelenebilir.
2. Ortaokul öğrencilerinin spora başlama yaşı ile kaygı düzeyleri arasındaki farka ilişkin çalışma yapılabilir.
3. Düzce ilinde voleybol oynayan ortaokul ve lise öğrencilerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin tespitine yönelik çalışma yapılabilir.

Araştırma Sonuçlarına İlişkin Öneriler;

1. Erkek öğrencilerin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerini olumlu yönde azaltmak için, sınıflar arası voleybol müsabakaları düzenleyip, bu durumu tecrübe etmeleri sağlanabilir.
2. Köy okullarında okuyan öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerini özel okullarda okuyan öğrencilere yaklaştırmak ve olumlu yönde azaltmak için, Milli Eğitim Müdürlüğü ve Gençlik Spor Müdürlüğüyle ortak çalışma yürütüp, materyal, malzeme ve salon imkânında iyileştirmeler yapılabilir.
3. Anne eğitim durumu düşük olan öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerini olumlu yönde azaltmak için, okul rehber öğretmenleriyle annelere çocuğun psikolojik ve fiziksel gelişimiyle ilgili eğitimler verilebilir.
4. Baba eğitim durumu düşük olan öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerini olumlu yönde azaltmak için, okul rehber öğretmenleriyle babalara çocuğun psikolojik ve fiziksel gelişimiyle ilgili eğitimler verilebilir.
5. Aile gelir durumu düşük olan öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerini olumlu yönde azaltmak için, aile ve sosyal hizmetler müdürlüğüne müracaat edip çocuğun eşofman, dizlik, ayakkabı gibi sportif malzeme ihtiyacı karşılanıp diğer öğrencilerle eşit seviyede mücadele etmesi sağlanabilir.
6. Anne baba durumu düşük olan öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerini olumlu yönde azaltmak için, okul rehber öğretmeni tarafından psikolojik destek verip, yaptığı işi eksiksiz, güvenle yapması sağlanabilir.
7. Ailesinde spor yapan bireyler bulunan öğrencilerin sürekli kaygı düzeylerini olumlu yönde azaltmak için, çocuğu güdüleyip, iyi yaptığı şeyleri pekiştirip hatırlatarak üzerindeki başarılı olma baskısı azaltılabilir.

8. Çekirdek ailede yaşayan öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerini olumlu yönde azaltmak için, antrenman ve maç haricinde organizasyonlar düzenleyip kalabalık arkadaş ortamıyla birlikteliği sağlayıp güven, ait olma ve yalnız hissetmemem hissi artırılabilir.

9. Yaşadığı bölge köy olan öğrencilerin durumluk kaygı düzeylerini olumlu yönde azaltmak için, halk eğitim müdürlüğü ile bir çalışma yürütüp, köylerde voleybol kurları açılabilir ve bu konuda eğitim almaları sağlanabilir.

10. Lisanslı olarak oynayan öğrencilerin sürekli kaygı düzeylerini olumlu yönde azaltmak için, daha önce oynayıp başarılı olduğu müsabakalar hatırlatılıp üzerindeki kendini ispatlama baskısı azaltılabilir.



6. KAYNAKLAR

1. Abaoğlu C. Spor Ansiklopedisi, Günde 5 Dakika Size Neler Kazandırır? Sporun Tıbbi Yönü, Yelken Matbaası, Cilt I. İstanbul, 1982;230.
2. Aak M, Ilgın A, Erhan S. Beden Eğitimi Öğretmenin El Kitabı, Dünya Ambalaj San. Tic. A.Ş. Matbaa Tesisleri. 2. Baskı. Malatya, 1997; 17.
3. Akarçeşme C. (2004). Voleybolda Müsabaka Öncesi Durumluk Kaygı İle Performans Ölçütleri Arasındaki İlişki. Gü Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, 76 sayfa, Ankara. (Prof. Dr. İbrahim Yıldırım)
4. Alisinanoğlu F, Ulutaş İ. (2000). Çocuklarda Kaygı Ve Bunu Etkileyen Etmenler. Milli Eğitim Dergisi, 145, 15-19.7.
5. Almas T. (2014) Uygurlar, Selenge Yayınları: İstanbul.
6. Akgün A, Gönen, S, Aydın M. (2007). İlköğretim Fen Ve Matematik Öğretmenliği Öğrencilerinin Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 6(20), 283-299.
7. Aracı H. Okullarda Beden Eğitimi, Bağırhan Yayınevi, Ankara, 1999; 13-18.
8. Aracı H. (2006). Genç Sporcu Eğitimi Ve Kültürü, Nobel Yayın Dağıtım, S.10, Ankara.
9. Aral N, Başar F. (1998). Çocukların Kaygı Düzeylerinin Yaş, Cinsiyet, Sosyo Ekonomik Düzey Ve Ailenin Parçalanma Durumuna Göre İncelenmesi. Eğitim Ve Bilim, 22(110).
10. Başaran MH. (2008). Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi Ve Spor Öğretmenliği Ana Bilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, 80 sayfa, Konya. (Yrd. Doç. Dr. ÖZDEN Taşğın)
11. Basaran MH, Tasgin O, Sanioglu A, Taskin AK. (2009). Sporcularda Durumluk Ve Surekli Kaygi Duzeylerinin Bazi Degiskenlere Gore İncelenmesi. Selcuk Universitesi Sosyal Bilimler Enstitusu Dergisi, 21, 534-542.
12. Başar E. (1998). Uygulamaları Spor Psikolojisi. Ankara: Bağırhan Yayımevi
13. Bedir R. (2008). Taekwondo Milli Takım Sporcularının Durumluk Kaygı Düzeylerinin Başarıya Etkisi (Doctoral Dissertation, Selçuk Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü).
14. Beşer NG, Öz F. (2003) “Kemoterapi Alan Lenfomalı Hastaların Hastane Anksiyete Depresyon Düzeyi Ve Yaşam Kalitesi”, Cumhuriyet Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi Cilt 7, Sayı1, Ss. 47-56.

15. Bingöl H, Çoban B, Bingöl Ş, Gündoğdu C. (2012). Üniversitelerde Öğrenim Gören Taekwondo Milli Takım Sporcularının Maç Öncesi Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi. Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi Ve Spor Bilim Dergisi, 14(1), 121-125.
16. Can A. (2019). Spss İle Bilimsel Araştırma Sürecinde Veri Analizi. Ankara: Pegem Akademi, 424: P.369-370.
17. Canşen E. Türkiye Cumhuriyetinin Spor Politikaları, Trakya Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi, Haziran 2015, Cilt. 17, Sayı.1
18. Cebeci T, Ceylan S. (2009). Tam Aileye Ve Tek Ebeveyne Sahip Ailelerden Gelen 7-12 Yaşları Arasındaki Çocukların Bağlanma Stilleri Ve Kaygı Durumları Arasındaki İlişki, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 127 sayfa, İstanbul, (Prof. Dr. H. Nermin ÇELEN).
19. Cengiz A. (1997). Voleybol Oyun Kuramı Ve Alıştırmaları, S.11. Ankara.
20. Civan A, Arı R, Görücü A, Özdemir M. (2010). Bireysel Ve Takım Sporcularının Müsabaka Öncesi Ve Sonrası Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi, 7(1), 193-206.
21. Çevik S. (2005). Özel Okul Ve Kamu Okullarının Spora Ayırdıkları Finansman Ve Sportif Başarılarının Karşılaştırılması (İstanbul İli Ortaöğretim Okulları Örneği), Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
22. Demirli A. (2017). Elit Güreşçilerin Müsabaka Öncesi Ve Sonrası Durum Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması, Bartın Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisan Tezi, 65 sayfa, Bartın, (Doç. Dr. Taner BOZKUŞ).
23. Deveci SE, Çalmaz A, Yasemin A. (2012). Doğu Anadolu'Da Yeni Açılan Bir Üniversitenin Öğrencilerinde Kaygı Düzeylerinin Sağlık, Sosyal Ve Demografik Faktörler İle İlişkisi. Dicle Tıp Dergisi, 39(2), 189-196.
24. Doğan Günday P. (2010). Aerobik Egzersizin Kadınlarda Ve Erkeklerde Anksiyeteye Olan Etkisinin Araştırılması, Dokuz Eylül Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 62 sayfa, İzmir, (Prof. Dr. M. İlgi Şemin).
25. Engür M. (2002). Elit Sporcularda Başarı Motivasyonun, Durumluk Kaygı Düzeyleri Üzerine Etkisi, Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 101 sayfa, İzmir,(Yar. Doç. Dr. Süleyman L. Moralı).
26. Eralp F, Çotuk YM. (2005). Voleybolda Temel Beceriler. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

27. Erdem S. (2004). Adanmış Bir Hayat Spor Ve Olimpizm’li Yıllar. Birinci Basım. İstanbul, Dünya Yayıncılık.
28. Erhan S. (1995). Elit Düzeydeki Voleybolcuların Fizyolojik Özelliklerinin Analizi Ve Mukayesesi, İnönü Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 64 sayfa, Malatya, (Yar. Doç. Dr. Faruk Yamaner).
29. Erkal M.(1992). Sosyolojik Açından Spor, Kutsal Marbaası, İstanbul.
30. Erkal M. Sosyal Bütünleşmede Hoşgörünün Yeri, İstanbul: Erdem Matbaacılık, 1992.
31. Evren M. Kapalı Spor Salonları Ve Diğer Spor Tesislerine Umumi Bir Bakış, Pulhan Matbaası, İstanbul, 1994, S. 5–25.
32. Fıvb Webpage. (2019). Volleyball History. Erişim: [Http://Www.Fivb.Org/En/Volleyball/History.Asp](http://Www.Fivb.Org/En/Volleyball/History.Asp) Et: 14.12.2019
33. Fişek K. Devlet Politikası Ve Toplumsal Yapıyla İlişkileri Açısından Dünyada Ve Türkiye’de Spor Yönetimi. Bağırhan Yayın Evi, Ankara, 1998.
34. Freud S. (1996) Yaşamın ve psikanaliz (Çev: Kamuran Şipal) (3. Baskı). İstanbul: Say.
35. Gezer N. (1998). Muğla İl Merkezindeki Sağlık Kuruluşlarında Çalışan Hemşirelerde İş Doyumu Ve Stres. İzmir: Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi).
36. Güleç C, Köroğlu E. (1997). Psikiyatri Temel Kitabı, Hekimler Yayın Birliği, Ankara.
37. Gümüş A. (1997). Üniversite Öğrencilerinin Sosyal Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü: Ankara.
38. Gümüş M. (2002). Profesyonel Futbol Takımlarında Puan Sıralamasına Göre Durumluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya.
39. Gürsoy F, Aydoğdu F, Aysu B, Aral N. (2017). Göçmen Çocukların Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılmalı İncelenmesi.
40. Hacıcaferoğlu S, Hacıcaferoğlu B, Seçer M. (2015). Halk Oyunları Branşına Katılan Sporcuların Yarışma Öncesi Kaygı Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. International Journal Of Sport Culture And Science, 3(Special Issue 4), 288-297.

41. Horney K. (1999). Çağımızın Nevrotik Kişiliği, (Çeviren: Selçuk Budak), Öteki Matbaası, 4. Basım, Ankara.
42. Hiçyılmaz E. Türk Spor Tarihi. Demet Ofset, İstanbul, 1974; 8-13.
43. İnal A. Beden Eğitimi Ve Spor Bilimine Giriş, Deren Ofset Ve Matbaacılık, Konya: Deren Ofset Ve Matbaacılık, 2000.
44. İmamoğlu AF. "İkibinli Yıllara Doğru Türk Sporü Üzerine Bazı -Gözlemler", G.Ü.Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, Cilt 8, S. 1, 1992.
45. İmamoğlu AF. (2002). Türkiye’de Sporun Yönetsel Yapısı İçinde Spor Federasyonları. Gazi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, 16 (2), 3-10.
46. Karasar N. (1986). Bilimsel Araştırma Yöntemi. Ankara: Bilim Kitapevi.
47. Karabulut EO, Atasoy M, Kaya K, Karabulut A. (2013). 13-15 Yaş Arası Erkek Futbolcuların Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Farklı Değişkenler Bakımından İncelenmesi. Journal Of Kirsehir Education Faculty, 14(1).
48. Ketten M. Türkiye’de Spor, Polat Ofset, İstanbul, 1993.
49. Kırbaş ZÖ, Özkan H. (2014). Ağz Ve Diş Sağlığı Merkezine Başvuran 9-12 Yaş Grubu Çocukların Durumluk Kaygı Düzeylerinin Belirlenmesi. İzmir Dr. Behçet Uz Çocuk Hastanesi Dergisi, 4(2), 128-134.
50. Koç H. (2004) Profesyonel Futbolcularda Durumluk Kaygı Düzeylerini Etkileyen Faktörlerin Değerlendirilmesi, Dumlupınar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, Kütahya.
51. Konter E. (1998). Sporda Hazırlığın Teoriği Ve Pratiği, Bağırğan Yayınevi, Ankara: 60.
52. Kula KŞ, Saraç T. (2016). Üniversite Öğrencilerinin Gelecek Kaygısı/The Future Anxiety Of The University Students. Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 13(33), 227-242.
53. Kunter E. Sporda Stres Ve Performans, Saray Tıp Kitapevleri, İzmir, 1996.
54. Mevlüt K, Varol K. (2004). İlahiyat Fakültesi Öğrencilerinin Durumluk-Sürekli Kaygı Düzeyleri Ve Kaygı Nedenleri (Samsun Örneği). Ondokuz Mayıs Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi, 17(17), 31-63.
55. Oktay MC, Yıldız M. (2018). İlk Defa Deneme Dalışı Yapan Bireylerin Sürekli Ve Durumluk Kaygı Düzeylerinin Çeşitli Değişkenlere Göre İncelenmesi 1. Kafkas Üniversitesi. Sosyal Bilimler Enstitü, (21), 161-168.
56. Orkun HN. (B.Y.Y.) Eski Türk Sporları: Ok, Beden Terbiyesi Ve Spor Dergisi, Sayı:25, Alaeddin Kırall Basımevi.

57. Öncül R. (2000). Eğitim Ve Eğitim Bilimleri Sözlüğü. M.E.B. Yayınları, Ankara.
58. Öner N, Öner L. (1983), Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri El Kitabı, Boğaziçi Üniversitesi Matbaası, 1 Baskı, İstanbul.
59. Öner N. Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler, Boğaziçi Yayınları, İstanbul, 1994.
60. Özbaydar S. İnsan Davranışlarının Sınırları Ve Spor Psikolojisi, Altın Kitaplar Yayınevi, İstanbul, 1983.
61. Özen N. (2013). Türk Kültür Tarihinde Spor Ve Türklerin Spora Katkıları (Master's Thesis, Batman Üniversitesi).
62. Özgül F. (2003). Beden Eğitimi Ve Spor Yüksek Okulu Öğrencilerinde Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeyleri, Cumhuriyet Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü Yüksek Lisans Tezi, 43sayfa, Sivas, (Doç. Dr. Haldun Sümer).
63. Özusta Ş. (1995). “Çocuklar İçin Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri Uyarlama”, Geçerlilik Ve Güvenirlilik Çalışması, Türk Psikoloji Dergisi, Cilt 10sayı 34, Ss. 32-44.
64. Saltuk S. Antik Stadyumlar, F5 Yayınevi, İstanbul, 1999, S. 10-20.
65. Sanioglu A. (1992). İlkokullarda Beden Eğitimi Programının Geliştirilmesi Alt Özel Sınıflardaki Eğitilebilir Geri Zekâlı Öğrencilerin Programları, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, 138 sayfa, Konya, (Doç. Dr. S. Savaş Büyükkaragöz).
66. Sarı H. (2007). “Özel Eğitime Muhtaç Öğrencilerin Eğitimleriyle İlgili Çağdaş Öneriler.” Pegem A Yayıncılık, S.66 Ankara.
67. Sayar ÖÖ, Özbulut M, Küçükkaraca N. (2008). “Özürlülerde Toplumsal Bütünleşmeye Bir Adım.” Sosyal Hizmet Uzmanları Derneği Genel Merkezi, Yayın No: 010. S.14 Malatya.
68. Scates A, Linn M, Kowalick V. (2003). Complete Conditioning For Volleyball. 1.St. Ed. Champaign: Human Kinetics.
69. Singer RN. Motor Learning And Human Performance, Second Ed, M. Million Pub. Co, New York, 1975.
70. Smith T. (1983). Competition Trait Anxiety In Youth Sport: Differences According To Age, Sex, Race And Playing Status. Perceptual And Motor Skills, 57(3_Suppl), 1235-1238.
71. Sümer R. (1990). Türkiye’de Spor Yönetiminin Tarihsel Gelişimi Ve Sporda Demokrasi. Ankara: Şafak Matbaası.

72. Taş I. (2010). Etnografik Bakış Açısıyla Kırsal Kesimde Okulöncesi Fen Eğitimine Yönelik Bir Durum Çalışması. Yüksek Lisans Tezi, Anadolu Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eskişehir.
73. Taşağıl A. (2014) Göktürkler 1-2-3, Türk Tarih Kurumu: Ankara.
74. Tavacıoğlu L. (1999). Spor Psikolojisi-Bilişsel Değerlendirmeler. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
75. Tayga Y. Türk Spor Tarihine Genel Bakış, Gsgm Yayınları, Ankara, 1990.
76. Taylor J, Wilson GS. Intensity Regulation And Sport Performance. In: Van Raalte J, Brewer B. Eds. Exploring Sport And Exercise Psychology, 2nd Ed., Washington, Dc: American Psychological Association, 2002.
77. Tektaş N. (2014). Üniversite Mezunlarının Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, 243-253.
78. Tokat M. Hakemin Sesi, Afşaroğlu Matbaası, Sayı Ocak-Şubat, Ankara,2004.
79. Tümerdem R. (2007). Dicle Üniversitesi Eğitim Fakültesi Ve Fen-Edebiyat Fakültesi Kimya Son Sınıf Öğrencilerinin Kaygılarını Etkileyen Etmenler. Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi, 6(20), 32-45.
80. Türkçapar Ü. (2012). Güreşçilerin Farklı Değişkenler Açısından Sürekli Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi, 32(1), 129-140.
81. Tvf, (1983). Voleybol Resmi Oyun Kuralları, S. 10-7.
82. Türkiye Voleybol Federasyonu Voleybol Resmi Oyun Kuralları. (2002) Ankara: Sim Matbaacılık.
83. Türkiye Voleybol Federasyonu (2009-2012) Voleybol Resmi Oyun Kuralları Kitapçığı. Ankara: Simmatbaacılık;2009. <http://www.tvf.org.tr/index.php?sayfa=1> 51. 15 Mayıs 2021.
84. Tvf, (2017). Voleybol Resmi Oyun Kuralları, 2017. https://www.tvf.org.tr/_dosyalar/mhgk_belgeler/2017/2020_Resmi_Voleybol_Oyun_Kurallari.Pdf. 15 Mayıs 2021
85. Uluöz E. (2015). Voleybol Sporunda 2008 Yılında File Temas Kuralında Yapılan Değişikliklerin Oyun Ve Oyuncular Üzerindeki Etkilerinin Nicel Ve Nitel Analizi, Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Doktora Tezi, 302 sayfa, Adana, (Doç. Dr. Zeynep Filiz DİNÇ).
86. Voigt D. (1998), Spor Sosyolojisi, (Çev: Ayşe Atalay), İstanbul: Alkım Yay.

- 87.** Yıldız S. (2004). Türkiye Özürlüler Araştırması. Devlet İstatistik Enstitüsü, Dergisi, S.40. 3-4, Ss. Ankara.
- 88.** Yıldız A. (2019). Bursada Yaşayan Voleybol Antrenörlerinin Durumluk Ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Yaş, Belge Türü Çalıştırdığı Takım Düzeyi Ve Sporcu Özgeçmişine Göre İncelenmesi, Uludağ Üniversitesi, Yüksek Lisans Tezi, 88 sayfa, Bursa, (Doç. Dr. Şenay ŞAHİN).
- 89.** Yetim A. Sporun Sosyal Görünümü. Gazi Beden Eğitimi Ve Spor Bilimleri Dergisi, Ankara, 2000.
- 90.** Yetim A, Cengiz R. İletişim Ve Spor, Berkan Yayınevi, Ankara, 2010.
- 91.** Yetim A. Sosyoloji Ve Spor, Ankara: Berikan Yayınevi, 2011.
- 92.** Weinberg R, Gould D. (1999). Foundations Of Sport And Exercise Psychology (No. Ed. 2). Human Kinetics Publishers (Uk) Ltd.
- 93.** 3579 İlköğretim Ve Eğitim Kanunu <https://www.mevzuat.gov.tr/MevzuatMetin/1.4.222.pdf> . 30 Haziran 2021
- 94.** Okul Spor Faaliyetleri Yönetmeliği https://spor.gsb.gov.tr/public/OkulSporlari/2019/11/6/OKUL%20SPOR%20FAAL%C4%B0YETLER%C4%B0%20Y%C3%96NETMEL%C4%B0%C4%9E%C4%B0-02.11.2019_637086290845921928.pdf . 30 Haziran 2021
- 95.** Sporcu Lisans, Vize Ve Transfer Yönetmeliği <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2019/12/20191214-3.htm>. 30 Haziran 2021

7. EKLER

Ek-1. Kişisel Bilgi Formu

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Değerli katılımcı,

Bu çalışma Düzce Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi Yüksek Lisans tez aşaması kapsamında yapılmaktadır. Çalışmada Düzce ilindeki ortaokul öğrencilerinin bazı değişkenler açısından durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi hedeflenmektedir. Bu nedenle, çalışmaya katılımınız son derece önemlidir. Sizden kişisel bilgi formunu eksiksiz olarak doldurmanız istenmektedir. Katılımınızdan dolayı teşekkür ederiz.

DÜ Spor Bilimleri Fakültesi Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı
Murat ÇAKMAK

1.Yaşınız:

2.Cinsiyetiniz:

Kadın() Erkek ()

3. Okuduğunuz okul ?

Merkez okulu () Kalıcı Konutlar () İlçe Okulları () Özel Okul ()

4. Sınıfınız:

5() 6 () 7 () 8 ()

5. Anne Eğitim Durumu:

-Okur-yazar değil() -İlköğretim () -Lise() -Üniversite()

Baba Eğitim Durumu:

-Okur-yazar değil() -İlköğretim () -Lise() -Üniversite()

6. Aile gelir durumu ?

2.000-3.999 () 4.000-5.999 () 6.000-7.999 () 8.000 ve üzeri ()

7. Anne-baba birlikte durumunuz ?

Evli () Boşanmış () Anne Vefat () Baba Vefat ()

8. Ailenizde spor yapan var mı ?

Evet () Hayır ()

9. Kiminle yaşıyorsunuz ?

Çekirdek Aile () Kalabalık Aile ()

10.Yaşadığınız bölge ?

Köy () Şehir Merkezi ()

11.Lisanslı olarak kulüpte voleybol oynuyor musunuz?

Evet () Hayır ()

Ek-2 Durumluk Kaygı Ölçeği

		HİÇ	BİRAZ	ÇOK	TAMAMİYLE
1.	Şu anda sakinim	(1)	(2)	(3)	(4)
2.	Kendimi emniyette hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
3	Su anda sinirlerim gergin	(1)	(2)	(3)	(4)
4	Pişmanlık duygusu içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)
5.	Şu anda huzur içindeyim	(1)	(2)	(3)	(4)
6	Şu anda hiç keyfim yok	(1)	(2)	(3)	(4)
7	Başıma geleceklerden endişe ediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
8.	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
9	Şu anda kaygılıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
10.	Kendimi rahat hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
11.	Kendime güvenim var	(1)	(2)	(3)	(4)
12	Şu anda asabım bozuk	(1)	(2)	(3)	(4)
13	Çok sinirliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
14	Sinirlerimin çok gergin olduğunu hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
15.	Kendimi rahatlamış hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
16.	Şu anda halimden memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
17	Şu anda endişeliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
18	Heyecandan kendimi şaşkına dönmüş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
19.	Şu anda sevinçliyim	(1)	(2)	(3)	(4)
20.	Şu anda keyfim yerinde.	(1)	(2)	(3)	(4)

Ek-3. Sürekli Kaygı Ölçeği

		Hemen hemen hiçbir zaman	Bazen	Çok zaman	Hemen her zaman
1.	Genellikle keyfim yerindedir	(1)	(2)	(3)	(4)
2	Genellikle çabuk yorulurum	(1)	(2)	(3)	(4)
3	Genellikle kolay ağlarım	(1)	(2)	(3)	(4)
4	Başkaları kadar mutlu olmak isterim	(1)	(2)	(3)	(4)
5	Çabuk karar veremediğim için fırsatları kaçıırım	(1)	(2)	(3)	(4)
6.	Kendimi dinlenmiş hissediyorum	(1)	(2)	(3)	(4)
7.	Genellikle sakin, kendine hakim ve soğukkanlıyım	(1)	(2)	(3)	(4)
8	Güçlüklerin yenemeyeceğim kadar biriktiğini hissedirim	(1)	(2)	(3)	(4)
9	Önemsiz şeyler hakkında endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
10.	Genellikle mutluyum	(1)	(2)	(3)	(4)
11	Herşeyi ciddiye alırım ve endişelenirim	(1)	(2)	(3)	(4)
12	Genellikle kendime güvenim yoktur	(1)	(2)	(3)	(4)
13.	Genellikle kendimi emniyette hissedirim	(1)	(2)	(3)	(4)
14	Sıkıntılı ve güç durumlarla karşılaşmaktan kaçınırım	(1)	(2)	(3)	(4)
15	Genellikle kendimi hüznü hissedirim	(1)	(2)	(3)	(4)
16.	Genellikle hayatımdan memnunum	(1)	(2)	(3)	(4)
17	Olur olmaz düşünceler beni rahatsız eder	(1)	(2)	(3)	(4)
18	Hayal kırıklıklarını öylesine ciddiye alırım ki hiç unutamam	(1)	(2)	(3)	(4)
19.	Aklı başında ve kararlı bir insanım	(1)	(2)	(3)	(4)
20	Son zamanlarda kafama takılan konular beni tedirgin ediyor	(1)	(2)	(3)	(4)

Ek-4. Etik Kurulu Raporu

T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
BİLİMSEL ARAŞTIRMA VE YAYIN ETİK KURULU KARARLARI

TOPLANTI SAYISI
21

KARAR SAYISI
2019/112

KARAR TARİHİ
27/12/2019

KARAR NO: 2019/112

Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Ortak Yüksek Lisans Programı öğrencisi Murat ÇAKMAK' ın, "Voleybol Oynayan Ortaokul Öğrencilerinin Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi" başlıklı yüksek lisans tez çalışması kapsamında Düzce İl Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı özel ve devlet okullarında uygulamak istediği anket ölçeğinin ve veri izin belgesinin etik olarak uygun olduğuna,

Oy birliği ile karar verildi.

ASEL GÜBİDİR,
16/01/2020
Mevresser FEYZİOĞLU
Etik Kurul Başkanı Birim Sorumlusu

Ek-5. Kabul Belgesi

T.C.
DÜZCE ÜNİVERSİTESİ
SAĞLIK BİLİMLERİ ENSTİTÜSÜ
YÖNETİM KURULU KARARLARI

TOPLANTI TARİHİ :14/06/2019
TOPLANTI SAYISI :2019/16

KARAR NO: 2019/162

Enstitümüz Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Ortak Yüksek Lisans Programı öğrencisi numaralı **Murat ÇAKMAK' a** ait tez öneri formunda bildirilen tez başlığının, DÜ Lisansüstü Eğitim ve Öğretim Yönetmeliğinin 8 (1) maddesi uyarınca EABD Başkanlığının önerisi de göz önünde bulundurularak aşağıdaki şekliyle kabul edilmesine oy birliği ile karar verildi.

Adı Soyadı	Kayıt Tarihi	Tez Danışmanı	Tez Başlığı
Murat ÇAKMAK	30.07.2018	Dr. Öğr. Üyesi Levent GÖRÜN	"Voleybol Oynayan Ortaokul Öğrencilerinin Kaygı düzeylerinin İncelenmesi"

Ek-6. Düzce Valilik Oluru

T.C.
DÜZCE VALİLİĞİ
Düzce İl Millî Eğitim Müdürlüğü
ARAŞTIRMA DEĞERLENDİRME FORMU

ARAŞTIRMA SAHİBİNİN	
Adı Soyadı	Murat ÇAKMAK (Yüksek Lisans Öğrencisi)
Kurumu / Üniversitesi	Düzce Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü
Araştırma yapılacak iller	Düzce
Araştırma yapılacak eğitim kurumu ve kademesi	Düzce / Merkez ve İlçelerde Ekli listede adı bulunan 19(ondokuz) özel ve resmi okulda öğrenim gören 5/6/7/8. sınıf öğrencilerine yönelik
Araştırmanın konusu	'Voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin kaygı düzeylerinin incelenmesi'
Üniversite / Kurum onayı	Var
Araştırma önerisi	Araştırma önerisi Düzce / Merkez ve İlçelerde Ekli listede adı bulunan 19(ondokuz) özel ve resmi okulda öğrenim gören 5/6/7/8. sınıf öğrencilerine yönelik "Voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin kaygı düzeylerinin incelenmesi" konulu araştırma izni takvime göre yapılmak istenmektedir.
Veri toplama araçları	Kişisel Bilgi Formu,Durumluk Kaygı Ölçeği, Sürekli Kaygı Ölçeği
Görüş istenilecek Birim/Birimler	Yok
İletişim Bilgileri	Var
Yükümlülükler	Araştırmacı; *Uygulama veya çalışma takviminde değişiklikleri bildirmeye, * Araştırmayı araştırma çalışma takviminde belirtilen süre içerisinde teslim etmek, * Yapılan araştırmanın tamamlanmasından itibaren en geç iki hafta içinde, Bakanlıktan izin alanlar EARGED Başkanlığına, İl'de izin alanlar millî eğitim müdürlüğüne araştırmanın iki örneğini CD'ye kayıtlı olarak vermeyi taahhüt eder (EK-1)
KOMİSYON GÖRÜŞÜ	
Araştırma önerisi Araştırma önerisi Düzce / Merkez ve İlçelerde Ekli listede adı bulunan 19(ondokuz) özel ve resmi okulda öğrenim gören 5/6/7/8. sınıf öğrencilerine yönelik "Voleybol oynayan ortaokul öğrencilerinin kaygı düzeylerinin incelenmesi" konulu araştırma izni takvime göre yapılmak istenmektedir. Millî Eğitim Bakanlığı'nın Araştırma, Yarışma ve Sosyal Etkinlik İzinleri konulu 2017/25nolu Genelgesi doğrultusunda uygulanmasında sakınca bulunmamaktadır . Aynı genelgenin 4. Maddesine göre 2019/2020 eğitim öğretim yılında da araştırma yapılmak istendiğinden; 2020/2021 eğitim öğretim yılı için izin süresi uzatma işlemleri yapılmak zorundadır.	
Komisyon kararı	Araştırma izni verilmesine oybirliği ile karar verilmiştir.
Muhalef üyenin Adı ve Soyadı:	Muhalef üye bulunmamaktadır.

KOMİSYON

AİT ÇANBAZ
Üye

Bekir GÜRDİR
Üye

Sube Müdürü

8. ÖZGEÇMİŞ

yılında de dünyaya geldi. İlk, orta ve lise eğitimini Düzce Akçakoca'da tamamladı. 2014 yılında Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği bölümünden mezun oldu. Altyapı voleybol eğitimini Fenerbahçe Spor Kulübünde aldı ve 2006-2007 sezonu Türkiye Genç Erkekler Voleybol Türkiye birinciliği elde etti. 2011-2021 yılları arasında Erkekler Voleybol 1. Liginde çeşitli kulüplerde profesyonel olarak voleybol oynadı, aktif olarak voleybol kariyerine devam etmekte.

e-posta: