



The Journal of Academic Social Science Studies

JASSS

International Journal of Social Science

Doi number: <http://dx.doi.org/10.9761/JASSS986>

Volume 6 Issue 5, p. 243-248, May 2013

SAMSUN İLİNDE YAPILAN ÜNİVERSİTELERARASI BASKETBOL MÜSABAKALARINA KATILAN SPORCULARIN DURUMLUK KAYGI VE SÜREKLİ KAYGI DÜZEYLERİNİN İNCELENMESİ*

*ANALYSIS OF STATE ANXIETY AND TRAIT ANXIETY LEVELS OF ATHLETES
ATTENDING INTER-UNIVERSITIES BASKETBALL COMPETITION HELD IN
SAMSUN*

Yrd. Doç. Dr. Kürşad Han DÖNMEZ

Giresun Üniversitesi Eğitim Fakültesi, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği

Abstract

Anxiety is one of the factors affecting success or failure. Individuals may encounter state or trait anxiety. Defining anxiety level and using it in a positive way will bring success.

In this study, it is aimed to examine the athletes' state anxiety and trait anxiety levels in inter-university 1st League basketball competitions. The study group consists of students who play basketball in Karadeniz Technical University, Cumhuriyet University, Gaziosmanpaşa University, Giresun University, May 19 University and Atatürk University basketball teams during the 2010-2011 academic year.

The study is a descriptive study of data analysis and was carried out on the computer statistical package SPSS for windows 17:00.

In the study, the study group consists of 43 female and 57 male athlete students from Blacksea Technical University, Cumhuriyet University, Gaziosmanpaşa University, Giresun University, 19 May University and Atatürk University.

* Bu makale Crosscheck sistemi tarafından taranmış ve bu sistem sonuçlarına göre orijinal bir makale olduğu tespit edilmiştir.

Turkish adaptation of "State and Trait Anxiety Inventory" has been written by Le Compte and Öner (1976). Öner (1977) has conducted the validity and reliability studies of the scales.

As a result, athletes' gender was significant in terms of levels of state anxiety. This difference results from the fact that women athletes score higher scores than male athletes. Athletes' state anxiety levels according to years of licensed player were significant. This difference happens because of that licensed athletes of 8-11 years score higher than 0-3 years, and over 12 years of being licensed score more than 0-3 years of licensed athletes.

Key Words: Sport, State Anxiety, Trait Anxiety

Öz

Kaygı, sporda başarı yada başarısızlığı etkileyen unsurlardan biridir. Kişiler durumluk kaygı yada sürekli kaygı ile karşı karşıya kalabilirler. Kaygı düzeyinin belirlenmesi ve olumlu yönde kullanılması başarıyı getirecektir.

Bu çalışmada, üniversitelerarası 1. Lig basketbol müsabakalarına katılan sporcuların durumluk kaygı ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi hedeflenmiştir. Araştırma da, çalışma grubu olarak 2010-2011 eğitim-öğretim döneminde Karadeniz Teknik Üniversitesi, Cumhuriyet Üniversitesi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Giresun Üniversitesi, 19 Mayıs Üniversitesi ve Atatürk Üniversitesinin basketbol takımlarında oynayan sporcu öğrencilerden meydana gelmiştir.

Betimsel bir çalışma olan araştırmanın veri analizleri SPSS for windows 17.00 istatistik paket programıyla bilgisayarda gerçekleştirilmiştir.

Araştırma da, çalışma grubu olarak 2010-2011 eğitim-öğretim döneminde Karadeniz Teknik Üniversitesi, Cumhuriyet Üniversitesi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Giresun Üniversitesi, 19 Mayıs Üniversitesi ve Atatürk Üniversitesinin basketbol takımlarında oynayan 43 kadın, 57 erkek sporcu öğrencilerden meydana gelmiştir.

Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri'nin (DSKE) Türkçeye adaptasyonu, Le Compte ve öner (1976) tarafından yapılmıştır. Öner (1977) ölçeklerin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını yapmıştır.

Sonuç olarak; sporcuların cinsiyetleri açısından durumluk kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu fark, bayan sporcuların puanlarının erkek sporcuların puanlarından yüksek olmasından kaynaklanmıştır. Sporcuların lisanslı oyunculuk senelerine göre durumluk kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu fark, 8-11 senelik lisanslı sporcuların puanlarının 0-3 senelik lisanslı sporcuların puanlarından fazla olmasından, 12 ve üzeri senelik lisanslı sporcuların puanlarının 0-3 senelik lisanslı sporcuların puanlarından fazla olmasından meydana gelmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor, Durumluk Kaygı, Sürekli Kaygı

Giriş

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 olgudur (Erkal 1992).

Kaygı, sporcuların davranışlarında doğru karar alma yeteneklerini olumsuz olarak etkileyebilir. Kaygı seviyesi yükseldikçe sporcu doğru karar almadan ve yeteneklerini sergileyebilmekten uzaklaşır. Aşırı baskı altında bulunan sporcular bazı yanlış hareketler yapabilmektedir. Aşırı kaygı, sporcuların çok iyi bildikleri ve defalarca antrenmanlarda gerçekleştirdikleri bazı hareketleri unutturabildiği gibi, duygularında karışıklığa yol açıp olumsuz bazı hareketler yapmasını da sağlayabilir (Gümüş 2002).

Spor, içerisinde yarışma, kazanma ve kaybetme duygularını içeren bir olgudur. Yarışma duygusu insanlarda kaygı duygusunu ortaya çıkartmıştır.

Kaygı durumluk ve sürekli kaygı olarak iki şekilde ortaya çıkar.

Shielberger (1966) durumluk ve sürekli kaygı kavramlarını ilk kez ortaya atan bilim adamı olmuştur (Gümüş 2002).

Durumluk kaygı "state anxiety", durumdan duruma yoğunluğu değişen, sürekli olmayan durumlara bireyin gösterdiği geçici duygusal reaksiyonlardır. Bireyin stres yaratan durumu, tehdit edici olarak algıladığı durumlarda "durumluk kaygı" düzeyi yüksek, bu tehlikenin tehdit edici olarak algılanmadığı durumlarda düşük olmaktadır (Akarçesme 2004).

Konter (1996) sürekli kaygıyı; "belirli durumları tehlikeli ve tehdit edici olarak algılama eğilimi ve sporcunun bir kişilik yatkınlığı" olarak tanımlamıştır.

Sürekli kaygı bireyin davranışlarında doğrudan doğruya gözlenemez. Ancak değişik zaman ve koşullarda saptanan durumluk kaygı reaksiyonlarının şiddetinden ve sıklığından yorumlanabilir. Buna göre kaygı düzeyi yüksek olan bireyler stres karşısında, stres karşısında sürekli kaygı düzeyi düşük olanlardan daha kolaylıkla ve daha sık olarak incinirler. Durumluk kaygıyı hem daha sık hem de daha şiddetli bir şekilde yaşarlar (William 2002).

Sporcularda, kaygı düzeyinin yüksek ya da düşük olması sporcunun performansını olumsuz yönde etkilemektedir. Kaygı düzeyinin, sporcuda olumlu performans geliştirecek şekilde, sporcularla ilgilenen kişiler tarafından oranlanması gerekmektedir. Bu da başarının oluşmasında önemli bir etken oluşturmaktadır.

Yöntem

Bu çalışma da, Üniversitelerarası 1. Lig basketbol müsabakalarına katılan sporcuların durumluk kaygı ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi hedeflenmiştir.

Betimsel bir çalışma olan araştırmanın veri analizleri SPSS for windows 17.00 istatistik paket programıyla bilgisayarda gerçekleştirilmiştir.

Araştırma da, çalışma grubu olarak 2010-2011 eğitim-öğretim döneminde Karadeniz Teknik Üniversitesi, Cumhuriyet Üniversitesi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Giresun Üniversitesi, 19 Mayıs Üniversitesi ve Atatürk Üniversitesinin basketbol takımlarında oynayan 43 kadın, 57 erkek sporcu öğrencilerden meydana gelmiştir.

Durumluk ve Sürekli Kaygı Envanteri'nin (DSKE) Türkçeye adaptasyonu, Le Compte ve öner (1976) tarafından yapılmıştır. Öner (1977) ölçeklerin geçerlik ve güvenilirlik çalışmalarını yapmıştır.

DSKE'nin yurt dışındaki testin tekrar güvenilirlikleri sürekli kaygı için 0.73 ile 0.86 durumluk kaygı için 0.16 ile 0.54 arasında değişmektedir. Türkiye'de yapılan güvenilirlik çalışmalarında Öner (1977) testin tekrar güvenilirliklerini sürekli kaygı ölçeği için 0.71 ile 0.86 ve durumluk kaygı ölçeği için ise 0.26 ile 0.68 arasında bulmuştur. Baş (1983) tarafından yapılan testin tekrar güvenilirlikleri ise sürekli kaygı ölçeği için 0.87 ve durumluk kaygı ölçeği için ise 0.76 olarak saptanmıştır (Özgüven, 1998).

Bulgular

Tablo 1: Üniversitelerarası 1. Lig Basketbol Müsabakalarına Katılan Sporcuların Cinsiyetlere Göre Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Düzeylerine İlişkin Ortalamaları, Standart Sapmaları ve t Değerleri

Değişken	Faktör	N	Ort	Ss	T	p
Durumluk Kaygı	Kadın	43	40.23	11.14	3.14	.002*
	Erkek	57	33.75	9.50		
Sürekli Kaygı	Kadın	43	43.63	6.57	1.86	.066
	Erkek	57	40.88	7.83		

P<.05

Elde edilen sonuçlara göre; sporcuların cinsiyetleri açısından durumluk kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur, $t = 3.14$, $p < 0.05$. Bu fark, bayan sporcuların puanlarının ($X = 40.23$, $Ss = 11.14$) erkek sporcuların puanlarından ($X = 33.75$, $Ss = 9.50$) daha yüksek olmasından kaynaklanmıştır.

Tablo 2: Üniversitelerarası 1. Lig Basketbol Müsabakalarına Katılan Sporcuların Kaç Yıllık Lisanslı Sporcu Olduğuna Göre Durumluk Kaygı ve Sürekli Kaygı Düzeylerine İlişkin Varyans Analizleri

Değişken	Kaynak	Kt	Sd	Ko	F	P
Kaç Yıllık Lisanslı Sporcu	Gruplar Arası	1225.939	3	408.64	3.915	.011*
	Grup İçi	10020.90	96	104.38		
	Toplam	11246.84	99			
		0				

P<.05 **Kt**: Kareler Toplamı, **Sd**: Serbestlik Derecesi, **Ko**: Kareler Ortalaması,

Yapılan varyans analizi sonucunda, Kaç yıllık lisanslı kulüp oyuncusunuz sorusuna, 0-3 sene 15, 4-7 sene 38, 8-11 sene 28, 12 ve üzeri sene diye cevap veren 19 sporcunun, lisanslı oyunculuk senelerine göre durumluk kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Sporcuların lisanslı oyunculuk senelerine göre durumluk kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur, $F_{(3,96)} = 3.915$, $p < 0.05$. Bu fark, 8-11 senelik lisanslı sporcuların puanları ile 12 ve üzeri senelik lisanslı sporcuların puanlarının 0-3 senelik lisanslı sporcuların puanlarından fazla olmasından meydana gelmiştir.

Sonuç ve Tartışma

Sporcuların cinsiyetleri açısından durumluk kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu fark, bayan sporcuların puanlarının erkek sporcuların puanlarından daha yüksek olmasından kaynaklanmıştır. Gündüz (1985)'ün araştırmasında da aynı şekilde bayan sporcularla erkek sporcuların durumluk kaygı düzeyi yönünden anlamlı bir fark oluşmuş ve yine oluşan bu farklılaşma bayan sporcuların erkek sporculara göre yüksek olduğu belirtilmiştir. Şahin (2009)'da, Cinsiyet açısından kızların durumluk ve sürekli kaygıları erkek adaylardan daha yüksek bulunmuştur. Ancak Öztürk (2008)'de, öğrencilerin cinsiyetleri ile durumluk kaygı düzeyi arasında anlamlı bir ilişki bulunurken, öğrencilerin cinsiyetleri ile durumluk kaygı düzeyi arasında bulunan bu anlamlı farkın kız öğrencilerin erkek öğrencilere oranla daha düşük düzeyde kaygı düzeyine sahip olmalarından kaynaklandığını bulmuştur.

Sporcuların lisanslı oyunculuk senelerine göre durumluk kaygı düzeylerinde anlamlı bir farklılık bulunmuştur. Bu fark, 8-11 senelik lisanslı sporcuların puanları ile 12 ve üzeri senelik lisanslı sporcuların puanlarının 0-3 senelik lisanslı sporcuların puanlarından fazla olmasından meydana gelmiştir.

Yapılan çalışma göstermiştir ki; tecrübe arttıkça kaygı düzeyi azalmaktadır.

Öneriler

- 1- Bu çalışma daha fazla sporcu öğrenci üzerinde yapılabilir.
- 2- Durumluk veya Sürekli kaygıyı ortaya çıkaran sebepler detaylı araştırılmalıdır.
- 3- Bu çalışma daha küçük yaşta gruplara uygulanıp, çıkan sonuçlara göre öğrencileri hazırlamalıyız.
- 4- Sporcularımız bir spor psikoloğu ile diyalog içinde olmalı ve sporcuların psiko – sosyal sorunlarının çözümünde oyuncu, antrenör ve psikolog arasındaki iletişimi sürekli gözden geçirmelidirler.
- 5- Daha sağlıklı sonuçlar elde etmek için sık aralıklarla ve çok sayıda denekle ölçümler yapılmalıdır.

KAYNAKÇA

- AKARÇEŞME, C., (2004).Voleybolda Müsabaka Öncesi Durumluk Kaygı İle Performans Ölçütleri Arasındaki İlişki, Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- ERKAL, M. (1992). Sosyolojik Açından Spor, Kutsal Marbaası, İstanbul.
- GÜMÜŞ, M. (2002). Profesyonel Futbol Takımlarında Puan Sıralamasına Göre Durumluk Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi, Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Sakarya.
- GÜNDÜZ, N. (1985) Orta Dereceli Okullarda Değişik Spor Yaşı ve Deneyimleri Olan Sporcu Öğrencilerin Sportif Başarıları ile Kaygı Durumları Arasındaki İlişkinin Araştırılması, Doktora Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.
- KONTER, E. (1996). Sporda Stres ve Performans, Saray Tıp Kitapevleri, İzmir.
- ÖNER, N. (1994). Türkiye’de Kullanılan Psikolojik Testler. Boğaziçi Yayınları, İstanbul.
- ÖZGÜVEN, İ.Ethem (1998). Psikolojik Testler, Pdrem Yayınları, Sistem Ofset, Ankara.
- ÖZTÜRK, A (2008). Manisa Celal Bayar Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğretmenlik Programı Öğrencilerinin Durumluk Kaygı Düzeyleri ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişki, Denizli.
- ŞAHİN, A. (2009). Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Özel Yetenek Sınavına Giren Adayların Kaygı Düzeyleri ile Özel Yetenek Sınav Performansları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, Malatya.
- VAROL, Ş. (1990) Lise Son Sınıf Öğrencilerinin kaygılarını Etkileyen Etmenler, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Samsun.
- WILLIAM, ZM (2002). The Physche Centered Zone Of Peak Performance; Dept Phychology Applied to Golf, Pasifika Graduate İnstitute, California.