

# ULUSLARARASI SOSYAL ARAŞTIRMALAR DERGİSİ THE JOURNAL OF INTERNATIONAL SOCIAL RESEARCH

Cilt: 12 Sayı: 68 Yıl: 2019  
www.sosyalarastirmalar.com  
Issn: 1307-9581



Volume: 12 Issue: 68 Year: 2019  
www.sosyalarastirmalar.com  
Issn: 1307-9581

Doi Number:  
<http://dx.doi.org/10.17719/jisr.2019.3924>

## SÜREKLİ ÖFKE: ANTRENÖRLERİN ÖFKE İFADE TARZLARI TRAIT ANGER: COACHES' ANGER EXPRESSION STYLES

Mehmet DALKILIÇ\*

### Öz

Bu araştırmanın amacı, antrenörlerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının çeşitli değişkenlere göre farklılaşp farklılaşmadığını ortaya koymaktır. Araştırma nicel araştırma yöntemlerinden olan betimsel niteliktedir. Araştırma grubunu İstanbul ilinde aktif görev alan 64 Kadın (%55,7), 51 Erkek (%44,3) toplam 115 (Yaş Ort.= 25,23 ± 8,95) antrenör oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan antrenörlerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarını belirlemek için "Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçümlerin, normal dağılıma uygun olup olmadığını belirlemek için çarpıklık-basıklık (Skewness-Kurtosis) normallik dağılım testi kullanılmıştır. Bunun sonucunda ise t-testi ve One way - Anova testleri uygulanmıştır. Farkın kaynağını belirlemek için POST HOCK Sheff testlerine bakılmıştır. Araştırmaya katılan antrenörlerin sürekli öfke, öfke ifade tarzlarından öfke içe ve öfke dışı puan ortalamaları düşük seviyede iken öfke ifade tarzlarından öfke kontrol puan ortalamaları orta seviyenin üzerinde olduğu anlaşılmaktadır. Kişisel özelliklere göre ise antrenörlerin sürekli öfke düzeylerini cinsiyet değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gösterdiği, ancak hizmet yılı, yaşamının çoğunu geçirdiği yerleşim yeri, anne ve baba eğitim durumu, spor yapma ve spor türü değişkenlerine göre ise istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır.

**Anahtar Kelimeler:** Sürekli Öfke, Öfke İçte, Öfke Dışta, Öfke Kontrol, Antrenör.

### Abstract

The aim of this study is to determine whether coaches' trait anger and anger expression styles differ according to various variables. The research is a descriptive qualitative research method. The research group consisted of 64 women (55.7%) and 51 men (44.3%) active in Istanbul (115 mean age = 25.23 ± 8.95). The Trait Anger-Anger Style Scale was used to determine the coaches' trait anger and anger expression styles. Skewness-Kurtosis normality distribution test was used to determine whether the measurements were suitable for normal distribution. As a result, t-test and One way - Anova tests were applied. POST HOCK Sheff tests were used to determine the source of the difference. While the mean scores of trait anger, anger-in and anger-out were low on the coaches participating in the research, it was understood that the anger-control scores on the anger-expressing styles were above the mid-level. According to the personal characteristics, trait anger levels showed a statistically significant difference according to the gender variable, but no statistically significant difference was found according to the variables of year of service, place of residence, educational status of mother and father, sports and type of sport.

**Keywords:** Trait Anger, Act in Anger, Act out Anger, Anger Control, Coach.

\* Doç. Dr., Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu.



## 1. GİRİŞ

Spor, insan hayatı için oldukça faydalara sahiptir. Sağlıktan, sosyalleşmeye, iletişimden psikolojiye kadar saymayla bitirilemeyecek faydaları mevcuttur. Bu nedenle sporu yaygınlaştırmak için yoğun çaba harcanmaktadır (Zorba, 1999). Çünkü insan hayatına bu kadar fayda sağlayan sporun önemini göz ardı edilemez. Ayrıca sporu n engelli bireylerin topluma kazandırılması açısından da önemi büyüktür (Gur, 2001). Engellilerin kendi aralarında ve engelli olmayanlarla işbirliği, iletişim ve paylaşım içerisinde olmaları, birlikte oyun oynamaları, sosyal etkinliklere birlikte katılmaları gerçekleşmiş olur (Özdiñ, 2005).

Öfke, her kişide gözlenebilen doğal bir duygudur. Bu doğal duygunun hafif rahatsızlıktan yoğun bir rahatsızlığa doğru ilerleyen bir duygudur. En önemli özelliği hem fizyolojik hem de biyolojik bir değişimdir. Sağlıklı bir bireyin kızgınlık ya da öfkelenme yaşaması normaldir. Ancak öfkenin kontrol altına alınmaması hem çevresi hem kendi hayatı için önem arz etmektedir (Savaşır ve Şahin, 1997).

Kişinin iki türlü öfke durumu mevcuttur; bunlar sürekli öfke ve durum anında öfke ifade tarzlarıdır. Bu ifade şekilleri, dışa dönük öfke, içe dönük öfke ve kontrol edilebilen öfke diye adlandırılmaktadır. Spielberg' e (1991) göre öfkesini dışa vuramama içinde tutması içe dönük öfkeyi ifade ederken, hiç düşünmeden kişi ya da nesneye gösterdiği saldırganlık davranışlar ise dışa dönük öfkeyi; öfkesini önlemeye yönelik davranış sergileyen birey ise öfkesini kontrol etme eğiliminde olan kişiyi gösterir (Spielberger, 1991; Akt.; Bridewell ve Change, 1997).

Öfke; kişi için olması gereken ve yapılmadığında sorunlar oluşturan normal ve duygu yüklü bir davranıştır. Her türlü istenmeyen durum karşısında önlem alma, tehdite karşı uyarıcı rolünde ve kendisini koruma altına alan aslında çok önemli motivasyon kaynağıdır (Soykan, 2003). Yine, Novaco (1975) göre öfke kişinin hayatında çift yönlü bir etkisi olduğunu savunmuştur. Sadece yıkıcı, yok edici, kırıcı davranışlarla sonuçlanmayan bunun dışında uyum sağlayan özelliği de vardır.

Bunlara örnek verecek olunursa:

1. Öfke enerji kaynağıdır.
2. uyarıcı rolünde olması nedeniyle acıyı en aza indirir.
3. Başkalarına karşı gösterilen olumsuz davranışların açıklaması mahiyetindedir.
4. Kişideki kaygı yerini dış çatışmaya çevirir ve kişilik tehdidinden korur.

Öfkenin dışa aktarılması ile kişinin öfkelenmediği ilk haline dönüşmesine sebebiyet verir. Ancak öfkesini gösteremediğinde asla ilk haline dönüşemez ve sağlık gibi sorunlarla karşılaşmasına sebebiyet verir. Bunlar yüksek tansiyon, kalp ve damar hastalıkları, migren ve mide rahatsızlıkları yoğun öfke yaşantıları olan ve çoğu kez öfkesini ifade edemeyen bireylerde sıklıkla görülen hastalıklardır (Yılmaz, 2004). Bu yüzden öfke ve saldırganlık arasında anlamlı bir ilişki bulunmaktadır. Birbiriyle bağlantılı bu iki duygu bir oyuncu için kontrol edildiğinde başarısının artmasına, edilemediğinde ise telafisi olmayacak olaylara sebep olmaktadır. Öfke spor ilişkisi; literatürde sporun mücadeleci saldırgan bir oyun olduğu, doğası gereği şiddet unsurlarını içerisinde barındırdığı açıklanmış. Yine spor oyunları sırasında kurallı sert temasların şiddet unsuru olarak gösterilmemesi gerektiği de ifade edilmiştir (Karagün ve Çağlayan, 2014).

Özetleyecek olursak, ülkemizde spor sahalarında gözlenen saldırgan davranışlar gün geçtikçe artmakta. Bu da endişe verici durumlar oluşturmaktadır. Bu çalışma sayesinde öfke durumları belirlenip alınması gereken önlemler belirlenmiş olacaktır.



## 2. MATERYAL VE YÖNTEM

### 2.1. Araştırma Modeli

Araştırma, betimsel biçimde bir çalışmadır. Betimsel istatistik, bir değişkene ilişkin sayısal değerlerin toplanması, betimlenmesi ve sunulmasına olanak sağlayan istatistiksel işlemlerdir (Büyüköztürk, 2010).

### 2.2. Araştırma Grubu

Araştırma grubunu; İstanbul ilinde görev yapan 115 antrenör oluşturmuştur.

#### 2.2.1. Verilerin Toplanması

İlk olarak araştırmanın amacına ilişkin mevcut bilgiler, literatürün taranmasıyla sistematik bir şekilde verilmiştir. Böylece konu hakkında teorik bir çerçeve oluşturulmuştur. İkinci olarak, Spielberger tarafından (1983) tarafından geliştirilen 'Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği' (The State Trait Anger Scale (STAS) tesadüfi örneklem yoluyla araştırmaya katılan katılımcılara yerinde uygulanmıştır (Savaşır ve Şahin, 1997).

### 2.3. Veri Toplama Araçları

Araştırma ile ilgili belirlenen amaçlara ulaşabilmek için gerekli olan veri toplama araçları sıra ile aşağıda verilmiştir:

#### 2.3.1. Kişisel Bilgi Formu

Araştırmanın örneklemini oluşturan antrenörlerin kişisel özellikleri hakkında bilgi toplamak ve araştırmada inceleme konusunun bağımsız değişkenlerini oluşturmak amacıyla araştırmacı tarafından 7 sorudan oluşan bilgi formu hazırlanmıştır.

#### 2.3.2. Sürekli Öfke ve Öfke Tarz Ölçeği (SÖÖTÖ)

'Sürekli Öfke-Öfke Tarz Ölçeği' (The State Trait Anger Scale (STAS), Spielberger tarafından (1983) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek durumluluk ve süreklilik açısından öfke duygusu ve ifadesini ele almaktadır. Ergen ve yetişkinlere uygulanan ölçek kendi kendine uygulanabildiği gibi grup olarak da kullanılabilir. Asıl formu kırk dört maddedir. Ancak Türkçeye Durumluk Öfke alt testi çevrilmemiştir (Savaşır ve Şahin, 1997). Sürekli öfke Tarz Ölçeği, dört alt faktörden oluşmaktadır. Bunlar; sürekli öfke, içe öfke, dışa öfke ve öfke kontrol alt testleridir. Sürekli öfke (ilk 10 madde), öfke oluşturacak bir durum olmadığı durumlardaki öfke yaşantıları ve öfke ifade stratejisini, içe öfke alt testi (13, 15, 16, 20, 23, 26, 27 ve 31. madde) öfke yaratacak durumlarda öfkeyi bastırma, buna karşın dışa öfke alt testi de (12, 17, 19, 22, 24, 29, 32 ve 33. madde) de öfkeyi dışa yansıtma ve saldırgan davranışlar gösterme eğilimini, öfke kontrol alt faktörü (11, 14, 18, 21, 25, 28, 30 ve 34. madde) ne sıklıkla öfkeyi kontrol edebildiğini ölçmektedir. Ölçek dörtlü Likert tipinde geliştirilmiş olup, bireylerden ifadelerin kendilerini ne kadar tanımladığı sorusuna 'Hiç Tanımlamıyor dan, Tümüyle Tanımlıyor a kadar uygun seçenekten birini işaretlemeleri istenir. Böylece her alt testin kendi puanı olmaktadır. Yüksek puan, o alt test için yüksek öfke eğilimi anlamına gelmektedir (Savaşır ve Şahin, 1997).

Yapılan bu çalışmanın sürekli öfke tarzı iç tutarlık (Cronbach Alpha) güvenilirlik katsayısı 0.74 ve öfke ifade tarzlarından Öfke içte iç tutarlık (Cronbach Alpha) güvenilirlik katsayısı 0.68, Öfke dışa iç tutarlık (Cronbach Alpha) güvenilirlik katsayısı 0.72 ve Öfke kontrol iç tutarlık (Cronbach Alpha) güvenilirlik katsayısı 0.75 olarak bulunmuştur.



## 2.4. Verilerin Analizi

Verilerin çözüm ve yorumlanmasında t-testi ve Anova testleri kullanılarak anlamlılık  $P < 0,05$  alınmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS 21 (Statistical Package For Social Sciences) paket programı kullanılmıştır. Ölçümlerin, normal dağılıma uygun olup olmadığını belirlemek için çarpıklık-basıklık (Skewness-Kurtosis) normallik dağılım testi kullanılmıştır. Çarpıklık-Basıklık (Skewness-Kurtosis) tekniğine göre sürekli öfke ve öfke ifade tarzı ölçeği alt boyutlarının (Öfke içte, Öfke dışı, Öfke kontrol) tamamı normal dağılım göstermiştir. Bunun sonucunda ise t-testi ve One way - Anova testleri uygulanmıştır. Farkın kaynağını belirlemek için POST HOCK Sheff ve Tamhane  $T_2$  bakılmıştır.

**Tablo 1.** Araştırmaya Katılan Bireylerin Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği Alt Boyutlarına İlişkin Skewness/Kurtosis Normallik Testi

	Sürekli Öfke	Öfke İçte	Öfke Dışa	Öfke Kontrol
n	115	115	115	115
Skewness	(,596) - (,226)	(,575) - (,226)	(,871) - (,226)	(,539) - (,226)
Kurtosis	(-,105) - (,447)	(,120) - (,447)	(,049) - (,447)	(,272) - (,447)

Tablo 1' e bakıldığında Sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarına (Öfke İçte, Öfke Dışa ve Öfke Kontrol) ilişkin Skewness-Kurtosis normallik test sonucuna göre boyutlarda -1,5 ile +1,5 arası olduğu için normal dağılıma uygun olduğu anlaşılmıştır.

## 3. BULGULAR

### 3.1. Araştırma Grubunun Kişisel Özellikleri

Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerine ilişkin veriler ve yorumları aşağıda verilmiştir.

**Tablo 2.** Araştırmaya Katılan Örneklem Grubunun Demografik Özelliklerine İlişkin Dağılımı

Katılımcıların Kişisel Özellikleri	n	%	
Cinsiyet	Kadın	64	55,7
	Erkek	51	44,3
Hizmet Yılı	5 yıl ve altı	53	46,1
	6-10 yıl ve +	62	53,9
Yaşamının Çoğunu Geçirdiği Yerleşim Yeri	Büyükşehir	62	53,9
	Şehir	32	27,8
	İlçe	21	18,3
Anne Eğitim	Okur yazar değil	21	18,3
	Okur yazar	28	24,3
	İlkokul mezunu	24	20,9
	Ortaokul	25	21,7
	Lise	17	14,8
Baba Eğitim	Okur yazar	25	21,7
	İlkokul	22	19,1
	Ortaokul	26	22,6
	Lise	23	20,0
Aktif Spor Yapma	Ön lisans-lisans	19	16,5
	Evet	95	82,6
Spor Türü	Hayır	20	17,4
	Bireysel sporlar	18	15,7
	Takım sporları	97	84,3



Tablo 2'e bakıldığında, katılımcıların cinsiyet değişkenine göre kadın olan sporcu sayısı 64 kişi (%55,7) iken erkek olan sporcu sayısı 51 (%44,3) kişidir. Hizmet yılı değişkenine göre 5 yıl ve altı 53 kişi (%46,1) iken 62 kişi (%53,9) 6 yıl ve üzerini oluşturmaktadır. Yerleşim yeri değişkenine göre 62 kişi (%53,9) büyükşehir, 32 kişi (%27,8) şehir ve 21 kişi ise (%18,3) ilçede yaşamlarının çoğunu geçirdiklerini beyan etmişlerdir. Anne Eğitim durumu değişkenine göre 21 kişi (%18,3) okur yazar değil, 28 kişi (%24,3) okur yazar, 24 kişi (%20,9) ilkokul mezunu, 25 kişi (%21,7) ortaokul mezunu iken 17 kişi (%14,8) lise mezunudur. Baba Eğitim durumu değişkenine göre 25 kişi (%21,7) okur yazar, 22 kişi (%19,1) ilkokul mezunu, 26 kişi (%22,6) ortaokul mezunu, 23 kişi (%20,0) lise mezunu iken 19 kişi (%16,5) ön lisans ve lisans mezunudur. Aktif spor yapma değişkenine göre 95 kişi (%82,6) evet yapıyorum derken, 20 kişi (%17,4) ise hayır yapmıyorum cevabını vermiştir. Spor türü değişkenine göre 18 kişi (%15,7) bireysel spor yaparken, 97 kişi (%84,3) ise takım sporu cevabını vermiştir.

**Tablo 3.** Katılımcıların Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği Alt Boyut Düzeylerine İlişkin Sonuçları

	n	Ort.	Ss	Min	Max
Sürekli Öfke	115	22,78	6,615	10,00	40,00
Öfke İçte	115	17,93	4,628	8,00	32,00
Öfke Dışta	115	18,12	4,772	8,00	32,00
Öfke Kontrol	115	22,40	4,690	8,00	32,00

Tablo 3'te katılımcıların sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarına ait puan ortalamaları incelenmiştir. Bu inceleme sonucunda; araştırmaya katılan antrenörlerin sürekli öfke puan ortalamaları 22,78, öfke ifade tarzlarından öfke içte puan ortalamaları 17,93, öfke dışta puan ortalamaları 18,12 ve öfke kontrol puan ortalamaları 22,40 olduğu görülmektedir. Buna göre katılımcıların düşük seviyede sürekli öfke düzeyinde olduğu, düşük düzeyde öfke içte ve öfke dışta düzeyinde oldukları ancak orta seviyenin üzerinde öfke kontrol düzeyine sahip oldukları anlaşılmaktadır.

**Tablo 4.** Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği Alt Boyutu Puanlarının Antrenörlerin Cinsiyet Değişkenine Göre Farklılaşp Farklılaşmadığını Belirlemek Üzere Yapılan Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Puan	Gruplar	N	Ort.	ss	Shg	t Testi		
						t	Sd	p
Sürekli Öfke	Kadın	64	24,25	6,59	,824	2,739	113	,007*
	Erkek	51	20,94	6,22	,871			
Öfke İçte	Kadın	64	18,29	4,84	,605	,928	113	,355
	Erkek	51	17,49	4,34	,608			
Öfke Dışta	Kadın	64	18,84	4,66	,582	1,836	113	,069
	Erkek	51	17,21	4,80	,672			
Öfke Kontrol	Kadın	64	19,45	4,61	,577	,135	113	,893
	Erkek	51	19,33	4,82	,675			

\*P<0,05

Tablo 4'te görüldüğü gibi, örnekleme oluşturan antrenörlerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzları ait puanlarının antrenörlerin cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla gerçekleştirilen bağımsız grup t testi sonucunda, sürekli öfke boyutunun cinsiyet değişkenine göre aritmetik ortalamaları arasındaki fark istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ( $t=-2,739$ ;  $p<.05$ ). Söz konusu farklılık kadın antrenörler aleyhine gerçekleşmiştir.

#### 4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Antrenörlere uygulanan Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarz Ölçeği (KVÖ) sonuçları ve üzerinde yapılan açıklamalar aşağıda sunulmuştur.





Sonuçlar doğrultusunda;

Genel anlamda antrenörlerin sürekli öfke düzeylerinin düşük seviyede olduğu anlaşılmaktadır. Buna göre antrenörlerin öfkeli olmadıkları sonucuna varılabilir. Öfke ifade tarzları açısından öfke dışı vurma ve öfke içte seviyelerinin düşük olduğu anlaşılmaktadır. Buna göre katılımcıların öfkelerini bastıra bildikleri ve öfkelerini kolayca ifade edebildikleri sonucuna varılabilir. Ayrıca yüksek seviyede öfke kontrollüne sahip olmaları da dikkat edilmesi gereken bir diğer konudur. Antrenörlerin doğal bir davranış olan öfke davranışlarını kontrol altında tutuyor olmaları sonucuna varılabilir. Nas ve diğ. (2016) futsalcılarla yapmış olduğu çalışmanın sonuçlarına göre sürekli öfke ve öfke alt boyutlarından öfke içe, öfke dışı düşük seviyede olması mevcut çalışmayı destekler nitelikte olduğu anlaşılmaktadır. Temel ve ark. (2018) okul sporlarına katılan lise öğrencilerinin öfke düzeylerinin belirlenmesi isimli çalışmasına göre ergenlerin toplam öfke düzeyi ve öfke alt boyutlarından araçsal öfke ve tepkisel öfke düzeylerinin düşük seviyede olması mevcut çalışmayı desteklerken, öfke kontrol düzeylerinin mevcut çalışmaya göre düşük seviyede olması mevcut çalışmayı desteklemediği anlaşılmaktadır. Yine Temel'in (2015) de öğretmenler üzerine yapmış olduğu çalışma sürekli öfke puan ortalamasının , içe vurulan öfke puan ortalamasının orta seviyede olması mevcut çalışmayı destekler nitelikte olmadı anlaşılırken, dışı vurulan öfke puan ortalamasının (Ort.=15.31) ise düşük denilebilecek oranda olması nedeniyle paralellik gösterdiği söylenebilir.

Araştırmaya katılan antrenörlerin hizmet yılı, yaşamının çoğunu geçirdiği yerleşim yeri, baba ve anne eğitim durumu, spor yapma durumu ve spor türü açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı anlaşılmıştır. Nas ve diğ.'nin (2016) futsalcılarla yapmış olduğu çalışmanın sonuçlarına göre baba eğitim durumu açısından istatistiksel anlamda bir farkın olması mevcut çalışmayı desteklemezken, anne ve baba eğitim durumu açısından ise anlamlı bir farkın oluşmaması mevcut çalışmayı destekler nitelikte olduğunu göstermektedir. Temel ve ark.'nın (2015) yapmış olduğu çalışmada; araştırma kapsamına alınan öğretmenlerin sürekli öfke ve öfke ifade tarzı alt boyutlarından içe vurulan öfke boyutunda öğretmenlerin eğitim durumu değişkenine göre anlamlı bir fark bulunması yapılan çalışmayla paralellik göstermediği anlaşılmaktadır. Akpınar ve ark.'nın (2012), beden eğitimi ve spor yüksek okulu öğrencilerinin sürekli öfke ve öfke ifade tarzlarının incelenmesi konulu çalışmasında dışı vurulan öfkede yaş değişkenine göre anlamlı bir fark bulunması yapılan çalışmayla paralellik gösterdiğini, fakat içe vurulan öfkeyle ilgili her hangi bir fark bulunamaması ise yapılan çalışmayla paralellik göstermediği sonucuna varılabilir. Temel ve ark.'nın (2017) Üniversite spor şenlikleri içerisinde yer alan sportif rekreasyon aktivitelerine katılan öğrenciler üzerine yapılan çalışmaya göre öğrencilerin düşük seviyede sürekli öfke, öfke içe ve dışı düzeylerine sahip olmaları mevcut çalışmayı destekler nitelikte bir çalışma olduğu anlaşılmaktadır.

Araştırmaya katılan antrenörlerin sürekli öfke ve öfke ifade tarz düzeyleri incelendiğinde; cinsiyet değişkeni açısından anlamlı bir fark bulunmuştur. Bu farklılık sürekli öfke düzeyinde olduğu anlaşılmaktadır. Buna göre, kadın antrenörlerin erkek antrenörlere göre sürekli öfke düzeyleri açısından yüksek seviyede oldukları sonucuna varılabilir. Bununla beraber kadınlara erkeklerle oranla birden çok rollere bürünmeleri kişi üzerinde önemli bir etkisinin olduğu söylenebilir. Bostancı ve ark.'nın (2006) yapmış olduğu bir çalışmaya göre öfkenin belirtileri yönünden kızlar ve erkekler arasında fark bulmamış olması mevcut çalışmayı destekler nitelikte olmadığı anlaşılmıştır.

#### KAYNAKÇA

Akpınar, S., Temel, V. and Nas, K.(2012). Determination of students' trait anger and anger expression styles who are studying at physical education and sports high school. *Prime journal of social science(PJSS)*, Vol.1(3), pp.46-50.  
Bridewell, B.W. and Change, E.C. (1997). Distinguishing between anxiety, depression and hostility: relations to anger-in, anger-out and anger control. *Personal Individual Differences*, 22(4), 587-590.



- Bostancı, N., Çoban, Ş., Tekin, Z. ve Özen, A. (2006). Üniversite öğrencilerinin cinsiyete göre öfke ifade etme biçimleri. *Kriz Dergisi*, 14(3): 9-18.
- Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Gür, A. (2001). *Özürülülerin sosyal yasama uyum süreçlerinde sportif etkinliklerin rolü*. Ankara: T.C. Başbakanlık Özürülüler Dairesi Başkanlığı Yayınları, 16.
- Karagün, E., Çağlayan, Ç. (2014). Sporcuların Şiddete Maruz Kalma Durumları ile Öfke Düzeylerinin Değerlendirilmesi. *Kocaeli Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, Sayı:28 Sayfa: 113-127, Kocaeli.
- Novaco, R. W. (1975). *Anger control: The development evaluation of an experimental treatment health and company*. Lexington Books.
- Nas, K., Birol, S.Ş., Temel, V. (2016). Futsalcuların Öfke Tarzlarının Bazı Değişkenler Açısından Belirlenmesi. İnönü Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, 2016, 3(1), 10-22.
- Özdinç, O. (2005). Çukurova Üniversitesi Öğrencilerinin Sporun Ve Spora Katılımın Sosyalleşmeyle İlişkisi Üzerine Görüşleri. *Spor Metre Dergisi*, Cilt:3, Sayı:2., 77 -78, Ankara.
- Savaşır, I. & Şahin N.H. (1997). *"Bilişsel Davranışçı Terapilerde Değerlendirme: Sık Kullanılan Ölçekler"*, Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Soykan, Ç. (2003). Öfke ve öfke yönetimi. *Kriz Dergisi*, 11 (2), 19-27.
- Temel, V., Akpınar, S., Birol, S.Ş., Nas, K. ve Akpınar, Ö. (2015). Öğretmenlerin bazı değişkenler açısından öfke düzeylerinin ve tarzlarının Belirlenmesi. *Uluslar arası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, Cilt: 8 Sayı: 40, Volume: 8 Issue: 40.
- Temel, V. (2015). Beden Eğitimi Öğretmenlerinin, Problem Çözme Becerileri, Karar Verme Stilleri ve Öfke Tarzları. Yayınlanmamış
- Temel, V., Birol, S.Ş., Akpınar, S. ve Nas, K. (2017). Öğrencilerin Karar Verme Düzeyleri İle Sürekli Öfke ve Öfke İfade Tarzlarının Belirlenmesi. *Uluslararası Anadolu Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt: Ağs., Sayı:3 .
- Temel, V. & Nas, K. (2018). Okul Sporlarına Katılan Lise Öğrencilerinin Öfke Düzeylerinin Bazı Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, Cilt:20, Sayı:1. Doktora Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon.
- Yılmaz, N. (2004). *Öfke ile başa çıkma eğitiminin ve grupla psikolojik danışmanın ergenlerin öfke ile başa çıkabilmeleri üzerindeki etkileri*. Yayınlanmamış doktora tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Zorba, E. (1999). *Herkes için spor ve fiziksel uygunluk*. Ankara: GSGM Eğitim Dairesi Yayınları.