

T.C.
NİĞDE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

ÜNİVERSİTELER ARASI TÜRKİYE ŞAMPİYONASINA KATILAN
GÜREŞÇİLERİN ATILGANLIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ VE
BAŞARILARI İLE İLİŞKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Hazırlayan
SELİM ŞAHİN

Niğde-2011

T.C.
NİĞDE ÜNİVERSİTESİ
SOSYAL BİLİMLER ENSTİTÜSÜ
BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR ANA BİLİM DALI

ÜNİVERSİTELER ARASI TÜRKİYE ŞAMPİYONASINA KATILAN
GÜREŞÇİLERİN ATILGANLIK DÜZEYLERİNİN BELİRLENMESİ VE
BAŞARILARI İLE İLİŞKİSİNİN ARAŞTIRILMASI

Yüksek Lisans Tezi

Hazırlayan
Selim ŞAHİN

DANIŞMAN
Yrd. Doç. Dr. Cemal Berkan ALPAY

Niğde-2011

ONAY SAYFASI

Yrd.Doç.Dr. CEMAL BERKAN ALPAY danışmanlığında SELİM ŞAHİN tarafından hazırlanan “Üniversitelerarası Türkiye Şampiyonasına Katılan Güreşçilerin Atılganlık Düzeylerinin Belirlenmesi ve Başarıları ile İlişkisinin Araştırılması” adlı bu çalışma jürimiz tarafından Niğde Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR Anabilim Dalı BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR Bilim Dalında Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

27.05.2011

JÜRİ :

Danışman : Yrd.Doç.Dr. C. Berkan ALPAY

Üye : Doç. Dr. Muhsin HAZAR

Üye : Yrd. Doç. Dr. Ünal KARLI



ONAY :

Bu tezin kabulü Enstitü Yönetim Kurulu'nun Tarih ve sayılı kararı ile onaylanmıştır.

/ /

Prof. Dr. Selen DOĞAN
Enstitü Müdürü

ÖZET

Bu çalışmanın amacı, güreş sporu yapan ve üniversite okuyan elit düzeydeki erkek ve kadın güreşçilerin bireysel başarıları ile atılganlık düzeylerinin incelenmesidir.

Araştırmanın evrenini; Türkiye'deki farklı üniversitelerde okuyan güreş sporuyla ilgilenen ve 2009-2010 sezonunda üniversiteler arası Türkiye şampiyonasına katılan sporcular oluşturmaktadır.

Araştırmanın örneklemini ise; 17 – 40 yaş arası üniversiteler Türkiye şampiyonasına katılan Serbest stilde 46 erkek sporcu, Grekoromen stilde 30 erkek sporcu ve kadınlar serbest stilde mücadele eden 18 kadın güreşçi oluşturmaktadır. İlk olarak araştırmanın amacına ilişkin mevcut bilgiler, literatürün taranmasıyla sistematik bir şekilde verilmiştir. Böylece konu hakkında teorik bir çerçeve oluşturulmuştur. İkinci olarak araştırmanın amacına ulaşmak için araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu, Rathus(1973) tarafından geliştirilen, voltan(1980) tarafından Türkçeye uyarlanması yapılan atılganlık envanteri tesadüfî örneklem yoluyla erkek ve kadın güreşçilere uygulanmıştır.

Verilerin çözümlenmesinde t Testi uygulanırken, gruplar arası farkları belirleyebilmek içinde Kruskall Wallis testi kullanılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde ve hesaplanmış değerlerin bulunmasında SPSS (Statistical Package For Social Sciences) paket programı kullanılmıştır.

Anahtar kelimeler: Güreşçi, Atılganlık, Derece

ABSTRACT

THE DETERMINATION OF THE WRESTLERS ASSERTIVENESS LEVELS AND ITS RELATIONSHIP WITH THEIR ACHIEVEMENT LEVEL WHO ATTENDED TO TURKEY CHAMPIONSHIP AMONG THE UNIVERSITIES

The aim of this study is to examine the individual successes and initiative levels of elite male and female wrestlers who are doing wrestling sport and studying at university.

The universe of the research consists of the sports people interested in wrestling sport who are studying at various universities of Turkey and attended to the inter university Turkey championship in 2009-2010 season.

The samples of the research contain 46 sportsmen and 18 sportswomen in free style and 30 sportsmen in Greco-Roman style at the ages 17-40 who are attendees of inter university Turkey Championship. First current information regarding the goal of the study are given systematically by scanning the literature. Thus, a theoretical framework about the subject is formed. Second, the personal information questionnaire formed by the researcher in order to reach to the goal of the research is applied to male and female wrestlers through the initiative inventory random sample that is developed by Rathus (1973) and transcribed to Turkish by Voltan (1980)

While t test is applied in analyzing the data, Kruskal Wallis test is used for determining the differences between the groups. SPSS (Statistical Package for Social Sciences) package program is used for determining the data and finding the computed values.

Key Words=Wrestler, Boldness, success

ÖNSÖZ

Yaptığımız çalışmada; Güreş yapan üniversiteler Türkiye şampiyonasına katılan bay ve kadın elit düzeydeki güreşçilerin farklı değişkenlerinde bireysel başarıları ile atılganlık düzeyleri karşılaştırılmıştır.

Araştırma süresince engin bilgilerinden yararlandığım hocam Sayın Doç. Dr. Muhsin Hazar'a ve çalışmamın şekillenmesinde bana katkı sağlayan değerli hocam Yrd. Doç. Dr. Bülent Aksoy'a ayrıca; danışmanım Sayın Yrd. Doç. Dr. Berkan Alpay'a yardım ve desteklerinden dolayı sonsuz teşekkürlerimi ve saygılarımı sunarım.

Selim ŞAHİN

Niğde-2011

İÇİNDEKİLER

ÖZET	iii
ABSTRACT	iv
ÖNSÖZ	v
İÇİNDEKİLER	vi
TABLolar DİZİNİ	viii
GİRİŞ	1
1.1 Problem	1
1.2 Tezin Amacı	1
1.3 Tezin Önemi	2
1.4 Varsayımlar	2
1.5 Sınırlılıklar	3
1.6 Tanımlar	3
1.6.1. Kavram Olarak Atılğanlık	3
1.6.2. Atılğan Davranış Tarzının Öğeleri	4
1.6.3. Atılğanlık ve Kültürel Farklılık	6
1.6.4. Atılğanlık Eğitimi	7
1.6.5. Atılğanlık İle İlgili Yapılan Çalışmalar	8
1.6.5.1. Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar	8
1.6.5.2. Yurt İçinde Yapılmış Çalışmalar	10
2. YÖNTEM	12
2.1 Araştırmanın Modeli	12
2.2 Evren ve Örneklem	12
2.3 Verilerin Toplanması	13
2.4. Kullanılan Materyaller	13
2.4.1. Rathus Atılğanlık Envanterinin Özellikleri	13
2.4.2. RAE'nin Puanlanması	14
2.4.3. Rathus Atılğanlık Envanterinin Geçerliliği	14
2.4.4. Rathus Atılğanlık Envanterinin Türkiye'deki Geçerlik Çalışması	15
2.4.5. Rathus Atılğanlık Envanteri'nin (RAE) Güvenirliği	15
2.4.6. Rathus Atılğanlık Envanterinin Türkiye'deki Güvenirlik Çalışması	16
3. BULGULAR VE YORUMLAR	17
4. TARTIŞMA VE SONUÇ	23

4.1 Öneriler	25
KAYNAKÇA	27
EKLER	32

TABLULAR LİSTESİ

- Tablo 1 . Erkek sporcuların yaş, sıklet ve atılgnlık ortalama değeri
- Tablo 2 Erkek Sporcuların kategori değışkenine göre yaş, sıklet ve atılgnlık ortalama değeri
- Tablo 3 Erkek Sporcuların atılgnlık puanlarının kategori değışkenine göre farklılığı için t-Testi Sonuçları
- Tablo 4 Erkek sporcuların kategori farkı gözetmeksizin atılgnlık puanlarının Türkiye Şampiyonasında alınan derece değışkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis Testi Sonuçları
- Tablo 5 Erkek sporcuların kategori farkı gözetmeksizin atılgnlık puanlarının herhangi bir uluslar arası derece değışkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis Testi Sonuçları
- Tablo 6 Kadın sporcuların yaş, sıklet ve atılgnlık ortalama değeri
- Tablo 7 Kadın sporcuların atılgnlık puanlarının Türkiye Şampiyonasında alınan derece değışkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis Testi Sonuçları
- Tablo 8 . Kadın sporcuların atılgnlık puanlarının herhangi bir uluslar arası derece değışkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis Testi Sonuçları
- Tablo 9 Sporcuların atılgnlık puanlarının cinsiyet değışkenine göre farklılığı için t-Testi Sonuçları
- Tablo 10 Erkek serbestçilerle, kadın serbestçilerin atılgnlık puanlarının cinsiyet/kategori değışkenine göre farklılığı için t-Testi Sonuçları
- Tablo 11 . Erkek grekoromencilerle, kadın serbestçilerin atılgnlık puanlarının cinsiyet/kategori değışkenine göre farklılığı için t-Testi Sonuçları
- Tablo 12 Türkiye Şampiyonasında ilk üçe giren sporcuların atılgnlık puanlarının Cinsiyet değışkenine göre farklılığı için t-Testi Sonuçları
- Tablo 13 Uluslararası müsabakalarda dereceye giren sporcuların atılgnlık puanlarının cinsiyet değışkenine göre farklılığı için Mann-Whitney U Testi Sonuçları

1.GİRİŞ

İnsanlar yaşam boyu çeşitli davranışlar sergilerler. Her davranışın gerisinde giderilmeye çalışılan ihtiyaç veya ihtiyaçlar vardır.

Atılganlığa bakacak olursak; evrensel bir özellik olmayıp, kişiye ve duruma göre değişmektedir. Bireysel ve kültürel farklılıklar önemli rol oynamaktadır. Özgüven ve özdenetim kazanmak için değerli bir araç olmakla birlikte her şeyin çözümü değildir. Atılgan kişiler, az kelime ile ne istediklerini kesin ve anlaşılır bir biçimde belirtirler. Olumlu ve olumsuz duygularını dürüst ve uygun şekilde ifade ederler. Kendileri ve başkaları hakkında genellikle iyi şeyler düşünürler. "Ben" dilini kullanırlar. Etkili, sağlıklı ve uyumlu etkileşime girebilirler. İletişimlerinde duyarlı ve hoşgörülüdürler. Stresle daha etkili başa çıkarlar.

Sporcunun başarılı olmasında önemli unsurlardan biriside sporcunun kendini bulmasıdır. Birey eksik yanlarını ya da bulunduğu çevredeki başarısızlıklarını sporla telafiye yönelebilir. Buna ek olarak herkeste bir kendini tanıma, sınama, bulma gereksinimi vardır. Birey sporda bu olanağı bulabilir. Sporda kurallar manzumesine uyularak yaşanan yarışma ve mücadele ortamı bireyin kendini kanıtlamasına fırsat verir.(Kuru 2005,s.45)

Bu araştırmanın konusu, güreş sporu yapan üniversite düzeydeki güreşçilerin bireysel başarıları atılganlık düzeylerinin incelenmesidir.

Bu çalışma, güreş sporu yapan bireylerin atılganlık düzeylerinin tespit edilerek, bu bağlamda güreş antrenörlerine hazırlayacakları antrenman plan ve programlarında ışık tutması yolu ile Türk güreşçilerinin uluslararası alanda başarılarına katkı sağlamak amacıyla hazırlanmıştır.

1.1. Problem

Bu araştırmanın konusu, Türkiye Üniversite Sporları Federasyonu bünyesinde müsabakalara katılan belli bir spor geçmişi olan erkek ve kadın güreşçilerin başarıları ile atılganlık düzeylerinin incelenmesidir.

1.2. Tezin Amacı

Araştırma kapsamına giren erkekler serbest, grekoromen ve kadınlar serbest kategorideki güreşçilerin atılganlık düzeylerinin bireysel başarılarına etkisinin

araştırılması amaçlı yapılan bu çalışmanın alt problemleri aşağıdadır:

Erkek ve kadın güreşçilerin bireysel başarıları ile atılganlık düzeyleri arasında ilişki var mıdır?

Güreş yapan kadın (serbest) ve erkek (serbest-grekoromen) sporcuların bireysel başarıları ile atılganlık düzeyleri arasında ilişki var mıdır?

Serbest ve Grekoromen stilde güreş yapan erkek sporcuların atılganlık düzeyleri arasında ilişki var mıdır?

1.3. Tezin Önemi

Her sporcunun bireysel başarısı ve psikolojik yapısı farklılık göstermektedir. Günümüzde yaygın olarak kullanılan atılganlık gibi sözcüklerin iyi bilinmesi ve bunun antrenörler veya spor adamları tarafından uygulanması gerekmektedir. İnsanların ihtiyaçları sonsuz ve sınırsızdır. İnsanlar sonsuz ve sınırsız ihtiyaçlara göre yeni istek ve taleplerde bulunma ihtiyacı gösterirler. İnsanların ihtiyaçlarının karşılanması süreklilik ve aşamalılık ister. İhtiyaçlar karşılandıkça insanların beklentilerinde ve taleplerinde artışlar görülmeye başlar.

Çalışmamızda güreş sporu yapan erkek ve kadın sporcularda atılganlık seviyesi incelenerek, atılganlık düzeyinin başarı seviyesi ile ilişkisi incelenecektir.

1.4. Varsayımlar

Araştırmada şu temel sayıtlılardan hareket edilmektedir;

- * Seçilen örneklem grubunun evreni temsil etmede yeterli olduğu,
- * Örneklem grubuna uygulanan anketlerin geçerli ve güvenilir olduğu,

*Anketlerin örneklem grubunu oluşturan sporcular tarafından içtenlikle yanıtlandığı,

- * Kaynaklardan elde edilen bilgilerin gerçeği yansıttığı,

*Uygulanan istatistiksel yöntem ve bilgisayar değerlendirmelerinin geçerli ve güvenilir olduğu varsayılmaktadır

1.5. Sınırlılıklar

Araştırma; Türkiye’deki farklı il ve kulüplerde güreş sporuyla ilgilenen ve 2009-2010 sezonunda üniversiteler arası Türkiye şampiyonasına katılan erkekler serbest-grekoromen ve kadınlar serbest kategorideki sporcular ile sınırlandırılmıştır.

Bu araştırmada güreşçilerin atılganlık düzeylerinin incelenmesi ile sınırlandırılmıştır.

Bu araştırmada; rathus atılganlık envanterinin ölçtüğü atılganlık puanları ile sınırlandırılmıştır.

1.6.Tanımlar

1.6.1. Kavram Olarak Atılganlık

İngilizce “assertiveness” kavramının karşılığı olarak kullanılan “atılganlık” kavramı literatürde, kişiler arası ilişkilerin ve etkileşimin sağlıklı olabilmesine olanak tanıyan, başkalarının haklarına saygılı olmayı ve bireyin duygu, inanç ve düşüncelerini doğrudan, içtenlikle ve açıkça anlatımını içeren bir davranış biçimi olarak tanımlanmaktadır (Jakubowski & Lange, 1978). Lazarus (1973) atılganlığı, birbirini tamamlayan dört özelliğin oluşturduğu bir davranış biçimi olarak tanımlamış; bu özellikleri şöyle sıralamıştır (Akt: Saruhan, 1996),

- “Hayır” diyebilme özelliği,
- İsteyebilme, ricada bulunabilme yeteneği,
- Olumlu ve olumsuz duyguları ifade edebilme yeteneği,
- Bir davranışı başlatabilme, sürdürebilme ve sona erdirebilme yeteneğidir.

Kandell (1997) ise; atılganlığı kişinin diğerlerinin haklarına tecavüz etmeden istek, ihtiyaç ve temel haklarını rahatça ifade edebilmesi olarak tanımlamıştır (Akt: Görüş, 1999).

Voltan (1980), İngilizce’de “assertiveness” sözcülüğünün karşılığı olarak kullanılan atılganlık kavramının Türkçede tam karşılığının bulunmadığını belirterek, “girişken, kendini ortaya koyan” sözcükleriyle kısmen ifade edilebileceğini bildirmiştir.

Atılgan davranış tarzı Gordon (1970)’a göre, her birey için iletişim kurarken çevik ve dik bir duruş sağlayabilmeyi, özgüveni gösteren el ve vücut hareketlerini

içeren açık bir konuşma tarzı ile kendini ifade edebilmeyi, iletişim kurduğu insanı başka meşguliyetleri bırakıp aktif olarak dinleyebilmeyi, düşüncelerin ifade edilmesinde hayır demeyi, becerebilmeyi içeren bir davranış profilidir (Akt: Görüş, 1999).

Alberti ve Emmons (1970), her kişinin içinde bulunduğu bir durumla ilgili olarak, nasıl davranacağını seçebilme yeteneğine sahip olduğunu belirtmişlerdir. Eğer kişide aşırı kendini tutma tepkisi gelişmişse, duruma uygun tepkiyi seçemeyeceğini ileri sürmüşlerdir. Diğer yandan kişinin tepkileri saldırganlık olarak gelişmişse, birey diğer insanları incitmeksizin amaçlarını gerçekleştirememektedir. Alberti ve Emmons (1970), bu düşünceye dayanarak üç çeşit davranış biçiminden söz etmişlerdir;

Çekingen davranış (nonassertive behavior); Kişini kendi haklarından vazgeçmesi, diğer bir ifadeyle kişini kendi haklarını elde etmekten kaçınmasıdır.

Saldırgan davranış (aggressive behavior); Kişinin diğer kişilerin haklarını kabul etmemesi, diğerlerinin haklarını reddetmesidir.

Atılgan davranış (assertive behavior) ise; kişinin kendi ve diğer kişilerin haklarını kabul etmesidir.

1.6.2. Atılgan Davranış Tarzının Öğeleri

Atılgan davranış tarzı Gordon (1970)'a göre, her birey için iletişim kurarken çevik ve dik bir duruş sağlayabilmeyi, özgüveni gösteren el ve vücut hareketlerini içeren açık bir konuşma tarzı ile kendini ifade edebilmeyi, iletişim kurduğu insanı başka meşguliyetleri bırakıp aktif olarak dinleyebilmeyi, düşüncelerin ifade edilmesinde hayır demeyi becerebilmeyi içeren bir davranış profilidir (Akt: Görüş, 1999).

Atılgan davranış tarzını sistemli bir şekilde inceleyen davranış bilimciler, atılgan bir eyleme katkıda bulunan birkaç önemli öğe olduğu sonucuna varmışlardır. Araştırmacıların ele aldıkları öğeler aslında sağlıklı iletişim için temel teşkil etmektedir. Alberti ve Emmons (2002) da etnik ve kültürel faktörlerin atılganlık üzerindeki etkisini göz önünde bulundurulması gerektiğini hatırlatarak atılgan denilebilecek bir eylemdeki temel öğeleri şöyle sıralamışlardır;

Göz teması: Bireyin konuşurken nereye baktığı çok önemlidir. Konuşulan kişiyle göz teması kurmak konuşmadaki içtenliği ifade eder, ona saygı duyulduğu anlamına gelir ve söylenenleri daha etkili kılar. Sürekli başka tarafa bakmak ya da gözleri kaçırmak karşıdaki kişinin ciddiye alınmadığını ya da kendisine güvenilmediğini düşünmesine sebep olabilir. Öte yandan çok ısrarlı bakmak karşıdaki kişiye rahatsızlık verebilir.

Vücut duruşu: Bir kimseyle konuşurken bunu karşılıklı yapmak yüzle birlikte vücudu da muhabata çevirmek gerekmektedir. İletişim kalitesini arttırmak için, karşıdaki insanın yapısına göre oturmak veya ayakta durmak da anlamlılık kazanabilir. Örneğin; uzun boylu yetişkin ile küçük bir çocuk arasındaki iletişimde yetişkinin eğilip konuşması çocuğun istekliliğini de artırır. Fakat kişinin hakkını savunmasını kendisini ifade etmesini gerektiren yerlerde durum farklılaşabilir.

Mesafe / Fiziksel temas: Kültürel ve sosyal anlamda her toplumda, yakınlık ve temasa farklı anlamlar yüklediği gözlenmektedir. İklimsel açıdan bile değerlendirildiğinde, karşılıklı konuşmada aradaki mesafenin soğuk iklimli bölgelerde daha çokken, sıcak bölgelerde daha az olduğu görülmektedir. Örneğin; Avrupa ülkelerinde cinsiyet fark etmeden fiziksel mesafenin kısa olması ve kucaklama yadırganmazken, Müslüman ülkelerde farklı cinsiyetler arasında bu tarz iletişim kabul görmeyebilmektedir.

El ve vücut hareketleri: İletişimde uygun el ve vücut hareketleriyle konuşmayı desteklemek, mesajı açıklık ve sıcaklık katabilmektedir. Ayrıca; konuşmacının açık, kendine güvenli ve spontan olduğunu göstermektedir. Genelde kültürle ilişkilendirilen el kol hareketliliğinin, anlatılan şeyin içeriğine derinlik ve güç kattığı da kabul edilmektedir.

Yüz ifadesi: İletilen mesajın etkili olması için iletenin yüz ifadesinin de ona uygun olması gerekmektedir. Bir dostla sohbet ederken kaşları çatmanın uygun kabul edilmemesi gibi, yüz ve kelimelerin de aynı şeyi ifade etmesi gerekmektedir.

Ses tonu (iniş, çıkış, yükseklik): Her birey için iyi ayarlanmış bir ses tonu hem ikna edici hem de ürkütücülükten uzaktır. İnişsiz, çıkışsız bir fısıltı ile konuşulduğunda ciddiye alınmayabilen kişi, bağırdığı zaman ise; muhabatı savunmaya geçirip iletişimi sekteye uğratabilmektedir. Bu durumda sesi üç boyutta düşünüp; sesin tonunu (yumuşak yada öfkeli), vurgusunu yada iniş -çıkışını ve yüksekliğini kontrol etmek gerekmektedir.

Akıcılık : Her türlü iletişimde söylemek istenilen şeyin karşı tarafça anlaşılması için akıcı bir konuşma yapmanın çok daha etkili olduğu gözlenmiştir. Akıcı konuşma egzersizlerinde kıstas olarak belirlenen otuz saniye süreyle duraklamaksızın spontan konuşmak iyi bir başlangıç olarak kabul edilmektedir.

Zamanlama: Atılğan davranış, gerektiği zaman yerinde yapılırsa işlevsel olmaktadır.

Dinleme: Atılğan bir dinleme yapmak, diğer insanlarla aktif olarak ilgilenmeyi gerektirmektedir. İletişimde dinlemek, diğer insana olan saygının ifadesi olarak kabul edilmektedir. Başka meşguliyetleri bir kenara bırakarak, mümkünse göz teması kurarak, işittiğini göstermek için başıyla onay vererek, hemen yorum yapmadan anlamaya çalışarak dinlemek; atılğan dinlemeyi ifade eden öğrenilebilir bir beceridir.

Düşünceler: Atılğanlığın doğrudan gözlenmesi mümkün olmayan bir ögesi de düşünme süreci olarak kabul edilmektedir. Bu süreci New Yorklu psikolog Albert Ellis A-B-C olarak şıklara indirgemıştır. (A)'da olay oluşmakta; (B)'de kişi bunu görüp içsel olarak yorumlamakta, (C)'de ise, kişi tepki göstermektedir. Kişisel gelişimde de ele alınan temel faktörlerden biri olan B şikkı, yani algılama ve düşünce süreci işin en karışık kısmıdır. Temelinde, kişinin atılğan davranış göstermesini, kendini ifade etmesini engelleyen olumsuz düşünce kalıplarını kaldırmaya yönelik bir çaba bulunmaktadır.

İçerik: Dürüst ve spontan ifadenin ön plana çıktığı atılğan eylemlerde, içerik çok daha geri planda kalmaktadır. Atılğan olabilmek için; kültürel ortamı da göz önünde bulundurarak neyin, kime ve nasıl söylenildiğine dikkat edip mutlaka doğru ve iyi seçilmiş sözcüklerle bireyin kendisini ifade etmesi gerekmektedir.

1.6.3. Atılğanlık ve Kültürel Farklılık

Atılğanlık üzerine yapılan araştırmalarda göz önünde bulundurulmuş temel özelliklerden biri kültürel farklılıklardır. Yapılan incelemelere göre; atılğanlık kültürel yapıya bağlı olarak kabul gören ve uygulanan bir davranış biçimidir. Özellikle, batı ülkelerindeki yayınların çoğunda atılğanlığın, gerektiğinde uygun bir eğitimle değerlendirilebilecek öğrenilmiş, kültür bağımlı tutum ve sosyal beceriler ürünü olan olumlu bir davranış örüntüsü olduğu görüşü benimsenmiştir (Erkal,1990). Bu durum

özellikle Asya toplumlarında; kültürel farklılık neticesinde, içinde buldukları ülkelerin normlarına uygun bir biçimde cesaretlendirilmediği gibi hoşgörüyü bile karşılanmayabilmektedir.

Furnham (1979), atılganlığın tamamen kültürel özelliklerle alakalı olduğunu savunmuş; özellikle doğu kültüründe, kadınların tam bir itaat etme ve boyun eğme zorunluluğu taşıdığını ileri sürmüştür. Ona göre; bireyciliği ve yarışmayı teşvik eden kültürlerde yetişen bireyler, kolektivist ve itaat etmeyi onaylayan kültürlerde yetişen bireylerden daha atılgan olmaktadır.

Latin ve İspanyol toplumlarında ise; birçok birey ve alt grup “maçoluk” görüşünü o kadar önemsemiş ve vurgulamıştır ki, tanımlanan biçimi ile atılganlık; özellikle erkekler için neredeyse uysallık ile eşdeğer görülmektedir. Bu durumda, erkeğin kendini ifadesi bir nevi güç gösterisi haline gelmiş tir (Alberti ve Emmons, 2002).

Yapılan araştırmalar doğrultusunda, atılganlığın kabul edilebilirlik düzeyinin kültürle içiçe olduğu görülmektedir. Günümüzde kendi kültürümüz çerçevesinde atılganlığı değerlendirdiğimizde; değişen yaşam koşulları ve toplumsal değer sistemleri neticesinde atılganlığın bazı öğelerinin toplum tarafından biraz daha kabul edilebilir, uygulanabilir duruma geldiği düşünülmektedir.

1.6.4. Atılganlık Eğitimi

“Literatürde “atılganlık eğitimi” kavramı, davranışı değiştirme tekniklerinin özel bir türü olarak tanımlanmaktadır. Kişiye diğerleriyle rahat ilişki kuilme ve sürdürebilme becerisini sağlayan bir terapi tekniği olarak da ifade edilmektedir. (Jakubowski ve Lange, 1978). Bu teknikle ilgili deneysel çalışmaların öncülüğünü Lazarus (1966) yapmıştır. Uygulamalı çalışmada atılganlık düzeyi düşük deneklere atılganlık düzeylerini yükseltmeleri için davranışın önceden denenmesi, telkin ve güdümsüz terapi yöntemleri üç ayrı grup halinde uygulanmış, davranışın önceden prova edildiği gruptaki değişme oranının diğer gruplara göre daha fazla olduğu tespit edilmiştir. Rathus (1973) ise; atılganlık düzeyi düşük olan bireylere verilen atılganlık eğitiminden sonra, bireyin kazandığı atılgan davranışın öğelerini incelemiş; ses tonu, duruş biçimi, konuşmanın akıcılığı, gözle iletişim ve yüz ifadesinde değişiklikler olduğunu gözlemiştir(Akt: Erkal, 1990).

Alberti ve Emmons (2002), atılganlık eğitimi ve atılgan davranış biçimleri hakkında on önemli noktayı şöyle sıralamıştır;

- Kendini ifadeye dayalıdır.
- Başkalarının haklarına saygı göstermektir.
- Dürüstlüktür.
- Dolaysız ve kesindir.
- Bir ilişkide ilgili her iki tarafın eşitliğine ve yararına güdümlüdür
- Duyguların, hakların, gerçeklerin, görüşlerin, ricaların ve sınırların söze dökülmesidir.
- İletilmek istenen mesaj için göz teması, ses, vücut duruşu, yüz ifadesi, el ve vücut hareketleri, mesafe, zamanlama, akıcılık ve dinleme gibi dil dışı öğelerden yararlanmaktır.
- Evrensel değil, kişiye ve duruma özgüdür.
- Toplumsal sorumluluk üslenmektir.
- İnsanın doğasında yoktur, öğrenilir.

Öğrenme yaşantısının ön plana çıktığı atılganlık eğitiminde kişiye, eğitimle elde edilebilen bir davranış çeşidi olarak atılganca davranış öğretilmektedir. Bu eğitimde danışanda tespit edilen soruna yönelik olarak düşünceleri, duyguları, fikirleri, hisleri “ben” cümleleri ile söylemek, iltifat etmek, kabul etmek, doğal davranmak uyumu olumsuz etkileyen kaygıyı azaltmak, hayır demeyi öğrenmek, soru soilmek, her tür duyguyu ifade edebilmek, sohbete başlayabilmek, devam ettirebilmek, atılganlığı saldırganlıktan ayılmak, kişisel hakların bilincine vailmek ve bunları kabul edip başkalarına aktailmek gibi konular

1.6.5. Atılganlık İle İlgili Yapılan Çalışmalar

1.6.5.1. Yurt Dışında Yapılmış Çalışmalar

Bu alanda ilk inceleme çocuklarda atılgan davranışlar geliştirilmesi ve bunların ölçülmesi ile olmuştur (Chitenden, 1942, 7:1). Çocuklarda gözlenen baskın olma, iş birliği yapma ve çekingen olma davranışlarına değinilmiş, baskın olma özelliklerini törpülemek için oyun tekniği kullanılmış ve eğitilen çocukların daha az baskın olduğu görülmüştür.

Rathus (1973), atılganlık davranış öğeleri (ses tonu, göz teması, duruş v.s.) açısından bireyler eğitim gördüğünde, davranışlarının değişip değişmediğini incelemiş ve sonuçta eğitim görenlerin Rathus Atılganlık Envanterinden aldıkları puanların yükseldiği görülmüştür.

Mc Fall ve Twntyman (1973), gönüllü üniversite öğrencileri üzerinde yaptıkları bir araştırmada, bir isteği, bir ricayı reddedilme davranışını geliştirmeyi araştırmışlar, modelden öğrenme, davranışı prova etme, egzersiz yöntemleri uyguladıkları deney grubunda atılganlık davranışı yönünden kontrol grubuna göre önemli gelişmeler olduğunu saptamıştır.

Hersen ve arkadaşları (1973), atılganlık davranışlarını geliştirmek amacıyla başvurulan alıştırma, öğretim ve modelden öğrenme tekniklerinin etkilerini araştırmışlar ve elde ettikleri sonuçlara göre modelden öğrenme ve öğretim yöntemlerinin birlikte kullanıldığı grubun en yararlı olduğunu ortaya koymuşlardır.

Rimm ve arkadaşları (1974), grupla atılganlık eğitiminin olumlu sonuçlar verdiğini ortaya çıkarmışlardır. Araştırmalar, atılganlık eğitiminin, anti-sosyal bir davranış olan saldırganlığa yol açan öfkenin toplumsal kurallara uygun ve etkili bir şekilde iletiminde yararlı olacağını da belirtmişlerdir.

Avarett ve Mc Monis (1977), dışa dönüklük ve atılganlıkla ilgili kişilik özelliklerini karşılaştırmışlardır. Deneklere dışa dönüklüğü ölçmek için Eysenck Kişilik Envanteri, atılganlığı ölçmek için de Kendini Anlatma Ölçeği verilmiştir. Eysenck Kişilik Envanterinden yüksek puan alanların, Atılganlık ölçeğinden de yüksek puan aldıkları görülmüştür.

Morgan ve Leung (1979), kendilerini yetersiz olarak kabul eden fiziksel özürlü üniversite öğrencileri üzerinde atılganlık eğitiminin etkilerini incelemişlerdir. 18–40 yaşları arasında 9 kadın 5 erkek olmak üzere 14 denek üzerinde çalışılmıştır. Deneysel araştırmada ön-test, son-test kontrol grup modelinden yararlanılmıştır. Atılganlık eğitimi gören ve görmeyen denekler karşılaştırıldığında sosyal etkileşim becerileri, benlik ve benlik saygısı düzeyi ile kendilerini yetersiz olarak kabul eden atılganlık eğitimi verilen bireylerin sayıca arttığı denencelerin analizinden anlaşılmıştır. Çalışmada fiziksel özürlü üniversite öğrencilerinin yeteneksizliğinin kabulünün gelişiminde atılganlık eğitiminin etkili olabileceğini ortaya koymuştur.

Vangaansbeck (1980), çeşitli tepki sınıfları arasında erkeklerle kadınların tepki gösterme açısından farklılık gösterdiklerini belirtmektedir. Erkeklerin mantık dışı istekleri reddetme, olumsuz geri bildirim verme ve başkalarının görüşlerini kabul etmeme tepki biçimiyle atılganlık gösterdikleri tespit edilmiştir. Kadınların ise daha ziyade olumlu geri bildirimini verme yatkınlıklarının erkeklerden daha fazla olduğu bildirilmektedir.

1.6.5.2. Yurt İçinde Yapılmış Çalışmalar

Ülkemizde, atılganlık konusundaki ilk deneysel çalışmayı **Voltan (1980b)** yapmıştır. Voltan çalışmasında, sosyo-ekonomik düzeyi düşük ailelerden ve kırsal kesimden gelen üniversite öğrencileri üzerinde atılganlık düzeylerini tespiti ve grupla atılganlık eğitimini konu almıştır. Atılganlık eğitiminin bireylerin atılganlık düzeylerine etkisinin de incelendiği çalışma sonuçlarına göre; Sosyoekonomik düzeyi düşük ailelerden ve kırsal kesimden gelen Üniversite öğrencilerinin, üst sosyo-ekonomik düzeye sahip, şehirde ikamet eden öğrencilere göre kendini anlatma, isteklerini elde etme, duygularını açığa vurma konularında daha yetersiz oldukları; çekingen kişilik özelliği gösterdikleri ancak atılganlık eğitimi sonucunda atılganlık düzeylerinde artış olduğu tespit edilmiştir.

Topukçu (1982), atılganlık eğitiminin ilkökul çocuklarının atılganlık düzeyine etkisi konulu çalışmasında; atılganlık eğitiminin ilkökul düzeyinde de etkili olduğunu ortaya koymuştur. Topukçu ayrıca, kırsal kesimdeki öğrencilerin, kent kesimine göre kendilerini anlatma, duygularını açığa vurma konularında daha yetersiz olduğunu belirtmiştir.

İnceoğlu ve Ayatar (1987), lise ve üniversite öğrencilerinin atılganlık düzeylerini çeşitli değişkenlere göre karşılaştırmışlardır. Araştırmada lise öğrencileri, üniversite öğrencilerinden daha atılgan bulunmuştur.

Aydın (1991), “Cinsiyet ve Cinsiyet rolleri açısından atılganlık seviyesinin incelenmesi” konulu çalışmasında, üniversite öğrencileri arasında cinsiyetin atılganlığı etkileyen bir faktör olmadığını belirtmiştir.

Atalay (1994), yuva öğretmenlerinin psikolojik ihtiyaç örüntülerini inceleyen bir araştırma yapmıştır. Bu araştırmayla ortaya çıkan sonuçlar şunlardır: Yuva Öğretmenlerinin yaş durumlarına göre psikolojik ihtiyaçları, 18-27 yaş grubu gençleri

gösteriş ihtiyaç puanları yetişkin gruptan anlamlı bir düzeyde farklılık göstermektedir. Yuva Öğretmenlerinin çocuk sahibi olma durumlarına göre psikolojik ihtiyaçları, karşı cinsle ilişki kurma ihtiyacı çocuksuz grup lehine anlamlı bulunmuştur. Yuva Öğretmenlerinin kıdem durumlarına göre psikolojik ihtiyaçları, 6 yıl ve daha fazla yıl kıdeme sahip yuva öğretmenlerinin şefkat gösterme ve sebat ihtiyaç puanları kıdem durumları 6 ve daha az olanlara göre anlamlı bir farklılık göstermektedir.

Saruhan (1996), lise son sınıf öğrencilerinin atılganlıkları ile anne ve baba tutumları arasındaki ilişkiyi incelediği çalışma sonuçlarına göre, atılgan davranış özelliğine sahip deneklerin büyük bir çoğunluğunun anne ve babalarının demokratik tavırda algılayan denekler olduğu, alt ve üst atılganlık seviyesinde ise çoğunlukla anne ve babanın otoriter olarak algılandığı tespit edilmiştir. Ayrıca; sosyo-ekonomik düzeyin atılganlık düzeyi üzerinde önemli bir etkisi olduğu da tespit edilmiştir. Buna göre; atılgan davranış özelliği gösteren deneklerin çoğunluğunun alt sosyo-ekonomik düzeyden geldiği görülürken, atılgan olmayan özellik gösteren denekler ile üst atılganlık seviyesindeki deneklerin çoğunluğunun ise üst sosyo-ekonomik düzeyden geldiği belirlenmiştir.

Kaya (2001), ergen grubunda ele alınan meslek lisesi öğrencileri üzerinde yürüttüğü çalışmasında kız öğrenciler de erkek öğrencilere oranla yüksek düzeyde kaygı ve düşük düzeyde atılganlık tespit etmiştir. Araştırma sonucunu, toplumsal olarak erkeğe çocukluktan itibaren öncelikli olarak verilen cinsiyet senaryosunun hâkim olmasıyla ilişkilendirilmiştir.

İşgör (2003), bir işte çalışan ve çalışmayan ergenler üzerinde yaptığı araştırma sonucuna göre, öğrencilikle birlikte bir işte çalışan ergenlerin çalışmayan ergenlere göre atılganlık düzeylerinin daha düşük olduğunu tespit etmiştir. Bu durumu ise akademik başarılarının da düşük olduğu tespit edilen ergenlerin, benlik imgesinin de düşebileceği, bu nedenle de ergenin atılganlık düzeyini olumsuz etkileyebileceği şeklinde açıklamıştır.

Tataker'in (2003), “Ergenlerin Atılganlık Düzeyleri ile Ruhsal Sorunları Arasındaki İlişki” adlı araştırması sonucunda elde edilen bulgular, öğrencilerin atılganlık ve ruhsal sorun yaşama düzeyleri arasında anlamlı düzeyde ilişkiler olduğu, bireysel ve ailevi faktörlerin öğrencilerin atılganlık ve ruhsal sorun yaşama düzeylerini farklı oranlarda etkilediğini ortaya koymuştur. Araştırmada, öğrencilerin atılganlık ve ruhsal sorun yaşama düzeyleri arasında varsayılan yönde ilişki saptanmış, atılgan olan

öğrencilerin ruhsal sorun yaşama düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur. Sonuçlar, araştırmanın beklentileri doğrultusunda atılganlık düzeyi yükseldikçe bireyin olumlu algılarının yükseldiğini ve ruhsal sorun yaşama düzeyinin düştüğünü göstermiştir.

2. YÖNTEM

Araştırma betimsel bir nitelikte olup, Güreş sporu yapan erkekler serbest, grekoromen ve kadınlar serbest kategorisindeki sporcuların atılganlık düzeyleri ile bireysel başarıları incelenecektir.

Araştırma tarama modelindedir. Tarama modelleri, geniş grupları içeren evrenden seçilmiş bir örneklem grup üzerinde yapılan (Bal, 2001), geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle incelemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve var olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları, herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilmez. Bilinmek istenen şey vardır ve oradadır. Önemli olan, onu uygun bir biçimde gözleyip belirleyebilmektir (Cebeci, 1997; Karasar, 1998). Durum tespiti için araştırmacı tarafından anket kullanılacaktır. Anket araştırmacı tarafından uygulanacağından uygulama sırasında karşılaşılabilecek sorular cevaplandırılabilir.

2.1. Araştırmanın Modeli

Araştırma modeli, araştırmanın amacına uygun ve ekonomik olarak, verilerin toplanması ve çözümlenebilmesi için gerekli koşulların düzenlenmesidir. Bu çalışmada tarama modeli kullanılmıştır. Tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır. Araştırmaya konu olan olay, birey ya da nesne, kendi koşulları içinde ve olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır. Onları herhangi bir şekilde değiştirme, etkileme çabası gösterilemez (Karasar, 2002).

2.2. Evren ve Örneklem

Tarama modelindeki bu araştırmanın evrenini Türkiye'deki farklı il ve

kulüplerde güreş sporuyla ilgilenen ve 2009–2010 sezonunda Üniversiteler arası Türkiye şampiyonasına katılan erkekler serbest-grekoromen ve kadınlar serbest kategorideki sporcular ele alınacaktır. Çalışma evreninin örneklemini belirlerken ulaşılabilir şekilde uygulama yapıldı. Türkiye şampiyonasına katılan serbest stilde 46 erkek güreşçi, grekoromen stilde 30 erkek sporcu, kadınlar serbest stil 18 kadın sporcu evren olmak kaydıyla toplam 94 güreşçi ele alınmıştır. Türkiye şampiyonasına katılan 94 sporcuya anket uygulanmıştır. Uygulanan anketler doğru ve net sonuçlar vermiştir.

2.3. Verilerin Toplanması

Araştırmada üç farklı ölçme aracı kullanılacaktır. Bu araçlardan birincisi, araştırmacı tarafından Güreşçilerin kişisel bilgilerine ulaşmak için geliştirilecek bilgi formudur. İkincisi; Rathus(1973) tarafından geliştirilen, voltan(1980) tarafından Türkçeye uyarlanması yapılan Rathus atılganlık envanteridir. Bu üç envanter örneklem grubuna üç sayfa halinde verilerek doldurmaları sağlanmıştır.

2.4. Kullanılan Materyaller

2.4.1. Rathus Atılganlık Envanterinin Özellikleri

Atılganlığın ölçülmesindeki en büyük sorun onun tanımlanması güç ve kompleks bir kavram olmasıdır.

Atılganlığın kapsamlı bir değerlendirmesini yapabilmek için yeterli bir atılganlık tanımının göz önünde bulundurulması gerekmektedir. içinden çıkılmayacak kadar karmaşık bir iştir.(Alberti&Emmons, 2002). Literatürde atılgan davranışı ölçmek için bir çok ölçek geliştirmiştir. Örneğin; Wolpe-Lazarus Atılganlık Anketini geliştirmişlerdir. Bu anket, evet-hayır kategorilerinden oluşan nominal bir ölçektir (Hersen, Eisler ve Miller, 1973). Bates ve Zimmerman (1971), ‘Constriction Scale’i geliştirerek, sosyal atılganlığın boyutlarını ölçmeye çalışmışlardır. Galassi ve Galassi (1974) elli maddelik beş dereceli ‘‘Kolej kendini Anlatma Ölçeğini’’geliştirmişlerdir (Akt: Voltan, 1981). Yakın geçmişte geliştirilen ölçeklerden biri de, Alberti ve Emmons (2002)’un geliştirdiği atılganlık ölçeğidir.

Literatürde güvenilirlik ve geçerlik açısından en sık kullanılan ölçek ise; Rathus (1973)’un hazırladığı ‘‘Rathus Atılganlık Envanteridir’’Envantere ilişkin bilgiler Rathus tarafından 1973’te Amerika’da geliştirilmiş olup ölçek Voltan (1980) tarafından

Türkçeye uyarlanmıştır. Bu envanter, kişideki davranış normlarının atılganlık derecesini belirtmektedir. Saldırganlık düzeyini ölçmemektedir.

2.4.2. RAE'nin Puanlanması

RAE 30 maddeden oluşan bir ölçektir. Alınan puanlar -90 ile +90 arasında değişmektedir. Birey kendisini her madde için +3'den -3'e doğru değişen 6 dereceli bir ölçekle değerlendirir. Bireylerin alacakları toplam puan +90 ile -90 arasında olup, -90 en yüksek derecede çekingenliği +90 ise en yüksek düzeyde atılganlığı gösterir. +10 puan ve yukarıdaki puanlar atılganlığı belirtir. Seçenekler -3 ile +3 arasında değişmekte ve sıfır noktası bulunmamaktadır. Rathus bunu şöyle açıklamaktadır: Birey bir maddeden + ve - alabilir. Bunun orta noktası yoktur. Yani maddelerde belirtilen durumlara ilişkin sıfır puan anlamına gelecek yargı ya da davranış söz konusu değildir (Valtan, 1980).

Envanterde bazı maddelerin tersine çevrilerek değerlendirilmesi bireyin herhangi bir maddeye verdiği yanıtın hangi anlama geleceğini tahmin edebilmesini, böylece gerçek düşünce ve davranışlarına uymayacak cevaplar vermesini zorlaştırmaktadır.

Bu maddeler: 1,2,4,5,9,11,12,13,14,15,16,17,19,23,24,26,30. Bu maddelerden birine -3 verildiğinde, değerlendirmede +3 olarak kabul edilir. Yine + 1 olarak yanıtlanan bir madde de -1 olarak değerlendirilir.

Envanter uygulanırken, uygulamanın amacı ve maddeler hakkında ayrıntılı açıklama yapılmamıştır. Amacın "atılgan ve çekingen kişileri belirlemek için uygulanıyor" şeklinde açıklanmasının bireylerin, yüksek puan almak için kendi doğal tavır ve davranışlarına uyan seçenekler yerine ideal, atılganlık anlamına gelen seçenekleri işaretlemelerine neden olacağından bundan kaçınılmıştır. RAE saldırganlık düzeyini ölçmemektedir

2.4.3. Rathus Atılganlık Envanterinin Geçerliği

Rathus'un (1973), yaptığı geçerlik çalışmasında deneklere atılganlık envanteri verilmiştir. Deneklerin atılganlık düzeyleri hakkında bir ölçüt elde edebilmek için

envanter, denekleri tanıyan kişilere de verilerek denekler hakkındaki kanılarını belirtmeleri istenmiştir. Ölçüt ile deneklere ilişkin RA.E puanları arasında. 70'lik bir korelasyon bulunmuştur.

Hollandsworth ve Galassi (1977), atılganlığın ölçülmesinde kullanılan kendini anlatma ölçeğiyle (Self-expression), RAE arasında yüksek bir ilişki olduğunu belirtmişlerdir (Kapıkıran, 1 993).

2.4.4. Rathus Atılganlık Envanterinin Türkiye'deki Geçerlik Çalışması

RAE'nin ülkemizdeki geçerlik çalışması, H. Ü. Çocuk Gelişimi ve Eğitimi son sınıf öğrencilerinin sözü edilen madde analizinde geçerliği olan 19 madde de kendilerini değerlendirmeleriyle, akademik danışmanları ve öğrencilerle yaz uygulamasına katılan bir öğretim üyesinin denekler hakkındaki kanısı arasındaki korelasyon katsayısına bakılarak yapılmıştır. Yani öğrencilere RAE verilmiş, 2, 3, 4, 6, 9, 11, 12, 13, 14, 16, 17, 19, 22, 23, 24, 25, 28, 29, 30. maddelerde kendilerini değerlendirmeleri istenmiştir. Akademik danışmanlara aynı envanter verilerek bu 19 maddeye dayalı olarak çalışmaya katılan tüm öğrencileri ayrı ayrı değerlendirmeleri istenmiştir. 26 öğrenciyi kapsayan çalışmada elde edilen geçerlik katsayısı. 70 olarak bulunulmuştur.

2.4.5. Rathus Atılganlık Envanteri'nin (RAE) Güvenirliği

Rathus tarafından 1973'te Amerika da geliştirilen envanterin güvenilirlik ve geçerlilik çalışmalarında elde edilen korelasyon katsayıları oldukça yüksek çıkmıştır. Ayrıca Rathus envanterin 19 maddesini kullanarak yaptığı madde analizinde 30 maddeden elde ettiği sonuçlara benzer sonuçlar elde etmiştir.

Rathus (1973), araştırmasında 15'er günlük arayla yaptığı testin güvenilirlik katsayısını. 76 olarak bulmuştur. Rathus ve Nevid'in (1977), psikiyatrik hastalar üzerinde yaptıkları çalışmada iki yarı metoduyla güvenilirlik katsayısı. 84 olarak bulunmuştur. (Voltan, 1980; Akt. Kapıkıran, 1993).

2.4.6.Rathus Atılganlık Envanterinin Türkiye'deki Güvenirlik

alışması

Envanterin güvenirlik alışmaları H. . ocuk Gelişimi Bölümü'nün üçüncü sınıf 37 öğrencisine 15'er günlük aralarla envanterin verilmesiyle yapılmıştır. Pearson Momentler arpımı Korelasyon Formülü kullanılarak yapılan test tekrar test güvenirlik çalışmasında sonuç. 0.92 olarak bulunmuştur. Ayrıca yine aynı niversitenin 2. sınıf ğrencilerinin 41 'ine verilen ilk envanter puanlarından iki yarım metoduyla elde edilen güvenirlik ise. 0.60 çıkmıştır. Tekler iftler metoduyla elde edilen güvenirlik. 0.77 olarak bulunmuştur (Voltan, 1980).

3. BULGULAR VE YORUMLAR

Tablo 1. Erkek sporcuların yaş, sıklet ve atılganlık ortalama değerleri

Erkekler (serb.+greko.)	YAŞ	S.D	SİKLET	S.D.	ATILG.	S.D.	N
	X		X		X		
	22,21	3,15	75,54	20,25	3,09	25,31	76

Tablo 1’de araştırmaya katılan serbest ve grekoromen kategorideki tüm erkek sporcuların yaşlarının $X= 22,21$, sıkletin $X=75,54$ ve atılganlıklarının $X=3,09$ olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Erkek Sporcuların kategori değişkenine göre yaş, sıklet ve atılganlık ortalama değerleri

	YAŞ	S.D.	SİKLET	S.D.	ATILG.	S.D.	N
Kategori	X		X		X		
Serbest	22,2	3,3	76,84	20,41	2,2	26,78	46
Grekoromen	22,22	2,98	73,72	20,21	4,47	23,28	30

Tablo 2’de araştırmaya katılan erkek sporculardan serbestçilerin yaşlarının $X= 22,20$, sıkletin $X=76,84$ ve atılganlıklarının $X=2,20$, grekocuların yaşlarının $X= 22,22$, sıkletin $X=73,72$ ve atılganlıklarının $X=4,47$ olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Erkek Sporcuların atılganlık puanlarının kategori değişkenine göre farklılığı için t-Testi Sonuçları

Kategori	N	X	S	t	P
Serbest	46	2,1957	26,77031	-0,38	0,705
Greko	30	4,4667	23,27902		

Tablo 3 den; erkek sporcuların kategori değişkenine göre serbestçilerin $X=2,20$, grekocuların $X=4,47$ olan atılganlık puanları aradaki farkın rakamsal olarak % 100 lük olmasına karşılık yapılan t-Testi Sonucunda ($t=0,380$ - $P=0,705$) $P>0,05$ olduğu anlaşılmaktadır

Tablo 4. Erkek sporcuların kategori farkı gözetmeksizin atılgnlık puanlarının Türkiye Şampiyonasında alınan başarı değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Türkiye Şampiyonası	N	SıraOrt.	Sd	X²	P
Birinciliği	41	39,59	3	1,755	0,625
İkinciliği	11	30,55			
Üçüncülüğü	10	41,7			
Dereceye Giremeyenler	14	39,29			
Toplam	76				

Tablo 4 de, erkek sporcuların atılgnlık puanlarının kategori farkı gözetmeksizin Türkiye Şampiyonasında alınan derece değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis testi karşılaştırma sonucu ($X^2=1,755$ - $P=0,625$) $P>0,05$ bulunmuştur. Rakamsal olarak elde edilen değerler biri birine yakındır ancak; ikincilerle üçüncüler arasında % 25 lik bir fark gözükmesine karşılık anlamlı değildir.

Tablo 5. Erkek sporcuların kategori farkı gözetmeksizin atılgnlık puanlarının herhangi bir uluslar arası başarı değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Uluslar Arası Müsabakalar	N	Sıra Ort.	Sd	X²	P
Birincilik	5	47,5	3	2,795	0,424
İkincilik	12	31			
Üçüncülük	10	43,8			
Dereceye Giremeyenler	49	38,34			
Toplam	76				

Tablo 5 de, erkek sporcuların atılgnlık puanlarının, kategori farkı gözetmeksizin uluslar arası başarı değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis testi karşılaştırma sonucu, ($X^2=2.795$ - $P=0,424$) $P>0,05$ bulunmuştur. İkinciler-üçüncüler arasında % 25 lik bir fark gözükmesine karşılık anlamlı değildir.

Tablo 6. Kadın sporcuların yaş, sıklet ve atılganlık ortalama değerleri

Kadınlr	YAŞ	S.D	SİKLET	S.D.	ATILG.	S.D.	N
	X		X		X		
	21,76	3,19	61,17	7,8	5,67	28,81	18

Tabl 6'da araştırmaya katılan kadın sporcuların yaşlarının $X= 21,76$, sıkletin $X=61,17$ ve atılganlıklarının $X=5,67$ olduğu görölmektedir.

Tablo 7. Kadın sporcuların atılganlık puanlarının Türkiye Şampiyonasında alınan başarı değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Türkiye Şampiyonası	N	Sıra Ort.	Sd	X²	P
Birincilik	6	11,08	3	5,758	0,124
İkincilik	4	11,25			
Üçüncülük	3	2,83			
Dereceye Giremeyenler	5	10,2			
Toplam	18				

Tablo 7 de, kadın sporcuların atılganlık puanlarının, Türkiye Şampiyonasında alınan başarı değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis testi karşılaştırma sonucu, ($X^2=5.758$ - $P=0,124$) $P>0,05$ bulunmuştur. Rakamsal olarak birinciler ve ikinciler biri birlerine yakın olmalarına rağmen üçüncüler aralarında % 25 lik bir fark ölçölmüştür ancak anlamlı değildir.

Tablo 8. Kadın sporcuların atılganlık puanlarının herhangi bir uluslar arası başarı değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis Testi Sonuçları

Uluslar Arası Müsabakalar	N	Sıra Ort.	Sd	X ²	P
Birincilik	1	12	3	1,439	0,696
İkincilik	1	9,5			
Üçüncülük	1	15			
Dereceye Giremeyenler	15	8,97			
Toplam	18				

Tablo 8 de,kadın sporcuların atılganlık puanlarının, uluslar arası başarı değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis testi karşılaştırma sonucu, ($X^2=1.439 - P=0,696$) $P>0,05$ bulunmuştur. Dereceye giremeyenlerle üçüncü ve birinciler arasında rakamsal olarak ciddi bir fark görülmesine karşılık anlamlı değildir.

Tablo 9. Sporcuların atılganlık puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılığı için t-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	X	S	t	P
Erkekler	76	3,0921	25,31359	-0,378	0,706
Kadınlar	18	5,6667	28,81789		

Tablo 9 daki, sporcuların atılganlık puanlarının cinsiyet değişkenine göre t_ testi sonucu ($t =,378$; $P=0,706$) anlamlı bir farklılık göstermemiştir $P>0.05$. Erkek sporcuların atılganlık puanları ortalaması $\bar{X} = 3,09$ iken, kadın sporcuların atılganlık puanları ortalaması $\bar{X} = 5,67$ 'dir. Aradaki sayısal fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Bu bulgu erkek ve kadın güreşçilerin atılganlık düzeylerinin benzer olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Tablo 10. Erkek serbestçilerle, kadın serbestçilerin atılgnlık puanlarının cinsiyet/kategori değişkenine göre farklılığı için t-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	X	S	t	P
Erkek	46	2,2	26,77	-0,457	0,65
Kadın	18	5,7	28,82		

Tablo 10 deki analizde, erkek serbestçilerle, kadın serbestçilerin atılgnlık puanlarının cinsiyet/ kategori değişkenine göre t_ testi sonucu ($t=0,457$; $P=0,650$) $P<0.05$ bulunmuştır. Sayısal olarak her iki grup arasında ciddi bir fark gözüküyor ise de istatistiksel olarak anlamlı değildir.

Tablo 11. Erkek grekocularla, kadın serbestçilerin atılgnlık puanlarının cinsiyet/kategori değişkenine göre farklılığı için t-Testi Sonuçları

Değişken	N	X	S	t	P
Kadın (Serbest)	18	5,67	28,82	0,158	0,875
Erkek (Greko)	30	4,47	23,28		

Tablo 11 deki analizde, erkek grekocularla, kadın serbestçilerin atılgnlık puanlarının cinsiyet/ kategori değişkenine göre t_ testi sonucu ($t=0,457$; $P=0,650$) $P>0.05$ olarak tespit edilmiştir. Hem cinsiyet hemde kategori farkı olmasına rağmen, rakamsal olarak da, istatistiksel olarakda anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Tablo 12. Türkiye Şampiyonasında ilk üçe giren sporcuların atılgnlık puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılığı için t-Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	X	S	t	P
Erkekler	62	2,98	26,85	0,007	0,994
Kadınlar	13	2,92	28,81		

Tablo 12 deki Türkiye Şampiyonasında ilk üçe giren sporcuların atılgnlık puanlarının cinsiyet değişkenine göre t_ testi sonucu ($t=0,007$; $P=0,994$) anlamlı bir farklılık göstermemiştir $P>0.05$.

Tablo 13. Uluslararası müsabakalarda dereceye giren sporcuların atılganlık puanlarının cinsiyet değişkenine göre farklılığı için Mann-Whitney U Testi Sonuçları

Cinsiyet	N	S. Ort.	S. Topl.	U	P
Erkek	27	15,06	406,5	28,5	0,406
Kadın	3	19,5	58,5		
Toplam	30				

Tablo 13 deki analiz sonuçlarına göre uluslararası müsabakalarda dereceye giren sporcuların atılganlık puanları cinsiyet değişkenine göre Mann-Whitney U Testine göre karşılaştırıldığında ($U=28,500-P=0,406$) anlamlı bir farkın olmadığı belirlenmiştir $P>0.05$. Erkek sporcuların sıra ortalamaları $X= 15,06$ iken, kadın sporcuların sıra ortalamaları $X=19,50$ 'dir. Aradaki sayısal fark istatistiksel açıdan anlamlı bulunmamıştır. Bu bulgu uluslar arası derece yapan bay ve bayan sporcuların atılganlık düzeylerinin benzer olduğu şeklinde yorumlanabilir.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmaya katılan serbest ve grekoromen kategorideki toplam 76 erkek sporcunun yaşlarının $X=22,21$, sıkletin $X=75,54$ ve atılgnlıklarının $X=3,09$ olduğu, kategori olarak da serbestçilerin yaşlarının $X=22,20$, sıkletin $X=76,84$ ve atılgnlıklarının $X=2,20$, grekocuların yaşlarının $X=22,22$, sıkletin $X=73,72$ ve atılgnlıklarının $X=4,47$ olduğu görülmektedir.

Yaş ve sıklet olarak her iki grubun arasında fark olmaması araştırmanın üniversite sporları bünyesinde yapılması, üniversite gençliği yaş grubu olmasından sıklette ise; farklı kategoriler olmasına karşın mücadele edilen sıkletlerin kg. olarak birbirine yakın olmasından kaynaklandığı sanılmaktadır. Kategori değişkenine göre atılgnlık puanları arasındaki farkın rakamsal olarak % 100 lük olmasına karşılık yapılan t-Testi Sonucunda ($t=0,380$ - $P=0,705$) $P>0,05$ yani anlamsız olması her iki kategoride de mücadele şeklinin, mücadele ruhunun yenme ve yenilme durumlarının biri birine çok benzemesinden kaynaklandığı sanılmaktadır.

Erkek sporcuların atılgnlık puanlarının kategori farkı gözetmeksizin Türkiye Şampiyonasında alınan başarı değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis testi karşılaştırma sonucu sıra ortalaması; birinciler 39,59, ikinciler 30,55, üçüncüler 41,7 dereceye giremeyenler ise 39,29 ($X^2=1,755$ - $P=0,625$) $P>0,05$ bulunmuştur. Rakamsal olarak elde edilen değerler biri birine yakındır ancak; ikincilerle üçüncüler arasında % 25 lik bir fark gözükmesine karşılık anlamlı değildir. Bu sonuç beklentilerin dışındadır. Dereceler arası, özellikle dereceye giremeyenlerle ile derece yapanlar, bilhassa da birinciler arasında anlamlı bir fark beklenilmekteydi ancak; rakamsal fark olmasına karşılık anlamlı çıkmamıştır. Bu durum; kategori farkı gözetmeksizin güreşin ferdi spor olması, sürekli atak olmanın risk oluşturacağı, tedbirli ve emniyetli davranılarak rakibe puan vermeden, onun açıklarını da değerlendirerek avantaj sağlama yönünde geliştirilen strateji ve tutumdan kaynaklandığı sanılmaktadır.

Erkek sporcuların atılgnlık puanlarının, kategori farkı gözetmeksizin uluslar arası başarı değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis testi karşılaştırma sonucu, birinciler 47,5, ikinciler 31, üçüncüler 43,8, dereceye giremeyenler ise 38,4 ($X^2=2.795$ - $P=0,424$) $P>0,05$ bulunmuştur. İkinciler- üçüncüler arasında yaklaşık % 25 lik bir fark gözükmesine karşılık anlamlı değildir. Uluslar arası müsabakalarda dereceye girenler ile dereceye giremeyenler atılgnlık düzeyleri arasındaki durum ulusal müsabakalarda dereceye girenler ile giremeyenlerin atılgnlık ilişkisi ile benzerlik göstermektedir.

Uluslar arası müsabakalarda dereceye girenler ile dereceye giremeyenler arasında bir atılgnlık sıra ortalamaları açısından bir fark beklenirken, anlamlı bulunmamıştır. Burada da yine güreşin branş olarak karakteristik yapısından ve mücadele stratejisinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Sadece serbest kategorisinde müsabakalara katılan kadın sporcular yaşları $X=21,76$, sıklığı $X=61,17$ ve atılgnlıkları $X=5,67$ dir. Türkiye Şampiyonasında alınan derece değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis testi karşılaştırma sonucu sıra ortalaması; birinciler 11,08, ikinciler 11,25, üçüncüler 2,83, dereceye giremeyenler ise 10,2 ($X^2=5.758$ - $P=0,124$) $P>0,05$ bulunmuştur. Rakamsal olarak birinciler ve ikinciler biri birlerine yakın olmalarına rağmen üçüncüler aralarında yaklaşık % 25 lik bir fark anlamlı değildir.

Kadın sporcuların atılgnlık puanlarının, uluslar arası başarı değişkenine göre farklılığı için Kruskal Wallis testi karşılaştırma sonucu, sıra ortalaması birinciler 12, ikinciler 9,5, üçüncüler 15, dereceye giremeyenler ise 8,97 ($X^2=1.439$ - $P=0,696$) $P>0,05$ bulunmuştur. Dereceye giremeyenlerle üçüncü ve birinciler arasında ciddi rakamsal fark anlamlı değildir.

Kadın sporcularında erkeklerde olduğu gibi gerek ulusal, gerekse uluslar arası müsabakalarda dereceye girenlerle, giremeyenler arasında atılgnlık düzeyleri açısından anlamlı bir fark beklentisi gerçekleşmemiştir. Burada da yine güreşin branş ve mücadele stratejisinin etkili olduğu düşünülmektedir.

Erkek ve kadın sporcuları atılgnlık düzeyleri $\bar{X} = 3,09$, $\bar{X} = 5,67$, t_ testi sonucu (t =,378; $P=0,706$) $P>0.05$ bulunmuştur. Bu bulgu erkek ve kadın güreşçilerin arasındaki sayısal farkın anlamlı olmadığı, atılgnlık düzeylerinin benzer olduğu şeklinde yorumlanabilir.

Erkek serbestçilerle, kadın serbestçilerin atılgnlık puanlarının cinsiyet/ kategori değişkenine göre t_ testi sonucu $X=2,2$, $X=5,7$ (t =0,457; $P=0,650$) $P<0.05$ bulunmuştur. Sayısal olarak her iki grup arasında ciddi bir fark gözüküyor ise de istatistiksel olarak anlamlı değildir. Kategori birliği cinsiyet ayrılığı gösteren grupların atılgnlık puanları nın benzer olması cinsiyet farkının etkili olmadığı kanaatini doğurmuştur.

Erkek grekocularla, kadın serbestçilerin atılgnlık puanlarının cinsiyet/ kategori değişkenine göre t_ testi sonucu $X=5,67$, $X=4,47$ (t=0,158; $P=0,875$) $P>0.05$ bulunmuştur. Hem cinsiyet hem de kategori farkı olmasına rağmen, rakamsal olarak da, istatistiksel olarak da anlamlı bir fark bulunamamıştır, benzer özellik göstermiştir.

Türkiye Şampiyonasında ilk üçe giren erkek ve kadın sporcuların atılgnlık puanlarının $\bar{X} = 2,98$, $\bar{X} = 2,92$ t_ testi sonucu ($t=0,007$; $P=0,994$) $P>0.05$ bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine göre aralarında hem rakamsal hem de anlamlılık farkı yoktur.

Uluslararası müsabakalarda dereceye giren erkek ve kadın sporcuların atılgnlık puanları cinsiyet değişkenine göre Mann-Whitney U Testine göre karşılaştırıldığında sıra ortalaması $X = 15,06$, $X = 19,50$ ($U=28,500$ - $P=0,406$) $P>0.05$ bulunmuştur. Cinsiyet değişkenine göre aralarında rakamsal olarak bir fark görülmesine karşılık anlamlılık değildir. Ulusal ve uluslar arası derece yapan kadın ve erkek sporcuların atılgnlık düzeylerinin de benzer olduğu kanaatine varılmıştır.

Sonuç olarak : Üniversiteler arası güreş müsabakasına katılan erkek ve kadın sporculardan gerek ulusal düzeyde gerekse uluslar arası düzeyde derece yapanlar ile yapamayanlar, serbest ve grekoromen kategorileri, kadın ve erkek cinsiyet değişkenleri açısından gruplar arasında atılgnlık düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık tespit edilememiştir.

4.1.Öneriler

Üniversiteler arası Türkiye şampiyonasına katılan güreşçilerin atılgnlık düzeylerinin belirlenmesi ve başarıları ile ilişkisinin araştırılması isimli bu araştırma sonucunda elde edilen bulgulara dayalı olarak aşağıdaki öneriler geliştirilmiştir:

- Başarı ile atılgnlık düzeyleri arasında paralellik olabileceği düşünülerek başarı konusunda sporculara yardımcı unsurlar temin edilmelidir.
- Konumuzla ilgili daha kapsamlı çalışmalara yer verilmelidir.
- Sporcularımızın sosyal yapıları ve gelişimleri ile ilgili çalışmalar yapılmalıdır.

Bu çalışmanın sonucunda; güreşçilerin atılgnlık düzeylerine bakıldığında serbest stildeki güreşçilerin atılgnlık eğitimi almaları gerekmektedir. Ayrıca erkek güreşçilerin kadın güreşçilere göre daha fazla atılgn olmaları için desteklenmesi gerektiği düşünülmektedir.

KAYNAKÇA

- Aiken, L. R. (1996). **Rating Scales and Checklists: Evaluating Behavior, Personality, and Attitudes**. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Akkoyun, F. (1998). **Transaksiyonel Analiz**, Nobel yayınevi. Ankara.
- Alberti, R. ve Emmons, M. (2002). **Atılganlık: Kendinize Yatırım Yapın!** (çev).Katlan, S. HYB Yayıncılık, Ankara.
- Atalay, F. (1994). **Yuva Öğretmenlerinin Psikolojik İhtiyaç Örüntüleri**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Gazi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Aydın, B. (1991). “**Cinsiyet ve Cinsiyet Rollerini Açısından Atılganlık Seviyesinin İncelenmesi**”. Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi. 3: 25-36.
- Aytaç, S. (1997). **Çalışma Yaşamında Kariyer: Yönetimi Planlaması Geliştirilmesi Sorunları**. Epsilon Yayınları. İstanbul.
- Bacanlı, H. (2000). **Gelişim ve Öğrenme**, Nobel Yayınevi, 3.Baskı. Ankara.
- Bilge, F. (1990). ‘**Sporcuların Psikolojik İhtiyaçları**’. Yayınlanmamış Yüksek Lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Cronbach L. J. (1990) **Essentials of Psychological Testing**. (5th ed.). New York: HarperCollins Publishers, Inc.
- Crassini, B., Law, H. G. and E Wilson. (1979). “**Sex Differences in Assertive Behavior**”. Australian Journal of Psychology. 31 (1): 15-19.
- Çelikkaleli ve Gündoğdu, (2005). **Eğitim Fakültesi Öğrencilerinin Psikolojik İhtiyaçları**. İnönü Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi. Malatya
- Deci, E. L.; Ryan, R. M. (1987). **Intrinsic motivation and self-determination in Human Behavior**. New York: Plenum Press.
- Deci, E. L., Vallerand, R.J., Pelletier, L.G., ve Ryan, R. M.(1991). “**Motivation And Education: The Self-Determination Perspective,**” Educational Psychologist, 26(3 & 4).
- Deci, E. L., Ryan, R. M., & Williams, G. C. (1996). “**Need Satisfaction and the Self-Regulation of Learning**”. Learning and Individual Differences, 8.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). **The “What” and “Why” of Goal Pursuits:**

- Human Needs and the Self-Determination of Behavior. **Psychological Inquiry**, 11.
- Eren, A. (1994). **Lise Öğrencilerinin Yalnızlık Düzeyleri ve Psikolojik İhtiyaçlarının İncelenmesi**. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara.
- Eysenck, H. J., W. Arnold, R. Meili. (1972). **Encyclopedia of Psychology**. Fontana/Collins.
- Erkal, M (1990). **Sosyolojik Açından Spor**, Mili Eğitim Basımevi. Ankara.
- Ersan, E ve Doğan, O. (2002). **Beden Eğitimi Ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinde Atılganlık ve Saldırganlık Düzeylerinin Sosyodemografik Özelliklerle İlişkisi**. VII. Spor Bilimleri Kongresi. Antalya.
- Field, S., Hoffman, A. (1994). "Development of a model for self-determination". **Career Development for Exceptional Individuals**, 17, 159-169.
- Field, S. (1996). "A Historical Perspective on Student Involvement in the Transition Process: Toward a Vision of Self-Determination for all Students". **Career Development for Exceptional Individuals**, 19, 169–176.
- Furnham, A. (1979) **Assertiveness in Three Cultures: Multidimensionality and Cultural Differences**. *Journal of Clinical Psychology*, 35: 522-527
- Gürsel, M. A. Sünbül, M., Sarı, H. (2002) "An Analysis of burnout and job satisfaction between Turkish headteachers and teachers: a quantitative approach," *European Journal of Psychology of Education*, XVII (1), 35-45.
- Hall, Calvin ve diğerleri. (1985) **Introduction to Theories of Personality**. John Wiley&Sons. New York.
- Inghilleri, P. (1999). **From Subjective Experience to Cultural Change** (E. Bartoli, Trans.). Cambridge University Press. New York.
- Işgör, I. Y. (2003). **Bir İşte Çalışan ve Çalışmayan Lise Öğrencilerinin Bazı Psikolojik Özelliklerinin İncelenmesi**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Atatürk Üniversitesi. Erzurum.
- Jakubowski, P. ve Lange, A.J. (1978). **Responsible Assertive Behavior**. USA

Research Press.

Kapıkıran, Ş.(1993). **İçten ve Dıştan Denetimliliğe Sahip Ergenlerin Atılganlık Düzeylerinin Saptanması**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İzmir.

Kapudere, A. (1998), **Meslek Liseleri Son Sınıf Öğrencilerinin Psikolojik İhtiyaçları İle Genel Uyum Düzeyleri Arasındaki İlişki**. Yüksek Lisans Tezi, İnönü Üniversitesi, Malatya.

Karasar, N. (2002), **Bilimsel Araştırma Yöntemi, Kavramlar - İlkeler – Teknikler**, 11. Baskı, Nobel Yayınları, Ankara.

Kaya, Z. (2001). **Meslek Lisesi Öğrencilerinin Atılganlık ve Sürekli Kaygı Düzeylerinin Karşılaştırılması Üzerine Bir Araştırma**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi, İzmir.

Kesici, Ş., Üre Ö., Bozgeyikli, H., Sünbül, A., M. (2003) **“Temel Psikolojik İhtiyaçlar Ölçeğinin Geçerlik Ve Güvenirliği”** VII. Ulusal PDR Kongresi Bildiri Özetleri Kitabı. Malatya.

Kuru, E. (2005) **Sporda Psikoloji**. Gazi Üniversitesi Yayınları. Ankara.

Kuru, E. (2003) **Polis Milli Futbol Takımında Oynayan Üst Düzey Elit Sporcu Polislerle, Spor Yapmayan Polislerin Psikolojik İhtiyaçlarının Karşılaştırılması**, Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi Cilt 23, Sayı 2, 195-220.

Kuzgun, Y. (1985). **“Edwards Kişisel Tercih Envanterinin Türkiye’de Geçerlik ve Güvenirliliği”**. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi.

Kuzgun, Y. (2000). **Rehberlik ve Psikolojik Danışma**, ÖSYM yayınları, Ankara.

Kuzgun, Y. (1986). **“Psikolojide İnsancı Yaklaşım”**. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi.

Kuzgun, Y. (1989). **Edwards Kişisel Tercih Envanteri El Kitabı**. Ankara.

Lazarus, A. A. (1973). **On Assertive Behavior Therapy**, 4:697-699.

Martin, J. E. Marshall, L. H. (1995). **“ChoiseMaker: A Comprehensive Self Determination Eransition Programs”**. Intervention in School and Clinic, 30, 147-156.

Mithaugh, D. Campeau, P. Wolmen, J. (1994). **“Self-Determination Assessment”**. Presentation to Research in Self-Determination Project

Directors Meeting-April. Washington, DC.

- Murat, G, (2003) **Lise Öğrencilerinin Mesleki Değer ve Tercihleri ile Psikolojik İhtiyaçları Arasındaki İlişkiler**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Erzurum.
- Murray, H. A. (With Collaborators). (1938). **Explorations in Personality**. New York: Oxford University Pres. Calvin, Hall ve diğerleri. Introductions To Theories Of Personality. New York: John Wiley&Sons, 1985'den alıntı.
- Öztürk, M, (1983). "**İki Meslek Grubundaki Bireylerin Psikolojik Gereksinim Örüntüleri**", Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi, Ankara.
- Powers, L. E. Singer, G. H. S. (1996). **Promoting Self-Competence in Children and Youth with Disabilities: on the Road to Autonomy** (pp. 375-322). Altimore, MD: Paul H. Brookes.
- Rathus, S, A. (1973). **30-İTEM Schedule for Assessing Assertive Behavior**. Behavior Therapy, 4:398-406
- Ryan, R. M.; E. L., Deci (2000). "**Self-Determination Theory and The Facilitation Of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being**". American Psychologist, 55, 68-78.
- Ryan, R. M.; J. Kuhl; E. L., Deci.(1997). "**Nature and Autonomy: Organizational View of Social and Neurobiological Aspects of Self-Regulation in Behavior and Development**". Development and Psychopathologic, 9, 701-728.
- Saruhan, N. (1996). **Ankara İl Merkezinde Lise Son Sınıfa Devam Eden Öğrencilerin Atılganlıkları ile Ana ve Baba Tutumları Arasındaki İlişkinin Bazı Değişkenlere Göre İncelenmesi**. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Schloss, P.J. Alper, S. Jayne, D. (1993). "**Self-Determination for Persons with Disabilities: Choise, Risk and Dignity**". Exceptional Children, 60 (3), 215-225.
- Sheldon, K. M. Elliot, A. J. (1998). **Not all personal goals are "personal": Comparing autonomous and controlling goals on effort and attainment**. Personality and Social Psychology Bulletin, 24, 546-557.

- Uğur, G. (1996). “**Üniversite Öğrencilerinde Atılganlık İle Beden Algısı İlişkisi**”. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ege Üniversitesi. İzmir.
- Vallerand, R. J. (1997). “**Toward a Hierarchical Model of Intrinsic and Extrinsic Motivation**”. *Advances in Experimental Social Psychology*, 29, 271-360.
- Voltan, N. (1980a). **Rathus Atılganlık Envanteri Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması**, *Psikoloji Dergisi*, 10: 23-25.
- Voltan, N. (1980b). **Grupla Atılganlık Eğitiminin Bireyin Atılganlık Düzeyine Etkisi**, *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 3:62-66.
- Voltan, N. (1981). **Rathus Atılganlık Envanterinin Hacettepe Üniversitesi Öğrencilerine Uygulanması ve Elde Edilen Bulgular**. *Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*. 4: 72-75.
- Wehmeyer, M. L. (1992). “**Self-Determination and the Education of Students with Mental Retardation**”. *Education and Training in Mental Retardation*, 27, 302–314.
- Yörükoğlu, A, (2000) **Çocuk Ruh Sağlığı v: Özgür Yayın-Dağıtım**, 20. Baskı, İstanbul
- Zunker, V. G. (1989). **Career Counseling: Applied Concepts of Life Planing**. California: Brooks/Cole Publishing Company

EKLER

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Kişisel Bilgi Formunda vereceğiniz cevaplar sizin birey olarak kişisel yapınızı, ikinci ve üçüncü sayfadaki anket sorular sizin psikolojik ihtiyaçlarınızı ve atılabilirlik düzeyinizi tespit edecektir.

Samimi ve içten cevaplarınız için teşekkür ederim.

1. Yaşınız

18-21 22-25 26-30 31 ve üzeri

2. Cinsiyetiniz

Bay Bayan

3. Kategoriniz:

Serbest Greko-romen

4. Sikletiniz:

Erkek 55 - 60 - 66 - 74 - 84 96 - 120

Kadın 48 - 51 - 55 - 59 63 - 67- 72

5. Kulübünüz

6. Eğitim Durumunuz.

Okur yazar değil İlkokul Ortaokul Lise Üniversite Lisans üstü

7. Annenizin eğitim durumu

Okur yazar değil İlkokul Ortaokul Lise Üniversite Lisans üstü

8. Annenizin mesleği

Memur İşçi Serbest Meslek Ev han mı Emekli

9. Babanızın eğitim durumu

Okur yazar değil İlkokul Ortaokul Lise Üniversite Lisans üstü

10. Babanızın mesleği

Çalışmıyor Memur İşçi Serbest Meslek Emekli

11. Ailenizin aylık gelir durumu

- Asgari Ücret-1000YTL 1001 -2000 YTL arası 2001-3000 YTL arası
 3001-4000 YTL 4000 YTL yukarısı

12. Aile büyüklerinin (Anne - Baba) size karşı tutumları nasıldır?

- Demokratik Otoriter Koruyucu İlgisiz

13. Milli sporcu musunuz?

- Evet Hayır

14. Kaç yıldır güreş yapıyorsunuz ?

- 1-3 yıl 4-6 yıl 7- 10 yıl 10 yıldan fazla

15. Yaptığınız spordan elde ettiğiniz aylık gelir ne kadardır?

- 1000 YTL aşağısı 1000-1500 YTL arası
 1500-2500 YTL arası 2500-4000 YTL 4000 YTL yukarısı

16. Günlük kaç antrenman yapıyorsunuz?

- 1 2 3

17. Günlük toplam antrenman süreniz ne kadardır?

- 1 saat 2 saat 3 saat 4saat 5 saat ve üzeri

18. Haftada kaç gün antrenman yapıyorsunuz?

- 3 gün 4 gün 5 gün 5 gün ve üzeri

19. Branşınızda elde ettiğiniz en iyi dereceleri yazınız

.....
.....
.....

(Eğer varsa ilk 3 dereceleri yazınız)

Türkiye.....

Yurt dışı

20. Spora başlamanızda en çok etkili olan unsur nedir?

(Tek seçenek işaretleyin)

Ailem Antrenörüm Arkadaşlarım Popüler sporcular Beden eğt.

Öğretmenim T.V.

Diğer (Belirtiniz)

21. Elde ettiğiniz başarılarınızda ne gibi faktörlerin etkili olduğunu düşünüyorsunuz?

(Sizce en önemli olana (1) yazarak 2,3,4,5... gibi önem sırasına göre rakamla belirtiniz)

- () Bilinçli ve düzenli antrenmanlar yaptığım için
- () Dinlenmemin düzenli olduğu için
- () Yakın çevremın destek (maddi, manevi) vermesi
- () Spor sayesinde sosyal güvencem ve geleceğim olması
- () Bağlı bulunduğum federasyon ve genel müdürlüğün desteği
- () Antrenörümün bilgi düzeyinin yeterli olduğu için
- () Antrenörümle iletişimimin iyi olduğu için
- () Düzenli ve dengeli beslenme imkânlarımın olduğu için
- () Kulübümün, spor tesislerinin olması ve malzeme açısından sıkıntımın olmayışı
- () Tesise ulaşımında zorluk çekmediğim (Kulübün servis imkânı, kulüp tesislerinde kaldığım) için
- () Kulübümden aldığım ücretlerin (transfer, aylık maaş, prim) etkisi
- () Maddi problemlerim olmadığı (yeterli gelirim olduğu) için

RATHUS ATILGANLIK ENVANTERİ

Aşağıda size 30 maddelik Atılganlık Envanteri verilmiştir. Her maddeyi dikkatlice okuyup size uygunluk derecesine göre ilgili kareye X işareti koyunuz.

	Atılganlık Envanteri	Hiç Uymuyor	Fazla Uyuyor	Pek Uymuyor	Biraz Uyuyor	Oldukça Uyuyor	İyi Uyuyor
1	Bence insanların çoğu benden daha atılgan ve saldırgandır.	-3	-2	-1	1	2	3
2	Saldırganlığım yüzünden karşı cinse herhangi bir öneride bulunamıyorum yada onların önerilerini kabul edemiyorum.	-3	-2	-1	1	2	3
3	Bir lokantada isteğime göre hazırlanmamış bir yemek gelince garsona şikâyetinde bulunurum.	-3	-2	-1	1	2	3
4	Başkalarının beni kırdığını fark ettiğim halde onları incitmemeye dikkat ederim.	-3	-2	-1	1	2	3
5	İstemediğim bil malı almam için ısrar edilirse 'hayır' demekte zorluk çekerim.	-3	-2	-1	1	2	3
6	Benden bir şey yapmam istendiğinde nedenini öğrenmekte ısrar ederim.	-3	-2	-1	1	2	3
7	İnsanı geliştirici ve sert tartışmalara katılmak istediğim zamanlar olur.	-3	-2	-1	1	2	3
8	Senin durumundaki herkes gibi bende yükselmek için çabalarım.	-3	-2	-1	1	2	3
9	Doğrusunu isterseniz insanlar beni kullanır.	-3	-2	-1	1	2	3
10	Yeni tanıştığım insanlarla ve yabancılarla rahatlıkla konuşurum.	-3	-2	-1	1	2	3
11	Karşıt cinsten çekici birine ne söyleyeceğimi çoğu kez bilmem.	-3	-2	-1	1	2	3
12	Resmi telefon konuşmaları yapmaktan çekinirim.	-3	-2	-1	1	2	3
13	Bir işe mektup yazarak başvurmayı yüz yüze görüşmeye tercih ederim.	-3	-2	-1	1	2	3
14	Satın aldığım şeyleri geri vermekten sıkılırım.	-3	-2	-1	1	2	3
15	Beni rahatsız eden saygıdeğer bir yakınıma, rahatsızlığımı ifade etmek yerine duygularımı ondan saklamayı yeğlerim	-3	-2	-1	1	2	3
16	Aptalca görünürüm korkusuyla soru sormaktan kaçırım.	-3	-2	-1	1	2	3
17	Bir tartışma sırasında kızdığım, hırslandığım belli olacak diye	-3	-2	-1	1	2	3

	korkarım						
18	Tanınmış ve saygı duyulan bir kimsenin yanlış bir şey söylediğini duyduğumda, dinleyenlere kendi görüşümü de duyurmaya çalışırım.	-3	-2	-1	1	2	3
19	Satıcılarla pazarlık yapmaktan kaçınırım.	-3	-2	-1	1	2	3
20	Önemli ve değerli iş yaptığımda başkalarının bunu öğrenmesinde sakınca görmem.	-3	-2	-1	1	2	3
21	Duygularımı ifade ederken açık ve samimiyimdir.	-3	-2	-1	1	2	3
22	Biri benim hakkımda yanlış ve kötü şeyler söylerse, hemen o kişiyle konuşurum	-3	-2	-1	1	2	3
23	Çoğunlukla hayır demekte güçlük çekerim.	-3	-2	-1	1	2	3
24	Duygularımı anında açığa çıkarmaktansa biriktirmeyi yeğlerim.	-3	-2	-1	1	2	3
25	Kötü bir hizmetten şikâyetçi olurum.	-3	-2	-1	1	2	3
26	Övüldüğümde bazen ne diyeceğimi bilemem.	-3	-2	-1	1	2	3
27	Tiyatro, konferans gibi topluluklarda iki kişi yüksek sesle konuşursa, onlara susmalarını ya da konuşmalarına başka yerde devam etmelerini söylerim.	-3	-2	-1	1	2	3
28	Kuyrukta öne geçen birine yaptığının yanlış olduğunu söylerim.	-3	-2	-1	1	2	3
29	Fikrimi ifade etmekte zorluk çekerim.	-3	-2	-1	1	2	3
30	Hiç bir şey söyleyemediğimiz zamanlar olur.	-3	-2	-1	1	2	3

Teşekkür ediyorum.