Gönderim Tarihi: 08.01.2018

Kabul Tarihi: 15.02.2018

İLK DEFA DENEME DALIŞI YAPAN BİREYLERİN SÜREKLİ VE DURUMLUK KAYGI DÜZEYLERİNİN ÇEŞİTLİ DEĞİŞKENLERE GÖRE İNCELENMESİ¹

An Assessment of State and Trait Anxiety Levels of Individuals Who Have Try Dive for He First Time Through Various Variables

Murat Can OKTAY

Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü,
muratoktay_@hotmail.com

ORCID ID 0000-0001-6528-4573

Mustafa YILDIZ

Akdeniz Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi,
tr.mustafayildiz@gmail.com

ORCID ID 0000-0002-9483-0341

Çalışmanın Türü: Araştırma

Öz

Bu araştırmada deneme dalışı yapan kadın ve erkek bireylerin çeşitli değişkenlere göre sürekli ve durumluk kaygı düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmaktadır. Araştırmanın evrenini Antalya ili kaş ilçesinde ilk defa deneme dalışı yapan kadın ve erkek bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini 2015 yılında Antalya Kaş bölgesinde faaliyet gösteren bir dalış merkezine dalış için gelen deneme dalıcıları oluşturmaktadır. Basit tesadüfî yöntemle seçilip araştırmaya dahil edilen katılımcıların 150'si Erkek 150'si ise Kadın olmak üzere toplam toplam katılımcı sayısı 300'dür. Deneme dalışı yapan bireylerin dalış öncesi ve sonrası kaygı seviyelerini ölçmek adına Spielberg vd., tarafından geliştirilmiş olan Sürekli Kaygı Ölçeği (SKÖ) ve Durumluk Kaygı Ölçeği (DKÖ) kullanılmıştır.

Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları ise Öner ve Le Compte (1983) tarafından yapılmıştır. Çalışma non-parametrik istatistik yöntemleri ile değerlendirilmiştir. Buna göre; bağımsız gruplarda (2 grup) ortalamalar arasındaki farkın değerlendirilmesi için Mann Whitney U istatistik yöntemi kullanılmıştır. İki den fazla grubun olduğu non-parametrik karşılaştırmalarda ise Kruskal-Wallis istatistiksel analiz yöntemi kullanılmıştır. Bulgularda kadınların erkeklere göre durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri daha yüksek çıkmıştır. 17-24 yaşındaki bireylerin en yüksek kaygı seviyesine sahiptir, yaş ilerledikçe kaygı seviyesi azalmaktadır. Medeni durumlara bakıldığında, Evliler bekarlardan daha az kaygıya sahiptir. Bulgulara göre Gelir seviyesi arttıkça kaygı seviyesinin azaldığı söylenebilir.

Anahtar Kelimeler: Kaygı Düzeyi, Sürekli Kaygı, Durumluk Kaygı, Deneme Dalışı.

Abstract

This study aims to determine and compare state and trait anxiety levels according to different variables of male and female individuals who have tried diver tests for the first

¹ Bu çalışma Murat Can OKTAY'ın, Doç.Dr. Mustafa YILDIZ danışmanlığında yürüttüğü yüksek lisans tezinden makale haline getirilmiştir.

time. The sampling of the study consists of diver testers who went to a diving center in Antalya, Kas in 2015. The number of these people, who were included in this study through a simple random sampling technique was 300. 150 of males and 150 were females. In order to measure the anxiety levels of these people before and after dive, Trait Anxiety Scale (TAS) and State Anxiety Scale (SAS) developed by Spielberg et al, were employed. Adaptation into

Turkish, validity and reliability studies were all conducted by Oner and Le Compte (1983). In this study non-parametric statistical methodology was used to assess. So, Man Whitney U Test was used so as to assess the difference between the mean values of the independent groups (2 groups). Kruskal Wallis statistical analysis method was used in non-parametric comparisons among groups more than two. In the findings the state and trait anxiety levels of women were higher than those of men. Also individuals between 17-24 age were found to have the highest state and trait anxiety levels and the older they are, the lower their anxiety levels are. Regarding their marital status, the married ones had lower anxiety levels than the single ones. It can also be proposed that the higher the income is the lower the anxiety levels is.

Keywords: Level of Concern, State Anxiety, Continual Anxiety, Try Dive.

GİRİŞ

Açıkada ve Ergen (1990), Spor günümüzde insanlar için önemini arttırmış, fiziksel yararı ve iyi olma haline katkısı geniş kitlelerce kabul görmüş ve temelleri sağlamlaşmış bir sosyal yapı halini almıştır. Spor fiziksel yararlarının haricinde bir sosyalleşme aracı olarak da kişilere ruhsal olarak ciddi katkılar sunmaktadır. Spor, bilimsellik ilkelerine uyarak yapılan kısa orta ve uzun dönem planlamaları ile önemli bir sektör halini alarak gelişmeye devam etmektedir.

Spor, insanoğlunun sahip olduğu sınırları zorlayan bir özellik konusudur. Sportif faaliyetlerde birçok diğer bilim dalından yararlanmak gerekir (Muratlı, 1976).

Sporla uğraşan kişilerin birincil amacı kişinin bedensel olarak sağlığını geliştirmek ve bunun devamında fizyolojik direnç sağlamaktır. Sporun bunun yanında psikolojik faydaları olarak da kişinin özgüven kazanması ve eğer yarışmacı ise uğraştığı branşta üst düzey performans elde etmesi sonucu hissedeceği olumlu ruh hali sayılabilir (Bilge vd., 2000).

Donanımlı dalış; Uluslararası literatürde “Scuba” yani “Self Contained Underwater Breathing Apparatus” olarak bilinir. Koca ve Toklu (2015), “Scuba sistemi Su altında bağımsız ve taşınabilen bir tüpte taşıdığımız basınçlı hava ve / veya gazların ortam basıncına regüle edilerek solunmasını sağlayan sistemdir”. Scuba dalışı açık ve kapalı devre olmak üzere 2’ye ayrılır.

Scuba dalışı, yüzeyden bağımsız olarak bulunulan derinlikteki ortam basıncına uygun basınçta hava / gaz solunmasına ve bu sayede de sualtında daha uzun süre kalınabilmesine olanak sağlayan donanımlarla yapılan

dalıştır. Deneme dalışı ise Yasal prosedürde yer aldığı şekliyle “Keşif Dalışı Uzmanlığı” belgesine sahip bir “dalış eğitmeni eşliğinde” maksimum “5 metre” derinliğe kadar yapılan ve süre olarak “20-25 dakika aralığında süren” bir dalış türüdür. Dalış öncesinde kişilere deneme dalışı süresince yapmaları gerekenler ve yapmamaları gerekenler ortalama 15 dakikalık bir bilgilendirme toplantısı ile aktarılır ve kafalardaki soru işaretleri çözülür.

Kaygı kelimesinin sözlük anlamlarına bakacak olursak “üzüntü, endişe duyulan düşünce, tasa”, “güçlü bir istek ya da dürtünün amacına ulaşamayacak gibi gözüktüğü durumlarda beliren tedirgin edici bir duygu” veya “kötü bir şey meydana gelecekmiş düşüncesiyle ortaya çıkan ve kaynağı belirsiz gerginlik hissiyatı” olarak karşımıza çıkmaktadır (“Türk Dil Kurumu”, 2016).

Gelecekte meydana hangi olayların geleceğini bilememek insanlar için kaygıya sebep olan en önemli nedenlerden bir tanesidir. Olayların içeriğinde bulunan bilinmezlik durumu kaygı ve korkuyu genelde birbirinden ayırır çünkü kişinin kaygı duyması için ortada net bir sebep veya tanımlanabilen bir gerekçe olması her zaman gerekmez. Kaygı aslında insan yaşamı için genelde olumsuz etkenleri bünyesinde barındırır (Cüceloğlu, 1996).

Kaygı, kavramı Spielberg tarafından durumluk kaygı (State Anxiety) ve sürekli kaygı (Trait Anxiety) olmak üzere iki şekilde ele alınmıştır. Öner ve Le Comte (1983)’e göre Durumluk kaygı, çevre şartlarını bağlı bir stres nedeniyle kendini gösteren ve genelde mantıki nedenlerle alakalı olan, diğer kişilerce de nedeni anlaşılabilen ve genellikle her bireyin yaşadığı geçici koşullarla alakalı bir kaygı çeşididir.

Bu araştırmanın birincil amacı hayatlarında daha önce tüplü dalış sporunu denememiş bireylerin bu sporu yapmadan önceki sürekli kaygı düzeyleri ve bu sporu yaptıktan sonraki durumluk kaygı düzeylerini belirlemektir. Bir diğer amaç ise doğal olarak, bu psikolojik etkilenmenin boyutlarını uygulan ölçeklerle farklı değişkenlere göre kendi içinde yorumlamaktır.

Ayrıca; araştırmaya dahil olan katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, gelir durumu ve yüzebilme becerisi gibi değişkenler dikkate alındığında katılımcıların deneme dalışı aktivitesi ile sürekli ve durumluk kaygı düzeyleri arasındaki farkın karşılaştırılması araştırmanın alt amaçlarının oluşturmaktadır.

MATERYAL METOT

Araştırma Grubu

Araştırmanın evrenini ülke içinden veya dışından Antalya-Kaş bölgesine gelip ilk defa deneme dalışını tecrübe etmek isteyen Türk vatandaşları oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemi ise Kaş' da faaliyet gösteren dalış merkezlerinden biri olan Subaqua dalış merkezine gelip hayatında ilk defa deneme dalışı yapanlar arasından rastgele örnekleme yöntemi ile belirlenmiştir. Araştırmanın örnekleme sayısı (n=150) kadın (n=150) erkek olmak üzere toplamda 300 (Ortaş=28.23±5.49) kişiden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu; Genel demografik bilgiler (yaş, cinsiyet) dışında, medeni durum, gelir durumu ve yüzme bilme durumu gibi sorular kişisel bilgi formunda yer almaktadır.

RSTC Formu (Recreational Scuba Training Council); Veriler, Profesyonel Dalış Eğitmenleri Birliği (PADI), Dünya Scuba Geliştirme Konsülü (WRSTC) ve Uluslararası Sualtı Hiperbarik Tedavi Derneği (IUHMC) Tarafından ortaklaşa hazırlanan bir sağlık geçmişi formunun doldurulmasıyla elde edilir. Formda sağlık durumu ve olası fiziksel veya psikolojik rahatsızlıklarla ilgili toplamda 35 soru yer almaktadır.

Spielberger Sürekli ve Durumluk Kaygı Ölçeği; Orijinal formu (Spielberger vd., 1970) tarafından sürekli ve durumluk kaygı düzeylerini birbirlerinden ayrı olarak elde etmek amacıyla geliştirilen ölçeğin Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Öner ve Le Compte (1983) tarafından yapılmıştır. 4'lü likert tipi olan ölçek, 20 maddelik Sürekli Kaygı Ölçeği ve 20 maddelik Durumluk Kaygı olmak üzere toplam 40. Maddeden oluşur.

Verilerin Toplanması; Uygulama öncesi öğrencilere araştırmanın amacı anlatılmış ve ölçek ile ilgili gerekli bilgiler araştırmacı tarafından anlatılmıştır. Çalışmaya katılan bireylere Kişisel Bilgi Formu RSTC Formu (Recreational Scuba Training Council) ve Spielberger Sürekli ve Durumluk Kaygı Ölçeği uygulanmıştır.

Verilerin İstatistiksel Analizi; İstatistik analiz için, Windows tabanlı SPSS 18.0 istatistik paketi kullanılmıştır. Sonuçlar, tablo ya da metin içerisinde, frekans dağılımı, ortalama değerler ve standart sapma olarak belirtilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterme durumları Kolmogorov-Smirnov normallik testi ile incelenmiş olup normal dağılım göstermeyen veriler, non-parametrik istatistik yöntemleri ile değerlendirilmiştir. Buna göre; bağımsız gruplarda (2 grup) ortalamalar arasındaki farkın değerlendirilmesi için Mann Whitney U istatistik yöntemine başvurulmuştur.

İkiden fazla grubun olduğu non-parametrik karşılaştırmalarda ise Kruskal-Wallis istatistik yöntemi kullanılmıştır. Tüm karşılaştırmalarda $\alpha=0.05$ anlam düzeyi karşılaştırma kriteri olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Tablo 1.1 (aşağıda) incelendiğinde; İlk defa dalış yapan bireylerin 150'sinin (%50) erkek, 150'sinin (%50) kadın olduğu, 200'ünün (%66,7) bekar, 100'ünün (%33,3) evli olduğu görülmektedir.

103'ünün (%34,3) 17-25 yaş, 148'inin (%49,3) 26-34 yaş, 49'unun (%16,3) 35 yaş üstü olduğu görülmektedir. Yüzme durumlarına bakıldığında; 241'inin (%80,3) yüzme bildiği, 49'unun (%19,7) ise yüzme bilmediğini söylenebilir. Gelir durumlarına göre ise; 90'ının (%30) 1000-1300 lira, 35'inin (%11,7) 1300-2000 lira, 36'sının (%12) 2000-2700 lira, 50'sinin (%16,7) 2700-3500 lira, 61'inin (%20,3) 3500-5000 lira, 28'inin ise (%9,3) 5000-12000 lira gelir düzeylerinin olduğu görülmektedir.

Alt Faktörler	Öğrenciler	N	%
Cinsiyet	Kadın	150	50
	Erkek	150	50
Medeni Durum	Bekâr	200	66.7
	Evli	100	33.3
Yaş	17-25	103	34.3
	26-34	148	49.3
	35+	49	16.3
Yüzme	Biliyor	241	80.3
	Bilmiyor	49	19.7
Gelir Durumu	1000-1300	90	30
	1300-2000	35	11.7
	2000-2700	36	12
	2700-3500	50	16.7
	3500-5000	61	20.3
	5000-12000	28	9.3

Tablo 1.2 (aşağıda) incelendiğinde kadın ve erkek bireylerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri ortalama puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($U=9954,5$, $p=.0019$; $p<.05$), ($U=7865,5$, $p=.0005$; $p<.05$).

Ölçek	Cinsiyet	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	P
Durumluk Kaygı	Erkek	150	134,53	20179,5	8854,5	,0019
	Kadın	150	166,47	24970,5		
Sürekli Kaygı	Erkek	150	127,94	19190,5	7865,5	,0005
	Kadın	150	173,06	25959,5		

* $p<0.05$

Tablo 1.3 (aşağıda) incelendiğinde yaşlarına göre bireylerin durumluk kaygı

düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($X^2=4.008$, $p=.130$; $p>.05$). Sürekli kaygı düzeyleri arasında anlamlı bir fark tespit edilmiştir ($X^2=7.669$, $p=.022$; $p<.05$). 17-24 yaş arasındaki bireylerin sürekli kaygılarının daha yüksek olduğu görülmektedir.

Ölçek	Yaş	N	Sıra Ort.	χ^2	P
Durumluk Kaygı	17-24	103	158,18	4,088	0,130
	25-34	148	152,48		
	35+	49	128,36		
Sürekli Kaygı	17-24	103	169,58	7,669	0,022
	25-34	148	141,40		
	35+	49	137,88		

* $p<0.05$

Tablo 1.4 incelendiğinde (aşağıda) gelir düzeylerine göre bireylerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($X^2=18.602$, $p=.002$; $p<.05$), ($X^2=24.807$, $p=.00*0$; $p<.05$). 5000-12000 gelir düzeyi olan bireylerin sürekli ve durumluk kaygılarının diğer gelir düzeylerine göre kaygılarının düşük olduğu görülmektedir.

Ölçek	Gelir Durumu	N	Sıra Ort.	χ^2	P
Durumluk Kaygı	1000-1300	90	168,73	18,602	,002
	1300-2000	35	134,34		
	2000-2700	36	163,97		
	2700-3500	50	163,04		
	3500-5000	61	138,85		
	5000-12000	28	97,75		
Sürekli Kaygı	1000-1300	90	180,98	24,807	,000
	1300-2000	35	160,29		
	2000-2700	36	154,26		
	2700-3500	50	139,20		
	3500-5000	61	128,83		
	5000-12000	28	102,84		

* $p<0.05$

Tablo 1.5 (aşağıda) incelendiğinde bekar ve evli bireylerin durumluk kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($U=9113$, $p=.0210$; $p>.05$). Sürekli Kaygı düzeyleri arasında ise anlamlı bir fark bulunmuştur. ($U=8382$, $p=.032$; $p<.05$). Bekar bireylerin sürekli kaygılarının evli olanlara göre daha fazla olduğu görülmektedir.

Ölçek	Medeni Durum	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	P
Durumluk Kaygı	Bekar	200	154,94	30987	9113	,210
	Evli	100	141,63	14163		
Sürekli Kaygı	Bekar	200	158,09	31618	8382	,032
	Evli	100	135,32	13532		

* $p<0.05$

Tablo 1.6 (aşağıda) incelendiğinde yüzme bilme durumlarına göre bireylerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır ($U=6730,5$, $p=.525$; $p>.05$), ($U=6968$, $p=.812$; $p>.05$).

Ölçek	Yüzme	N	Sıra Ort.	Sıra Top.	U	P
Durumluk Kaygı	Biliyor	241	152,07	36649,50	6730,5	,525
	Bilmiyor	59	144,08	8500,50		
Sürekli Kaygı	Biliyor	241	149,91	36129	6968	,812
	Bilmiyor	59	152,90	9021		

*p<0.05

TARTIŞMA SONUÇ

Bu çalışmanın sonuçlarına göre, Sürekli ve Durumluk kaygı puanları dikkate alındığında, cinsiyetler arasında anlamlı fark olduğu anlaşılmaktadır.

Üniversite öğrencisi olan kız öğrencilerin yaşadıkları sürekli kaygı düzeylerinin, erkek öğrencilere göre yüksek olduğu görülmektedir.

Gelir düzeylerine göre bireylerin durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur. Gelir düzeyi yüksek olan bireylerin sürekli ve durumluk kaygılarının diğer gelir düzeylerine göre kaygılarının düşük olduğu görülmektedir.

106 okul müdürü ve 160 okul müdür yardımcısı ve toplamda 266 yönetici üzerinde yaptığı çalışmada, okul yöneticilerinin yönetici kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelemiş ve kaygı düzeylerini birçok değişkenin etkilediğini ve ortalama değerlerin üzerinde elde edildiğini yorumlamıştır (Şahin, 2014).

Bireylerin yaşlarına göre kaygı düzeyleri karşılaştırıldığında; Durumluk kaygı düzeylerinin yaş kriteri bakımından anlamlı farklılık göstermediği bulunmuştur. Sürekli kaygı düzeylerine bakıldığında 17-24 yaş grubundaki bireylerin diğer yaş gruplarına göre yüksek olduğu görülmektedir.

(Kartopu, 2012) yaptığı çalışmada 13-19 yaşlarındaki bireylerin diğer yaş gruplarına göre sürekli kaygılarının yüksek olduğunu belirlemiştir.

Medeni durumlar bakımından incelemelerimizde; Durumluk kaygısı yönünden medeni durum etkili bir faktör değildir. Sürekli kaygı düzeyleri bekâr bireyler için evlilere göre daha yüksek olduğu görülmüştür.

(Pamuk Vd.,2014) yaptıkları çalışmada evli ve bekâr olan katılımcılar arasında anlamlı farklılıklar bulmuştur. Sürekli kaygı düzeyi açısından bekâr olanların evli olanlara göre daha yüksek kaygı düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Bu açıdan araştırma sonuçlarımız örtüşmektedir. Akmaç ve Ceyhan (2009), yaptıkları çalışmada ise her iki

kaygı durumu açısından anlamlı farklılıklara ulaşmamıştır.

Yüzme durumlarına göre baktığımızda ise durumluk ve sürekli kaygı düzeyleri üzerinde etkili olmadığı belirlenmiştir. Yüzme bilen ve bilmeyen bireylerin kaygı düzeyi puanları arasında fark görülmemiştir.

KAYNAKLAR

- Açıkada, C. & Ergen, E. (1990). *Bilim ve spor*, Ankara: Büro-Tek Ofset Matbaacılık.
- Akmaz, G. & Ceyhan, N. (2009). Fen Edebiyat Fakültesi Türk Dili ve Edebiyatı Bölümü öğrencilerinin durumluk-sürekli kaygı düzeyleri ve kaygı nedenleri (Tokat örneği). *Sosyal Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 12(1): 131-147
- Basco, R. E. & Olea, M. T. (2013). Correlation between anxiety level and academic performance of BS biology freshmen students. *International Journal Of Educational Research And Technology*, 4(1): 97-103.
- Bilge, M., Münüroğlu, S. & Gündüz, N. (2000). Türk Bayan Hentbol Milli Takımı oyuncularının somatotip profilleri ve yabancı ülke sporcuları ile karşılaştırılması. *Spor Araştırmaları Dergisi*, 4(1): 102
- Cüceloğlu, D. (1994). *İnsan ve davranışı: Psikolojinin temel kavramları*. İstanbul: Remzi Kitabevi
- Kartopu, S. (2012). Lise öğrenci ve öğretmenlerinin durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Fırat Üniversitesi İlahiyat Fakültesi Dergisi*, 17(2): 147-170.
- Koca, E. & Toklu, A. S. (2015). *Türkiye’de gerçekleşmiş dalış kazaları analizi* (Uzmanlık Tez Çalışması). İstanbul Üniversitesi Tıp Fakültesi Sualtı Hekimliği ve Hiperbarik Tıp Anabilim Dalı
- Muratlı, S. (1976). *Antrenman ve istasyon çalışmaları*. Ankara: Beden Eğitim Öğretmenleri Derneği
- Öner, N. & Le Comte, A. (1983). *Sürekli durumluk /sürekli kaygı envanteri el kitabı*. İstanbul: Boğaziçi Üniversitesi Yayınları
- Pamuk, Y., Hamurcu, H. & Armağan, B. (2014). Sınıf Öğretmeni adaylarının durumluk ve sürekli kaygı düzeylerinin incelenmesi (İzmir-Buca Örneği). *Journal of Faculty of Education*, 3(2), 293-316.
- Spielberger, C.D., R.C. Gorsuch & R.E. Lushene. (1970). *Manual for the state-trait anxiety inventory*. California : ConsultingPsychologists Press.
- Şahin, C. (2014). Okul yöneticilerinin yönetici kaygı düzeylerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12(4): 144-147.
- Tanju, E. H., Darica, N. & Büyüköztürk, Ş. (2011). Erken çocukluk dönemi eğitim programına yönelik inançlar ölçeğinin uyarlanması ve bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 1(40): 120-133
- http://www.tdk.gov.tr/index.php?option=com_gts&arama=gts&guid=TDK.GTS.57653651bfd523.52021580, (erişim tarihi: 18.06.2016).