



SPORMETRE

The Journal of Physical Education and Sport Sciences
Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi

DOI: 10.33689/spormetre.1223626



Geliş Tarihi (Received): 23.12.2022

Kabul Tarihi (Accepted): 12.04.2023

Online Yayın Tarihi (Published): 30.06.2023

YEREL YÖNETİM ÇALIŞANLARININ SPOR FARKINDALIKLARI İLE SPOR ETKİNLİKLERİNE YÖNELİMLERİ ÜZERİNE İLİŞKİSEL BİR ARAŞTIRMA: İSTANBUL İLİ ÖRNEĞİ

Senem Çeyiz^{1†}, Özlem Alagül¹, İsmail Kara¹

¹Kastamonu Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, KASTAMONU

Öz: Bu çalışmada, yerel yönetim çalışanlarının spor farkındalıkları ile spor etkinliklerine yönelimleri arasındaki ilişki incelenmiştir. Ayrıca katılımcıların spor farkındalıkları ile spor etkinliklerine yönelimleri çeşitli değişkenler açısından da incelenmiştir. İlişkisel tarama modeli çerçevesinde şekillendirilmiş olan çalışmada, nicel araştırma yaklaşımı benimsenmiştir. Araştırmanın örneklemini, İstanbul ili özelinde, basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılarak çalışmaya dahil edilen 299 (110 kadın, 189 erkek) yerel yönetim çalışanı oluşturmaktadır. Araştırma verilerinin toplanmasında, Spor Farkındalığı Ölçeği (SFÖ), Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeği (SEYÖ) ve Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Araştırma verilerinin analizi SPSS 20.0 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Normal dağılım gösterdiği tespit edilen araştırma verilerinin analizinde, değişkenler arasındaki farklılıkların belirlenmesinde Bağımsız Örneklem t Testi ve Tek Yönlü ANOVA testi kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkilerin düzeyi ise Pearson Korelasyon Analizi ile belirlenmiştir. Araştırma sonunda elde edilen bulgular doğrultusunda katılımcıların SEYÖ puan ortalamaları $3,48 \pm 0,82$, SFÖ puan ortalamaları $3,76 \pm 0,63$ olarak bulunmuştur (Ölçme araçları 5 dereceli ölçeklerdir). Korelasyon analizi sonucunda, spor farkındalığı düzeyi ile spor etkinliklerine yönelim düzeyi arasında, yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($p < 0,05$). Ayrıca katılımcıların spor farkındalıklarının ve spor etkinliklerine yönelimlerinin yaş ve ebeveyn olup olmama değişkenlerine göre farklılık göstermediği; cinsiyete (Erkek > Kadın), eğitim durumuna (lisans ve lisansüstü mezunu - lise mezunu > ilk ve ortaöğretim mezunu) ve ailede sporcu ya da spor öz geçmişi bireylerin olup olmaması durumuna (Var > Yok) göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Spor farkındalığı, spora yönelim, yerel yönetim çalışanı.

A RELATED RESEARCH ON THE SPORT AWARENESS OF LOCAL GOVERNMENT EMPLOYEES AND THEIR ATTENTION TO SPORTS ACTIVITIES: THE CASE OF ISTANBUL

Abstract: In this study, the relationship between sports awareness of local government employees and their orientation to sports activities was examined. In addition, the participants' awareness of sports and their orientation to sports activities were also examined in terms of various variables. Quantitative research approach was adopted in the research, shaped within the framework of the relational survey model. The sample of the study consists of 299 (110 female, 189 male) local government employees, included in the study using the simple random sampling method in the province of Istanbul. In the collection of research data, Sports Awareness Scale (SAS), Sports Activities Orientation Scale (SAOS) and Personal Information Form were used. Analysis of the research data was carried out using the SPSS 20.0 program. Independent Samples t-Test and One-Way ANOVA test were used in the analysis of the research data, found to have normal distribution, to determine the differences between the variables. The level of relations between the scales was determined by Pearson Correlation Analysis. In line with the findings obtained at the end of the research, the participants' SAOS mean score was found to be 3.48 ± 0.82 , and their SAS mean score was 3.76 ± 0.63 (Measuring tools are 5-point scales). As a result of the correlation analysis, it was determined that there was a highly positive and significant relationship between the level of sports awareness and the level of orientation towards sports activities ($p < 0.05$). In addition, the participants' awareness of sports and their orientation to sports activities did not differ according to the variables of age and being a parent; It was determined that it differs according to gender (Male > Female), education status (undergraduate and graduate - high school graduate > primary and secondary education graduate) and whether there are athletes or individuals with a sports background in the family (Yes > No).

Key Words: Sports awareness, sports orientation, local government employee.

[†] Sorumlu Yazar: Dr. Öğr. Ü., Senem Çeyiz E-mail: ceyizsenem@hotmail.com

GİRİŞ

Fiziksel olarak aktif bir yaşam sürmenin; birçok kronik hastalığın önlenmesi ya da bu hastalıkların olumsuz etkilerinin hafifletilmesi, ruh sağlığının korunması, zinde bir günlük yaşam sürdürmek gibi bireysel anlamda olumlu etkileri olduğu bilinmektedir. Ayrıca düzenli fiziksel aktivitenin; halk sağlığını korumak, toplumda ilaç kullanımının azalması ile birlikte ülke ekonomisine katkı sağlamak, uygar beşeri ilişkilere etki etmek gibi toplumsal anlamda olumlu etkileri olduğu da söylenebilir. Çocuk ve ergenlerde fiziksel aktivitenin, saldırgan davranışları azaltmada etkili olduğu ileri sürülmektedir (Zhu ve ark., 2022). Rekreasyon etkinlikleri içerisinde yer alan spor etkinlikleri, erişilebilirlik, kolaylık ve her yaştan ve cinsiyetten herkesin ihtiyaçlarını karşılaması nedeniyle tercih edilmektedir (Balci ve Doğaner, 2012). Bireyleri fiziksel aktivitelere katılıma güdüleyen en yaygın faktörler; demografik, biyolojik, psikolojik, bilişsel, duygusal, sosyal, kültürel, davranışsal özellikler, yetenekler, fiziksel özellikler şeklindedir (Savu, 2018). Ayrıca bireylerin serbest zamanlarında benimsedikleri fiziksel aktivite türleri küresel anlamda da farklılık göstermektedir. Doğu Akdeniz, Güneydoğu Asya ve Batı Pasifik ülkeleri ile ABD’de yaşayan yetişkinler arasında yürüyüş, en popüler fiziksel aktivite iken, Avrupa ve Afrika’da futbol ve koşu öne çıkan aktivitelerdir (Hulteen ve ark., 2017).

Tüm olumlu çıktılara rağmen, dünya genelinde toplumların fiziksel aktiviteden yoksun bir yaşam benimsediği bilinmektedir. Dünya çapında bireylerin fiziksel aktivite düzeyleri incelendiğinde yetişkin nüfusun dörtte birinden fazlasının (1,4 milyar yetişkin) yeterince aktif olmadığı, 2001 ve 2016 yılları arasında yüksek gelirli ülkelerdeki yetersiz aktivitenin %5 arttığı (%31,6’dan %36,8’e) görülmektedir (World Health Organization, 2022). Ayrıca küresel mortalite oranları incelendiğinde fiziksel hareketsizlik, hem erkeklerde hem de kadınlarda dördüncü önde gelen risk faktörüdür (Bull ve Bauman, 2011). Fiziksel aktivitenin bilimsel olarak ortaya konan tüm olumlu etkilerine rağmen, bireylerin hareketsiz bir yaşam benimsemesi; spor farkındalığı kavramı ve bireysel olarak farklılık gösterebilen bu olgunun bireylerin sportif etkinliklere yönelimi üzerine etkileri konularında merak uyandırmıştır.

Farkındalık kavramı farklı tanımlamalarla literatürde yer almakla birlikte, işlevsel bir tanımla; mevcut deneyimin yargılayıcı olmayan ve istemli bir şekilde ortaya çıkmasına yönelik bilinçlilik olarak tanımlanır (Kabat-Zinn, 2003). Bir başka tanımlamaya göre farkındalık; niyet, dikkat ve tutumdan oluşan üç bileşenin, döngüsel bir sürecin içinde aynı anda ortaya çıkmasıdır (Shapiro vd., 2006). Yukarıdaki tanımlamalar ışığında farkındalığın; duyarlılık, bilinçli olmak, yargılamaktan uzak durabilmek temalarını kapsadığı söylenebilir. Farkındalık, zihnin doğal bir işlevi gibi görünse de, onu en iyi performansı sergilemek için hayati bir kapasite haline getiren temel özellikler; yargısızlık (yargılayıcı olmamak), yalın dikkat ve amaçlılık/kasıtlılık (dikkatli olma niyeti) şeklindedir (Baltzell ve Summers, 2017). Yargısızlık bireyin geçmiş deneyimlerden gelen dikkat dağıtıcı düşüncelerden kurtularak, farkındalığına katkı sağlarken; yalın dikkat, bireyin ön yargı ve diğer negatif düşüncelerinden arınarak, kendini serbest bırakması anlamını taşımaktadır (Uyar, 2019). Amaçlılık/kasıtlılık, farkındalığın kalitesinin dikkatli olma niyeti tarafından beslendiği anlamına gelir (Baltzell ve Summers, 2017).

Farkındalığın temel özelliklerinin yanı sıra farkındalık sayesinde açığa çıkan çeşitli işlevler söz konusudur. Bu işlevler ise; konsantrasyon, duru görüş, zihnin korunması ve zihin dengesi şeklinde sıralanmaktadır (Baltzell ve Summers, 2017). Gelişmiş farkındalık becerileri yoluyla açığa çıkan bu işlevlerden kısaca söz etmek gerekirse;

Konsantrasyon, bireylerin önemseydiği bir şeyi daha tutarlı bir şekilde radarında tutabileceği anlamını taşıırken, duru görüş zihnin bozulmalardan arınmış bir şekilde gerçek zamanda olan

bitene açık ve tamamen uyanık oluş halini ifade etmektedir. Farkındalık yoluyla açığa çıkan bir diğer işlev olan zihnin korunması, yıkıcı ve yararsız düşüncelerin etkisiz hale getirilmesi, faydalı düşüncelere ise ücretsiz giriş hakkı verilmesi şeklinde ifade edilmektedir. Son olarak farkındalık, neler olduğuna dair dengeli bir bakış açısını destekleyerek zihin dengesinin korunmasını sağlar (Baltzell ve Summers, 2017).

Farkındalık türleri iç içe geçmiş bir şekilde; mevcut anın farkındalığını temsil eden *gözlemsel farkındalık*, dikkat dağıldığında izleme, tespit etme ve yeniden dikkati toplama yeteneğini temsil eden *farkındalığı hatırlama*, dikkatin stabilize olması sonrası sağlıklı olanı sağlıksız durumlardan ayırt etme yeteneğini temsil eden *doğru farkındalık*, son olarak diğer farkındalık türlerinin temelleri aracılığıyla, durumların gerçek doğasına dair iç görüye yol açan kavrayışı temsil eden *bilge farkındalık* şeklinde tanımlanmaktadır (Berthon ve Pitt, 2019). Bireyin bir olgu ile ilgili farkındalık hali, edinilen olumlu ya da olumsuz yargılar çerçevesinde tutum ve davranışların ortaya çıkmasına yol açar (Uyar ve Sunay, 2020). Bu doğrultuda doğru bilgi yoluyla kazanılan farkındalığın, herhangi bir konuda doğru tutum ve davranışlar olarak açığa çıktığı söylenebilir.

Doğru tutum ve davranışlar bir toplumda sosyal yaşamı olumlu şekillendirirken, fiziksel olarak aktif bir yaşam benimsemek de, bireyin kendisi ve çevresi için sergilediği doğru bir tutum olarak kabul edilebilir. Fiziksel aktivitenin tekrarlama yoluyla edinilen davranışsal bir alışkanlık olduğunu ileri süren araştırmacıların yanı sıra, fiziksel olarak aktif olma kararlarının aynı zamanda dikkat, düşünme ve karar vermeyi gerektirdiği için bilişsel olduğu savunulmaktadır (Ennis, 2017). Bu tezin spor farkındalığı kavramına işaret ettiği söylenebilir. Spor farkındalığı; fiziksel aktivitenin bireysel ve toplumsal faydalarının farkında olma ve bu farkındalığı çevresindeki diğer bireyleri bilinçlendirmeye çabalamak olarak açıklanabilmektedir (Uyar, 2019). Konu ile ilgili bir diğer kavram ise spor yoluyla farkındalık kavramıdır. Spor yoluyla farkındalık çalışmaları; bireylerin toplumun bir ferdi olarak sosyal yaşamda önem teşkil eden konulara spor aracılığı ile dikkatini çekmek, ilgili konular hakkında onları bilgilendirmek ve kalıcı tutumlar geliştirmelerini sağlamak amacıyla yürütülen sosyal bilinç hareketleridir (Uyar, 2019). Spor farkındalığının, bireysel olarak farklılık gösterebilecek bir olgu olduğu düşünüldüğünde, bireylerin fiziksel aktiviteye yönelme motivasyonuna etki etme potansiyeli açısından merak uyandırdığı söylenebilir. Yerel yönetim çalışanları, şehrin ihtiyaçlarına göre birçok farklı alanda hizmet veren yerinden yönetim kurumunun personelleri olarak, özellikle büyükşehir sıfatı taşıyan illerde yoğun bir iş temposuna dahil olmak durumundadır. Bu rutin içinde çalışanların, spor farkındalığı ve fiziksel olarak aktif bir yaşam benimsemelerinin önemli olduğu düşünülmektedir. Bu araştırma İstanbul ili özelinde yerel yönetim çalışanlarının çeşitli değişkenler açısından spor farkındalıkları ile sportif etkinliklerine yönelim düzeyleri ile bu iki tutum arasındaki ilişkinin düzeyine odaklanmaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

İlişkisel tarama modeli çerçevesinde şekillendirilmiş olan araştırmada, nicel araştırma yaklaşımı benimsenmiştir.

Evren-Örneklem

Araştırmanın evreni, İstanbul ilinde görev yapmakta olan yerel yönetim çalışanlarından, örnekleme ise bu evren içerisinde basit seçkisiz örnekleme yöntemi kullanılarak araştırmaya dahil edilen 299 (110 kadın, 189 erkek) yerel yönetim çalışanından oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırma verilerinin toplanmasında, Uyar (2019) tarafından geliştirilen “Spor Farkındalığı Ölçeği” (SFÖ), Çevik vd. (2019) tarafından geliştirilen “Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeği” (SEYÖ) ve araştırmacılar tarafından bu araştırma için hazırlanan “Kişisel Bilgi Formu” kullanılmıştır. SFÖ, 5’li likert tipinde olup 30 maddeden ve 2 alt boyuttan oluşmaktadır. SEYÖ, 5’li likert tipinde olup 12 maddeden ve 3 alt boyuttan oluşmaktadır. SFÖ’den alınan puan, katılımcıların spor farkındalığı düzeyini, SEYÖ’den alınan puan ise katılımcıların spor etkinliklerine yönelim düzeyini yansıtmaktadır.

Yapılan güvenirlik analizi sonucu, ölçeklerin iç tutarlılık katsayıları SFÖ için “0,95”, SEYÖ için “0,94” bulunmuştur. İç tutarlılık katsayılarının “0,80-1,00” arasında olması ölçeklerin “yüksek güvenirlikte” olduğunu (Tezbaşaran, 1997) ve bu araştırma kapsamında kullanılabilir nitelikte olduğunu göstermektedir.

Verilerin Toplanması

Veriler İstanbul ilindeki yerel yönetim kurumlarında (İstanbul Büyükşehir, Fatih, Sancaktepe, Esenyurt, Ümraniye, Kadıköy, Bayrampaşa Belediyeleri) görev yapan çalışanlardan 2021 yılında Nisan ayı boyunca elektronik ortamda toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırma verilerinin analizi SPSS 20.0 programı kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Verilerin normal dağılım analizi çarpıklık ve basıklık değerleri analizi ile gerçekleştirilmiştir (Tablo 1). Çarpıklık değerleri -2/+2 arasında, basıklık değerleri -7/+7 arasında olan verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edilmiştir (Byrne, 2016).

Tablo 1. Verilerin çarpıklık ve basıklık değerleri

Ölçekler	Ort.	S	Çarpıklık	Basıklık
Spor Farkındalığı Ölçeği (SFÖ)	3.76	0.63	-0.254	-0.171
Spor Etkinliklerine Yönelim Ölçeği (SEYÖ)	3.48	0.82	-0.338	0.097

Verilerinin analizinde, değişkenler arasındaki farklılıkların belirlenmesinde Bağımsız Örneklem t testi ve tek yönlü varyans analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkilerin düzeyleri ise Pearson Korelasyon Analizi ile belirlenmiştir.

BULGULAR

Araştırmaya katılan yerel yönetim çalışanlarına ait tanımlayıcı İstatistikler, Tablo 2’de gösterilmektedir.

Tablo 2. Tanımlayıcı istatistikler

Demografik Bilgiler	Gruplar	f	%
Cinsiyet	Kadın	110	36.8
	Erkek	189	63.2
Yaş	18-25	34	11.4
	26-33	81	27.1
	34-41	88	29.4
	42 ve üzeri	96	32.1
Eğitim	İlk ve ortaöğretim mezunu	61	20.4
	Lise mezunu	68	22.7
	Lisans ve lisansüstü mezunu	170	56.9
Gelir	0-2300 TL	18	6
	2301-3500 TL	40	13.4
	3501-4700 TL	77	25.8
	4701-5000 TL	37	12.4
	5001 ve üzeri	127	42.5
Toplam		299	100

Katılımcıların SFÖ ve SEYÖ’den aldıkları puanların ortalamaları, Tablo 3’te gösterilmektedir.

Tablo 3. Katılımcıların SFÖ ve SEYÖ’den aldıkları puan ortalamalarının dağılımı

	$\bar{X} \pm ss$	Minimum	Maksimum
SFÖ (n:299)	3.76 ± 0.63	1.87	5.00
SEYÖ (n:299)	3.48 ± 0.82	1.08	5.00

Katılımcıların SFÖ’den aldıkları puanların aritmetik ortalamalarına göre (Ortalama=3.76, standart sapma=0.63) spor farkındalıklarının yüksek düzeyde olduğu görülmektedir. Katılımcıların SEYÖ’den aldıkları puanların aritmetik ortalamalarına göre (Ortalama=3.48, standart sapma=0.82) spor etkinliklerine yönelimlerinin de yüksek düzeyde olduğu görülmektedir.

Katılımcıların cinsiyetlerine göre SFÖ ve SEYÖ’den aldıkları puanların ortalamaları, Tablo 4’te gösterilmektedir.

Tablo 4. Cinsiyetlerine göre katılımcıların SFÖ ve SEYÖ puanlarının T-Testi sonuçları

	Gruplar	$\bar{X} \pm ss$	sd	t	p
SFÖ	Kadın	3.57 ± 0.61	297	4.07	.000*
	Erkek	3.87 ± 0.61			
SEYÖ	Kadın	3.31 ± 0.83		2.80	.005*
	Erkek	3.58 ± 0.79			

*p<0.05

Tablo 4. incelendiğinde, yerel yönetim çalışanlarının SFÖ ve SEYÖ’den aldıkları puanlarda, cinsiyete göre anlamlı bir farklılık saptanmıştır (SFÖ: t=4.07, p<0.05; SEYÖ: t=2.80, p<0.05). Erkek katılımcıların SFÖ puanlarının (3.87 ± 0.61) kadın katılımcıların puanlarına (3.57 ± 0.61) göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Dolayısıyla erkek yerel yönetim çalışanlarının spor farkındalık düzeylerinin kadın çalışanlara göre daha yüksek olduğu belirlenmiştir. SEYÖ puan

ortalamları incelendiğinde; yine erkek katılımcıların puanlarının (3.58 ± 0.79) kadınların puanlarına (3.31 ± 0.83) göre daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu bulgular erkek yerel yönetim çalışanlarının spor etkinliklerine yönelim düzeylerinin kadın çalışanlardan yüksek olduğunu göstermektedir.

Kn aileli katılımcıların sporcu ya da spor öz geçmişi bireyin olup olmaması durumuna göre SFÖ ve SEYÖ'den aldıkları puanların ortalamaları, Tablo 5'te gösterilmektedir.

Tablo 5. Ailede sporcu bireyin bulunması durumuna göre katılımcıların SFÖ ve SEYÖ puanlarının T-Testi sonuçları

	Gruplar	$\bar{X} \pm ss$	sd	t	p
SFÖ	Var	3.87 ± 0.29	297	2.51	.012*
	Yok	3.68 ± 0.64			
SEYÖ	Var	3.60 ± 0.82	297	2.03	.043*
	Yok	3.40 ± 0.81			

Tablo 5. incelendiğinde, yerel yönetim çalışanlarının SFÖ ve SEYÖ'den aldıkları puanlarda, ailede sporcu bireyin bulunması durumuna göre anlamlı bir farklılık saptanmıştır (SFÖ: $t=2.51$, $p<0.05$; SEYÖ: $t=2.03$, $p<0.05$). Hem SFÖ (Var: 3.87 ± 0.29 ; Yok: 3.68 ± 0.64) hem de SEYÖ (Var: 3.60 ± 0.82 ; Yok: 3.40 ± 0.81) puanlarının, ailede spor öz geçmişi birey bulunan katılımcılar lehine daha yüksek olduğu görülmektedir. Bu bulgular, ailesinde spor öz geçmişi birey bulunan katılımcıların spor farkındalık düzeylerinin ve spor etkinliklerine yönelim düzeylerinin, bulunmayanlara göre daha yüksek olduğuna işaret etmektedir.

Katılımcıların eğitim durumuna göre SFÖ ve SEYÖ'den aldıkları puanların ortalamaları, Tablo 6'da, ANOVA sonuçları ise Tablo 7'de gösterilmektedir.

Tablo 6. Eğitim durumlarına göre katılımcıların SFÖ ve SEYÖ puanlarının betimsel istatistikler

	Gruplar	n	$\bar{X} \pm ss$
SFÖ	İlk ve ortaöğretim mezunu	61	3.42 ± 0.64
	Lise mezunu	68	3.88 ± 0.58
	Lisans ve lisansüstü mezunu	170	3.83 ± 0.60
SEYÖ	İlk ve ortaöğretim mezunu	61	3.20 ± 0.83
	Lise mezunu	68	3.65 ± 0.82
	Lisans ve lisansüstü mezunu	170	3.52 ± 0.79

Tablo 7. Eğitim Durumlarına Göre Katılımcıların SFÖ ve SEYÖ Puanlarının Anova Sonuçları

	Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	sd	Kareler Ortalaması	F	P	Anlamlı Fark (Scheffe)
SFÖ	Gruplararası	8.654	2	4.327	11.643	.000*	Lisans/lisansüstü ve lise>
	Gruplarıçi	109.995	296	.372			İlk/ortaöğretim
	Toplam	118.649	298				
SEYÖ	Gruplararası	6.980	2	3.490	5.321	.005*	Lisans/lisansüstü ve lise>
	Gruplarıçi	194.151	296	.656			İlk/ortaöğretim
	Toplam	201.131	298				

Tablo 7 incelendiğinde, katılımcıların hem SFÖ [$F(2,296)=11.64$ $p<.05$] hem de SEYÖ'den [$F(2,296)=5.32$ $p<.05$] aldıkları puanlarda, eğitim durumuna göre anlamlı bir farklılık saptanmıştır. Eğitim düzeylerine göre hangi gruplar arasında farklılık olduğunu bulmak amacıyla yapılan Scheffe testinin sonuçlarına göre, lisans ve lisansüstü mezunu ile lise mezunu

olanların ilk ve ortaöğretim mezunlarına göre SFÖ ve SEYÖ puan ortalamalarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir.

Katılımcıların spor farkındalık düzeyleri ve spor etkinliklerine yönelimleri arasındaki ilişkinin düzeyi ise Pearson Korelasyon Analizi ile belirlenmiştir. İlgili korelasyon katsayıları Tablo 8’de gösterilmektedir.

Tablo 8. SFÖ ve SEYÖ’nün korelasyon analizi sonuçları

Değişkenler		SEYÖ
SFÖ	r	.798**
	p	.000
	n	299

Korelasyon analizi sonucunda, spor farkındalığı düzeyi ile spor etkinliklerine yönelim düzeyi arasında, yüksek düzeyde pozitif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir ($r = .798$, $p = .000$).

Katılımcıların SFÖ ve SEYÖ’den aldıkları puanlarda yaşa ve çocuk sahibi olma durumuna göre anlamlı bir farklılık saptanmamıştır. Ayrıca katılımcıların tesis yeterlilik algıları yedi dereceli bir ölçek üzerinden değerlendirilmiş (1 = Kesinlikle yeterli değil, 7 = Kesinlikle yeterli); tesis yeterlilik algı ortalaması 4.28 (S = 2.16) olarak belirlenmiştir. Günlük mesai saatlerinde fiziksel aktivite gerçekleştiren bireylerin oranı %26.4 (n=79), herhangi bir fiziksel aktivite gerçekleştirmeyen katılımcıların oranı ise %73.6 (n=220) olarak bulunmuştur.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırma sonucunda, bu araştırmaya katılan yerel yönetim çalışanlarının spor farkındalık düzeyleri ve spor etkinliklerine yönelme düzeylerinin yüksek olduğu bulunmuştur. Bu sonuç katılımcıların fiziksel olarak aktif bir yaşama benimseme eğilimi içinde olduklarına işaret etmektedir.

Ailede spor öz geçmişi birey bulunma durumuna göre katılımcıların spor farkındalık ve spor etkinliklerine yönelim düzeylerinin farklılık gösterdiği görülmüştür. Ailede sporcu birey bulunan katılımcıların spor farkındalık ve spor etkinliklerine yönelim düzeylerinin bulunmayanlara göre daha yüksek olduğu görülmüştür. Bir başka araştırmadaki benzer bir sonuca göre sosyal ağlar ve arkadaşlar, kişinin spora katılma kararını önemli ölçüde etkilerken; ebeveynlerin spora katılımı da bireyin fiziksel aktivite yapma sıklığını olumlu ve anlamlı bir şekilde etkilemektedir (Grima vd., 2017). Okul çağındaki çocuklar ve ergenlerin fiziksel aktiviteye katılımı üzerinde gerçekleştirilen araştırmaların incelenmesi sonucunda; kişilerarası ve organizasyon düzeylerinde, arkadaşlardan, ebeveynlerden ve öğretmenlerden gelen desteklerin, öğrencilerin fiziksel aktiviteye katılımının olumlu yordayıcıları olduğu belirtilmiştir (Hu vd., 2021). Elde edilen bu sonuca göre, ailede sportif aktiviteler gerçekleştiren bireylerin bulunmasının, ailedeki diğer bireyleri fiziksel olarak aktif bir yaşam benimsemeye motive ettiği söylenebilir.

Yaş ve çocuk sahibi olma durumuna göre katılımcıların spor farkındalık ve spor etkinliklerine yönelim düzeylerinde farklılık olmadığı bulunmuştur. Bu bulguların aksine; fiziksel aktiviteye katılım sıklığını etkileyen ekonomik ve sosyal faktörlerin incelendiği araştırmada, bağımlı çocuklara bakmanın hem erkekler hem de kadınlar için olumsuz etkisi olduğu ortaya çıkarılmıştır (Bernardelli vd., 2020). Ayrıca yaş ile spora katılım sıklığı arasında pozitif bir ilişki olduğu ve yaş arttıkça yürümenin de arttığını gösteren araştırma mevcuttur (Grima vd., 2017).

Araştırmada, yerel yönetim çalışanlarının spor farkındalığı ile spor etkinliklerine yönelimleri arasında, yüksek düzeyde pozitif yönlü bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Bu sonuca göre, bireyin spor farkındalığı arttıkça fiziksel aktiviteye yönelim düzeyi de artacaktır. Bu çıkarımı destekler nitelikte, bireylerin fiziksel aktiviteye yönelimi için farkındalık temelli yaklaşımların potansiyeline ilişkin kanıtlar incelenmiş; farkındalık temelli müdahalelerin, fiziksel aktivite ile ilgili psikolojik faktörleri hedef alması durumunda başarıya ulaşma olasılığının arttığı görülmüştür (Schneider vd., 2019). Bir başka araştırma sonucu farkındalık uygulamalarının, olumlu ve sağlıklı davranışlara katılımı kolaylaştırırken, aynı zamanda olumsuz veya sağlıksız davranışlara katılımı da engellediğini ortaya çıkarmıştır (Roychowdhury, 2021). Bu araştırmada konu edilmemiş olmakla birlikte farkındalık türlerine göre de, ilişkisel araştırmalar literatürde yer almaktadır. Farkındalık ve fiziksel aktivitenin özellik ve durum biçimleri arasındaki ilişkiler üzerine yapılmış araştırmalar içerisinde, sürekli farkındalık ve fiziksel aktivite arasındaki pozitif ilişkiyi ortaya koyan araştırmaların yoğun olduğu ifade edilmektedir (Yang ve Conroy, 2020). Sporcular için de benzer bir durum söz konusu olup; performans bisikletçilerine bilinçli farkındalık temelli verilen 8 haftalık bir eğitimin, akış ve karamsarlık üzerinde olumlu etkileri olduğu ortaya çıkmıştır (Scott-Hamilton vd., 2016). Kadın tenisçilerde de farkındalık meditasyonu uygulamalarının, maç kazanma oranına olumlu şekilde etki ettiği bulunmuştur (Baltzell ve Summers, 2017). Tüm bu sonuçlar değerlendirildiğinde, spor farkındalığını arttırmaya yönelik gerçekleştirilecek çalışmaların, bireylerin fiziksel aktiviteye yönelim motivasyonu konusunda olumlu etkisi olacağı söylenebilir.

Araştırma katılımcılarının iş yerinde çalışanların hizmetine sunulan, fiziksel aktivite/egzersiz yapılabilecek alanların yeterliliği konusundaki algıları yedi dereceli bir ölçek ile araştırılmış olup, elde edilen yanıtların ortalaması (Ortalama=4.28, standart sapma=2.16), katılımcıların tesis yeterliliği ile ilgili memnuniyetlerinin orta düzeyde olduğunu göstermektedir. Bu memnuniyet düzeyinin, katılımcıların günlük mesailerinde gerçekleştirdikleri fiziksel aktivite düzeyine etki ettiği görülmüştür. Gündelik mesaiye fiziksel aktivite gerçekleştiren bireylerin (%26.4, n=79) oranı, gerçekleştirilmeyenlere göre (%73.6, n=220) oldukça düşüktür. Ortaya çıkarılan bu sonuçlar, bireylerin spor farkındalık düzeyleri yüksek olsa bile, iş yerinde fiziksel olarak aktif bir gündelik yaşam benimsemeleri konusunda, tesis memnuniyet düzeyinin de etkili olduğunu göstermektedir. Bu çıkarımı destekler nitelikte, fiziksel aktivitede farkındalık ve memnuniyet ilişkisinin incelendiği araştırmada; farkındalığın fiziksel aktivite üzerindeki etkisine memnuniyetin aracılık ettiği, yalnız başına farkındalığın ise sadece fiziksel aktivite alışkanlığı zayıf olan bireylerde etkili olduğu ortaya konmuştur (Tsafou vd., 2016). Benzer bir araştırma sonucuna göre tesislerin ve güvenli mahallelerin erişilebilirliğinin, toplum düzeyinde çocuk ve ergenlerin fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen önemli bir faktör olduğu belirtilmiştir (Hu vd., 2021). Bu bulgulardan farklı olarak; masa başı çalışanların çalışma saatlerinde fiziksel aktivite gerçekleştirme durumlarının incelendiği araştırmada; iş gününün yapısı ve doğası (yüksek iş yükü), işyeri kültürü ve normları (çalışanlar arasındaki kırgınlıklar, mola verme kültürünün olmaması), örgütsel kaygılar (kaybedilen zaman maliyeti vs.) fiziksel aktiviteye katılım engelleri olarak belirlenmiştir (Ryde vd., 2020). Elde edilen bulgulara göre; var olan tesis imkânlarının bireylerde yeterli düzeyde memnuniyet oluşturması, bireylerin iş yerindeki rutinlerine fiziksel aktiviteyi eklemelerini sağlayacak faktörler arasında gösterilebilir.

Sonuç olarak araştırmaya katılan yerel yönetim çalışanlarının spor farkındalıklarının ve sportif etkinliklere yönelme düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür. Ailede sporcu ya da spor özgeçmişli bulunan bireylerin yer alması durumunun, yerel yönetim çalışanlarının fiziksel olarak aktif bir yaşam benimsemesine katkı veren faktörler arasında olduğu söylenebilir. Ayrıca eğitim düzeyi yükseldikçe spor farkındalığının ve spora yönelimin arttığı görülmüştür. Yerel

yönetim çalışanlarının spor farkındalık düzeyleri ile spora etkinliklerine yönelim düzeyleri arasında yüksek düzeyde pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür. Bu doğrultuda; farkındalık düzeyi arttıkça sportif etkinliklere katılımın da artacağı söylenebilir. Katılımcıların iş yerindeki spor tesisi memnuniyetleri ile ilgili algılarının orta düzeyde olduğu görülmüştür. Bu durumun, gündelik mesainin bir bölümünde fiziksel aktivite gerçekleştiren katılımcıların oranının düşük (%26.4, n=79) olmasının nedenlerinden biri olduğu düşünülmektedir.

Bu araştırma kapsamında İstanbul ilinde görev yapmakta olan yerel yönetim çalışanlarının spor farkındalıkları, spora yönelim düzeyleri çeşitli değişkenlere göre ve ilişki olarak incelenmiştir. Sonraki araştırmalarda farklı kentlerdeki yerel yönetim çalışanlarının konu ile ilgili düzeyleri incelenebilir. Bireylerin spora yönelim düzeylerinin, farklı tutumlarla olan ilişkisini incelemek de gelecekteki araştırmalar içerisinde değerlendirilebilir. Bireylerin spora yönelim düzeyleri ile ilişkili olabilecek tutumların ortaya çıkarılması ve bu tutumları destekleyecek adımların atılması ile toplumda fiziksel olarak aktif bir yaşam benimseyen bireylerin oranının artacağı düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

Balcı, V., & Doğaner, S. (2012). The position of exercise in today's leisure time activities. *The Online Journal of Recreation and Sport*, 1(1), 53-57.

Baltzell, A., Summers, J. (2017). *Mindfulness meditation in sport: Why MMTS 2.0?*. In: *The Power of Mindfulness* (17-22). Springer, Cham. <https://doi.org/10.1007/978-3-319-70410-4>

Bernardelli, L. V., Pereira, C., & Kortt, M. A. (2020). The economic and social determinants of participation in physical activity in Brazil. *International Review of Applied Economics*, 34(2), 252-266. <https://doi.org/10.1080/02692171.2019.1685953>

Berthon, P. R., & Pitt, L. F. (2019). Types of mindfulness in an age of digital distraction. *Business Horizons*, 62(2), 131-137. <https://doi.org/10.1016/j.bushor.2018.10.003>

Bull, F. C., & Bauman, A. E. (2011). Physical inactivity: the "Cinderella" risk factor for noncommunicable disease prevention. *Journal of health communication*, 16(sup2), 13-26. <https://doi.org/10.1080/10810730.2011.601226>

Byrne, B.M. (2016). *Structural Equation Modeling With AMOS: Basic concepts, Applications and Programming (3rd Edition)*. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315757421>

Çevik, H., Şimşek, K. Y., Mercanoğlu, A. O., & Bayram, A. (2019). Spor etkinliklerine yönelim ölçeğinin türkçe geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 149-163. <https://doi.org/10.17155/omuspd.472169>

Ekinci, N. E. (2017). *Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinlikler hakkındaki farkındalıklarının araştırılması*. [Yayımlanmış doktora tezi]. Dumlupınar Üniversitesi.

Ennis, C. D. (2017). Educating students for a lifetime of physical activity: Enhancing mindfulness, motivation, and meaning. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 88(3), 241-250. <https://doi.org/10.1080/02701367.2017.1342495>

Grima, S., Grima, A., Thalassinos, E., Seychell, S., & Spiteri, J. V. (2017). Theoretical models for sport participation: literature review. *International Journal of Economics and Business Administration*, V(3), 94-116.

Hu, D., Zhou, S., Crowley-McHattan, Z. J., & Liu, Z. (2021). Factors that influence participation in physical activity in school-aged children and adolescents: a systematic review from the social ecological model perspective. *International journal of environmental research and public health*, 18(6), 3147. <https://doi.org/10.3390/ijerph18063147>

Hulteen, R. M., Smith, J. J., Morgan, P. J., Barnett, L. M., Hallal, P. C., Colyvas, K., & Lubans, D. R. (2017). Global participation in sport and leisure-time physical activities: A systematic review and meta-analysis. *Preventive medicine*, 95, 14-25. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.11.027>

Kabat-Zinn, J. (2003). Mindfulness-based interventions in context: past, present and future. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 10(2), 144-156. <http://dx.doi.org/10.1093/clipsy.bpg016>.

Roychowdhury, D. (2021). Moving mindfully: The role of mindfulness practice in physical activity and health behaviours. *Journal of Functional Morphology and Kinesiology*, 6(1), 19. <https://doi.org/10.3390/jfmk6010019>

Ryde, G. C., Atkinson, P., Stead, M., Gorely, T., & Evans, J. M. (2020). Physical activity in paid work time for desk-based employees: A qualitative study of employers' and employees' perspectives. *BMC Public Health*, 20(1), 1-10. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-08580-1>

Savu, O. (2018). Theories On Motivation To Participate In Free Time Physical Activity. *Fair-play Journal – Scientific and Pedagogical Journal*, V(9), 30-34.

Schneider, J., Malinowski, P., Watson, P. M., & Lattimore, P. (2019). The role of mindfulness in physical activity: A systematic review. *Obesity Reviews*, 20(3), 448-463. <https://doi.org/10.1111/obr.12795>

Scott-Hamilton, J., Schutte, N. S., & Brown, R. F. (2016). Effects of a mindfulness intervention on sports-anxiety, pessimism, and flow in competitive cyclists. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 8(1), 85-103. <https://doi.org/10.1111/aphw.12063>

Shapiro, S. L., Carlson, L. E., Astin, J. A., & Freedman, B. (2006). Mechanisms of mindfulness. *Journal of clinical psychology*, 62(3), 373-386. <https://doi.org/10.1002/jclp.20237>

Tezbaşaran, A. (1997). *Likert Tipi Ölçek Geliştirme Kılavuzu*. Türk Psikologlar Derneği Yayını.

Tsafou, K. E., De Ridder, D. T., Van Ee, R., & Lacroix, J. P. (2016). Mindfulness and satisfaction in physical activity: A cross-sectional study in the Dutch population. *Journal of health psychology*, 21(9), 1817-1827. <https://doi.org/10.1177/1359105314567207>

Uyar, Y., & Sunay, H. (2020). Spor farkındalığı ölçeğinin geliştirilmesi: geçerlilik ve güvenilirlik çalışması. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 18 (1), 46-58. <https://doi.org/10.33689/spormetre.672441>

Uyar, Y. (2019). *Spor farkındalığı ölçeğinin geliştirilmesi ve toplumun spor farkındalıklarının değerlendirilmesi*. Yayınlanmış Doktora Tezi. Ankara Üniversitesi. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Spor Bilimleri Ana Bilim Dalı. Ankara.

Yang, C. H., & Conroy, D. E. (2020). Mindfulness and physical activity: a systematic review and hierarchical model of mindfulness. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(6), 794-817. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1611901>

World Health Organization, (2022, 5 Ekim). Physical activity. <https://www.who.int/en/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity> adresinden 26 Ekim 2022 tarihinde alınmıştır.

Zhu, Y., Li, J., Zhang, M., Li, C., Lau, E. Y. H., Tao, S. (2022). Physical activity participation and physical aggression in children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 63(102288), 1-11. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102288>