

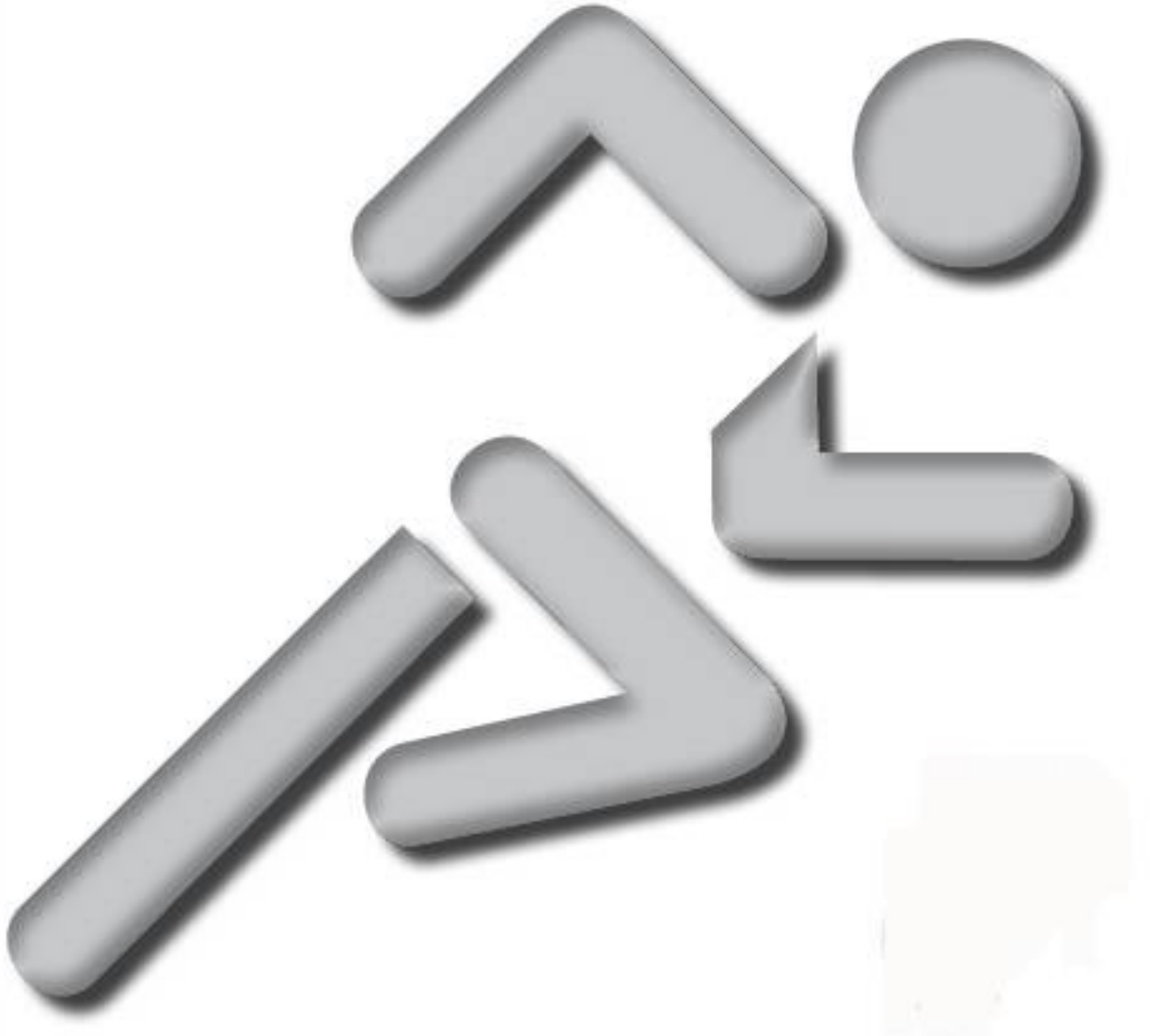
ISSN: 2149-1046



BEDEN EĞİTİMİ ve SPOR BİLİMLERİ

D E R G İ S İ

Cilt/Vol: 13 • Sayı/No: 1 • Haziran/June 2018



MANİSA
CELAL BAYAR
ÜNİVERSİTESİ

CBÜ BEDEN EĞİTİMİ VE SPOR BİLİMLERİ DERGİSİ | **CBU JOURNAL OF PHYSICAL EDUCATION AND SPORT SCIENCES**

2018, Cilt 13, Sayı 1 | 2018, Volume 13, Issue 1
Çevrimiçi Basım Tarihi: Haziran 2018 | Publishing Date: June 2018
ISSN: 2149-1046 | ISSN: 2149-1046

Yayın hakkı©1995 CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi
CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi yılda 2 kez yayımlanan hakemli süreli bir yayındır.

<http://dergipark.gov.tr/cbubesbd>

CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi Adına

Sahibi – Owner

Dr. Bilal-i Habeş GÜMÜŞ

Baş Editör – Editor in Chief

Dr. Bilal-i Habeş GÜMÜŞ

Editör Yardımcıları/ Associate Editors

Dr. Murat TAŞ

Dr. Pınar GÜZEL

Yayın Kurulu / Editorial Board

Dr. Hatice ÇAMLIYER

Dr. Metin Vehbi SAYIN

Dr. Hüseyin Serhat YERCAN

Dr. Necip KUTLU

Dr. Selhan ÖZBEY

Dr. Süleyman MUNUSTURLAR

Dr. Ali ÖZKAN

Yayın/Teknik Koordinatörü- Publishing/Technical Coordinator

Dr. Kadir YILDIZ

Yazım Kontrol Grubu/ Editing Scout

Dr. Mehmet ASMA

Yayın Dili/ Language

Türkçe- İngilizce

İndeks Bilgisi: CBU Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi, Türkiye Atıf Dizini, SOBİAD ve Türk Eğitim İndeksi tarafından dizinlenmektedir.

BİLİMSEL DANIŞMA KURULU – SCIENTIFIC ADVISORY BOARD

Dr. Ahmet UZUN	<i>Necmettin Erbakan Üniversitesi</i>
Dr. Ali ÖZKAN	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. Aylın ZEKİOĞLU	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Aysel PEHLİVAN	<i>Haliç Üniversitesi</i>
Dr. Aytekin SOYKAN	<i>Marmara Üniversitesi</i>
Dr. Bahar ATEŞ	<i>Uşak Üniversitesi</i>
Dr. Baki YILMAZ	<i>Yıldırım Beyazıt Üniversitesi</i>
Dr. Betül BAYAZIT	<i>Kocaeli Üniversitesi</i>
Dr. Beyza Merve KARAKÜÇÜK	<i>Gazi Üniversitesi</i>
Dr. Burak GÜRER	<i>Gaziantep Üniversitesi</i>
Dr. Cem KURT	<i>Trakya Üniversitesi</i>
Dr. Cenab TÜRKERİ	<i>Çukurova Üniversitesi</i>
Dr. Çağrı ÇELENK	<i>Erciyes Üniversitesi</i>
Dr. Defne ÖCAL KAPLAN	<i>Kastamonu Üniversitesi</i>
Dr. Dilşad ÇOKNAZ	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Dilşad MİRZEOĞLU	<i>Sakarya Üniversitesi</i>
Dr. Ercan POLAT	<i>Ömer Halisdemir Üniversitesi</i>
Dr. Erdi KAYA	<i>Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi</i>
Dr. Erdil DURUKAN	<i>Balıkesir Üniversitesi</i>
Dr. Ersan KARA	<i>Uşak Üniversitesi</i>
Dr. Ersan TOLUKAN	<i>Yıldırım Beyazıt Üniversitesi</i>
Dr. Ertan TABUK	<i>Hitit Üniversitesi</i>
Dr. Fatih ÇATIKKAŞ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Fatih KIYICI	<i>Atatürk Üniversitesi</i>
Dr. Feyza Meryem KARA	<i>Kırıkkale Üniversitesi</i>
Dr. Fırat ÇETİNÖZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Gökhan ÇOBANOĞLU	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. H. Alper GÜNGÖRMÜŞ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. H. Birol YALÇIN	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Hacı Murat ŞAHİN	<i>Batman Üniversitesi</i>
Dr. Hakkı ÇOKNAZ	<i>Abant İzzet Baysal Üniversitesi</i>
Dr. Hatice ÇAMLIYER	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Hayri AYDOĞAN	<i>Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi</i>
Dr. Hikmet VURGUN	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Hulusi ALP	<i>Süleyman Demirel Üniversitesi</i>
Dr. Hüseyin ÇAMLIYER	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. İbrahim CAN	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. İlker ÖZMUTLU	<i>Namık Kemal Üniversitesi</i>
Dr. İsa SAĞIROĞLU	<i>Trakya Üniversitesi</i>
Dr. Kadir YILDIZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Kemal GÖRAL	<i>Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi</i>
Dr. Levent ATALI	<i>Kocaeli Üniversitesi</i>
Dr. Mehmet ASMA	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Mehmet GÜL	<i>Cumhuriyet Üniversitesi</i>
Dr. Mehmet GÜLLÜ	<i>Malatya İnönü Üniversitesi</i>
Dr. Meliha Atalay NOORDEGRAAF	-----
Dr. Melike ESENTAŞ	<i>Batman Üniversitesi</i>
Dr. Meriç ERASLAN	<i>Akdeniz Üniversitesi</i>
Dr. Metin Vehbi SAYIN	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Murat AKYÜZ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Murat KUL	<i>Bartın Üniversitesi</i>
Dr. Murat TAŞ	<i>Manisa Celal Bayar Üniversitesi</i>
Dr. Mustafa AKIL	<i>Uşak Üniversitesi</i>
Dr. Mustafa ÖZDAL	<i>Gaziantep Üniversitesi</i>
Dr. Mustafa Yaşar ŞAHİN	<i>Gazi Üniversitesi</i>

Dr. Mutlu TÜRKMEN
Dr. Müfide Y. ÇOTUK
Dr. Müge MUNUSTURLAR
Dr. Mümine SOYTÜRK
Dr. Mürsel BİÇER
Dr. Nazmi SARITAŞ
Dr. Nevzat MİRZEÖĞLU
Dr. Nevzat MUTLUTÜRK
Dr. Nilgün VURGUN
Dr. Niyazi ENİSELER
Dr. Nuran KANDAZ GELEN
Dr. Nurgül TEZCAN
Dr. Nurten DİNÇ
Dr. Osman Tonguç MUTLU
Dr. Ömer ŞENEL
Dr. Özden TEPEKÖYLÜ
Dr. Özgür MÜLAZIMOĞLU BALLI
Dr. Özkan IŞIK
Dr. Öznur AKYÜZ
Dr. Pınar GÜZEL
Dr. Recep CENGİZ
Dr. Recep GÜRSOY
Dr. Recep SOSLU
Dr. Rıdvan EKMEKÇİ
Dr. S. Cem DİNÇ
Dr. Sabri ÖZÇAKIR
Dr. Selhan ÖZBEY
Dr. Serdar TOK
Dr. Sevda ÇİFTÇİ
Dr. Süleyman MUNUSTURLAR
Dr. Şebnem CENGİZ
Dr. Taner BOZKUŞ
Dr. Tennur YERLİSU LAPA
Dr. Turan IŞIK
Dr. Uğur ABAKAY
Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU
Dr. Umut Davut BAŞOĞLU
Dr. Ümid KARLI
Dr. Ünal KARLI
Dr. Vedat ÇINAR
Dr. Yavuz YILDIZ
Dr. Zeynep ONAĞ
Dr. Zuhal KILINÇ

Bartın Üniversitesi
Marmara Üniversitesi
Anadolu Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Gaziantep Üniversitesi
Erciyes Üniversitesi
Sakarya Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Sakarya Üniversitesi
Düzce Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Gazi Üniversitesi
Pamukkale Üniversitesi
Pamukkale Üniversitesi
Bartın Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi
Bartın Üniversitesi
Pamukkale Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Sakarya Üniversitesi
Anadolu Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Bartın Üniversitesi
Akdeniz Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Gaziantep Üniversitesi
Pamukkale Üniversitesi
Nişantaşı Üniversitesi
Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Abant İzzet Baysal Üniversitesi
Fırat Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Manisa Celal Bayar Üniversitesi
Batman Üniversitesi

2018:13 (1) BİLİMSEL DANIŞMA KURULU / ADVISORY BASED MEMBERS FOR 2018:13 (1)

- Dr. Ahmet UZUN
Dr. Ali ÖZKAN
Dr. Aylin ÇELEN
Dr. Cenk TEMEL
Dr. Defne ÖCAL KAPLAN
Dr. Dilşad ÇOKNAZ
Dr. Ercan POLAT
Dr. Hanifi ÜZÜM
Dr. Hüseyin GÖKÇE
Dr. İsa SAĞIROĞLU
Dr. İbrahim CAN
Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK
Dr. Kadir YILDIZ
Dr. Kemal GÖRAL
Dr. Mehmet ASMA
Dr. Müberra ÇELEBİ
Dr. Nazmi SARITAŞ
Dr. Serdar TOK
Dr. Sevda ÇİFTÇİ
Dr. Süleyman MUNUSTURLAR
Dr. Süleyman Murat YILDIZ
Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU
Dr. Umut Davut BAŞOĞLU
Dr. Ümid KARLI

İÇİNDEKİLER
CİLT 13, SAYI 1, HAZİRAN 2018

CONTENTS
VOLUME 13, ISSUE 1, JUNE 2018

Orijinal Makale / Original Article

Sayfa/ Page

- Engellilerde Egzersiz ve Spor Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Engellilere Yönelik Tutumlarının İncelenmesi (İnönü Üniversitesi Örneği)**
Investigation The Attitudes to The Disabled Persons of The Students of Department of The Exercise And Sports Education for Disabilities
Mehmet Vural, Melike Esentaş, Mustafa Enes Işıkgöz..... 1-11
- Basketbolcularda Aerobik Performans, Mekik Koşusu ve YoYo Aralıklı Toparlanma Testlerinin İlişkilerinin Belirlenmesi**
Relations Between Aerobic Performance, Shuttle Run Test and Yo-Yo Intermittent Tests in Basketball Players
Veli Volkan Gürses, Cengiz Akalan..... 12-21
- Öğretmen Adaylarının Algılanan Problem Çözme Becerileri**
Evaluation of the Perceived Problem Solving Skills of Prospective Teachers
Hakan Kolayış, Hakan Turan..... 22-32
- Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü Çalışanlarının Spor Yönetimindeki Alan Uygulamasına Bakışı**
Provincial Directorate of Youth and Sports Employees' Views about Field Experience in the Sports Management
Dilşad Çoknaz, Yeşer Eroğlu, Devrim Bulut..... 33-51
- Eğitsel Oyunlara Yönelik Öğretmen Görüşleri ve Yeterliliklerinin İncelenmesi**
Investigation of Teacher Opinions and Competencies for Educational Games
Zekihan Hazar, Meryem Altun..... 52-72
- Türkiye Süper Ligi'nin Veri Zarflama Analizi ile Değerlendirilmesi**
Evaluation of the Turkish Super League with Data Envelopment Analysis
Ertuğrul Ayyıldız, Miraç Murat..... 73-86
- Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğündeki Örgüt İkliminin Çalışanların Motivasyonu ve Performansı Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi**
A Study of the Effects of Organizational Climate in the Provincial Directorate of Youth Services and Sports on Motivation and Performance of Employees
Okan Gürgen, Zeynep Onağ..... 87-105
- Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Epilepsiye İlişkin Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi**
Review of the Epilepsy Information Levels of the Students in the Physical Education and Sport Department
Recep Soslu, Ali Özkan, Gürkan Elçi..... 106-114

- Farklı sürelerdeki koşu bandı egzersizinin sıçan kas dokusundaki oksidatif stres parametreleri üzerine etkisi**
The Effect of Different Running Treadmill Exercises on Oxidative Stress Parameters in Rats Muscle Tissue
Recep Soslu, Rahime Taş, Murat Taş, Murat Akyüz, Fazile Nur Ekinci Akdemir..... 115-124
- Üniversitede Öğrenim Gören Sporcuların ve Sedanterlerin Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması**
Comparison of Self-Esteem Levels of Athletes and Sedentary Individuals Who Studied at Universities
Tülin Atan, Şaban Ünver, Emrah Allahverdi 125-135
- Yüzücülerde Antrenman Sonrası Oluşan Dehidrasyonun Kan Parametreleri Üzerine Etkisinin Araştırılması**
Analyzing The Effect of Dehydration After Training to Blood Parameters on Swimmers
Deniz Öcal, Defne Öcal kaplan..... 136-150
- Beden Eğitime Yönelimin Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbilişsel Farkındalık Düzeylerine Etkisi: Lise Öğrencileri Örneği**
The Effects of Orientation to Physical education on Metacognitive Awareness Levels towards Physical Activity: Example of High School Students
Lale Yıldız, Olcay Kiremitçi, A. Meliha Canpolat..... 166-175
- Bireysel ve Takım Sporcularının Karar Verme Stilleri ve Mental İyi Oluş Düzeyleri**
Investigation of Individual And Team Athletes' Decision Making Styles and The Level of Mental Well-Being
Gönül Tekkurşun Demir, Sevinç Namlı, Zekihan Hazar, Anıl Türkeli, Halil İbrahim Cicioğlu..... 176-191

Engellilerde Egzersiz ve Spor Eğitimi Bölümü Öğrencilerinin Engellilere Yönelik Tutumlarının İncelenmesi (İnönü Üniversitesi Örneği)

Investigation The Attitudes to The Disabled Persons of The Students of Department of The Exercise and Sports Education For Disabilities

ORİJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Mehmet VURAL¹

Melike ESENTAŞ^{2*}

Mustafa Enes IŞIKGÖZ³

¹ Gaziantep Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu, Gaziantep

² Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri
Fakültesi, Manisa

³ Batman Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu, Batman

Öz

Bu çalışmanın amacı; Engellilerde Egzersiz ve Spor Eğitimi bölümünde okuyan öğrencilerin engellilere yönelik tutumları ile çeşitli demografik değişkenleri arasındaki ilişkinin araştırılmasıdır. Bu amaçla İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Engellilerde Egzersiz ve Spor Eğitimi bölümünde okuyan 102 öğrenciye Özürlülere Yönelik Tutum Ölçeği uygulanmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistik tekniklerinin yanı sıra katılımcıların engellilere yönelik tutumları ile demografik değişkenleri arasındaki ilişkiyi saptamak amacıyla korelasyon analizinden yararlanılmıştır. İlişkinin var olduğu değişkenler için ise non-parametrik testlerden Kruskal Wallis- H ve Mann Whitney-U testleri kullanılmıştır. Sonuç olarak öğrencilerin engellilere yönelik olumlu tutum içerisinde oldukları, öğrencilerin sadece yaş ve sınıf düzeyi değişkenleri ile tutumları arasında negatif yönlü anlamlı zayıf bir ilişki bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler; Beden Eğitimi, Spor Eğitimi, Engelliler, Tutum.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 08.06.2017

Kabul Tarihi: 29.06.2018

Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

The purpose of this study was to investigate the attitudes to the disabled persons of the students of department of the Exercise and Sports Education for disabilities. With this purpose, attitude scale questionnaires for disabled people that consist of 48 questions were applied to measure and evaluate the attitudes towards to disabled person to 102 students who study at the Department of Exercise and Sports Education for Disabilities at Inonu University School of Physical Education and Sports. In the analysis of the data, correlation analysis was used to identify the relationship between participants' attitudes towards disability and demographic variables, as well as descriptive statistics techniques. Kruskal Wallis-H and Mann Whitney-U tests which are nonparametric tests were used for the correlations. As a result, it has been observed that the attitudes of the students towards the disabled person were at a positive level and there was a weak correlation between participants' age and class level variables and their attitudes.

Key words: Physical Education, Sport Education, Disabled Person, Attitude

GİRİŞ

Toplum içerisinde engelliler kendi gereksinimlerini karşılamak isterken, insanlar tarafından dışlanmasında ve ayrımcılığa maruz bırakılmasındaki en önemli etmen engellilere önyargılı davranılması yatmaktadır. Bu önyargılar, engelli bireylerin sosyal yaşamını olumsuz yönde etkileyerek toplumla uyumunu ve özgüven düzeylerinin sarsılmasında önemli rol oynadığı düşünülmektedir. Çünkü engelli bireylere yönelik sergilenen tutumlar, engellilerin toplumla entegre olmalarını zorlaştırmakta, genelde olumlu ifade edilmesine karşın olumsuz tutumlarla karşılaşmaktadır (Daruwalla, 2005).

Bütün toplumlarda geçerli olan bir şey vardır. O da insanların çoğundan farklı olmanın kolay bir şey olmadığıdır. Farklı olduğunu hisseden kişi, kendisini toplumdan soyutlar, topluma ait olma hissini kaybeder. Bu farklı olma durumu içinde yaşanan çevrenin beklentilerine karşı ayak uydurulmasını zorlaştırır veya engelleyebilir (Ataman, 2003). Bu durum fiziki yapıları, psikolojik durumları, sosyal becerileri ve entelektüel yönünden birbirinden farklı insan toplulukları meydana getirmiştir (Çaplı, 1993). İnsanların bu farklılıklara karşı sergilediği bakış açısı, farklı olan bireylerin insanlar arasında hayatını idame ettirebilme ve mevcut durumlarını geliştirmeleri açısından önem arz etmektedir (İçöz ve Baran, 2002). Horne (1985), engelli bireylere yönelik tutumların, onların psikolojik, sosyal ve akademik gelişmelerini ve toplumdaki işlevselliklerini etkilediğini belirtmektedir. Engelli bireylerin kendilerine yönelik tutumların ise yakın çevrelerinde bulunan diğer bireylerin tutum ve davranışlarından büyük ölçüde etkilendiğini vurgulamaktadır.

Farklılıklara sahip bireylerin sosyal hayat içerisinde problemsiz yaşayabilmeleri için insanların bu bireyleri anlama kapasiteleri çok önemlidir. Engelli bireylerin engellinin sebep olduğu eksiklikler ve bu eksikliklere yönelik ihtiyaçlar bu ihtiyaçların da farkında olmak insanlar tarafından göz ardı edilmemelidir. Bu tür bir bilinçlenme ile bu bireylerin sosyal yaşam içerisinde dâhil olmaları muhtemel olacaktır (Batu, 2003). Çünkü yapılan çalışmalarda engellilere karşı tutumların olumsuz olduğu ve bu durumun engellilerin topluma katılmalarını engellediğini desteklemektedir (Bozacı, 2016). Özellikle engelli bireylere yönelik kalıp yargıların, olumsuz ve dışlayıcı, reddedici tutumların varlığını inkâr etmek olanaksızdır (Sezer, 2012). Yine dönemin Özürlüler İdaresi Başkanlığı tarafından yapılan bir araştırmada, engellilerin toplumsal yaşamla

bütünleşmesini engelleyen acıma, sosyal ortamlarda tercih etmeme gibi olumsuz tutumların olduğu görülmüştür (Özürlüler İdaresi Başkanlığı, 2009).

Engellilerin hayatlarını idame ettirebilme ve sosyal yaşama katılmalarında etkili olan önemli hususlardan birisi spordur (Groff, Lundberg & Zabriskie, 2009). Spor sayesinde bu bireylerin benlik seviyesinde iyileşme görülür ve bu bireyler stres durumlarını kontrol edebilirler. Buna ek olarak fiziksel etkinlikler engelli bireylere paylaşma davranışını, sevgi ve bir takım ahlak kurallarını verebilir (Özoğlu, 1997). Bu bireylerin spora yönelmesinde sosyal çevrenin yani anne-babanın ve diğer sorumlu kişilerin katkıları çok önemlidir. Bu bireyler katılabilecekleri ve uygulayabilecekleri fiziksel etkinlikler için teşvik edilip cesaretlendirilmeli ve becerilerinin iyileştirmeleri sağlanmalıdır (Ünal, 2002). Engelli birey bu tür etkinliklere katılıp başarılar elde ettikten sonra kendi kapasite ve gücünün farkına varacaktır. Bu özelliklerin fark edilmesi için bireyin sadece kendi çabası değil çevresinde bulunan sorumlu kişilerin de bu konuyu önemsemeleri gerekmektedir (Sürücü, 2003). Sportif etkinlikler engelli bireylerin gerek engelleri dolayısıyla içinde buldukları ruh hali ve gerekse toplumun kendilerine karşı olan tutumlarının doğal sonucu olarak ortaya çıkan saldırganlık, öfke ve kıskançlık gibi duygularını kontrol etmelerini sağlar (Kınalı, 2003).

Engellilerin toplumsal hayatta olabildiğince aktif hale gelebilmesi ve engelsiz bir vatandaşın sahip olduğu haklardan faydalanabilmesi için ülkemizde de değişik zamanlarda yasal düzenlemeler yapılmış ve bu doğrultuda yükseköğrenim gören engelli öğrencilerin öğrenim hayatlarını kolaylaştırmak, akademik ortamlarını hazırlamak ve eğitim-öğretim süreçlerine tam katılımlarını sağlamak amacıyla, gerekli tedbirleri almak için kurumlar oluşturulmuş ve bu haklar hukuksal düzenlemelerle güvence altına alınmıştır (Küçükali, 2014).

Bu düzenlemelerden birisi olan “Yükseköğretim Kurumları Engelliler Danışma ve Koordinasyon Yönetmeliği” nin amacı; “yükseköğrenim gören engelli öğrencilerin öğrenim hayatlarını kolaylaştırabilmek için gerekli akademik ortamın hazırlanmasını ve eğitim-öğretim süreçlerine tam katılımlarını sağlamak amacıyla gerekli tedbirleri almak ve düzenlemeler yapmak üzere, Yükseköğretim Kurulu Engelli Öğrenciler Komisyonu, Engelli Öğrenciler Danışma ve Koordinasyon Birimi, ÖSYM Engelli Öğrenciler Danışma ve Koordinasyon Birimi ile yükseköğretim kurumları bünyesinde oluşturulacak engelli öğrenci birimlerinin çalışma usul ve esaslarını düzenlemek” olarak belirlenmiştir. Uluslararası bazı düzenlemelere bakıldığında ise engelli bireylerin her türlü haklardan yararlanmaları Avrupa Birliğinin öncelikli ve uzun dönem

stratejik hedefleri arasında yer almakta, engellilerin toplumdaki diğer bireyler ile eşit haklara sahip olmaları Birleşmiş Milletler İnsan Hakları Beyannamesi'nde vurgulanmaktadır (Ertem, 2010).

Bu düzenlemeler ışığında öğrencilerinin akademik, fiziksel, psikolojik ve sosyal yaşamlarını aksatmayacak biçimde öğretim programları düzenlemek, engelli öğrencinin devam ettiği eğitim ortamının elverişli olmasını sağlamak, ihtiyacı duyulan araç gereçleri temin etmek, engellilere uygun, eğitim, araştırma ve barınma imkânları hazırlamak bir üniversitenin temel görevlerindedir (Küçükali, 2014). Son yıllarda ülkemizde özel eğitim alanında yapılan çalışmaların yaygınlaşmasıyla engelli bireylerin toplumla daha fazla bütünleşebildikleri bir başka deyişle normal gelişim gösteren akranlarına benzer yaşantıları daha çok deneyimleyebildikleri görülmektedir (Şahin ve Güldenoğlu, 2013).

Alan yazında engellilere yönelik tutumların; ölçek geliştirme, öğrenci, aday öğretmen ve öğretmen örneğinde tutum belirleme, önleyici rehberlik çalışması, kaynaştırma eğitime ilişkin görüş ve öneri belirleme açısından incelendiği (Alghazo, Dodeen & Algaryoutı, 2003; Batu, 1998; Bozacı, 2016; Campbell, Gilmore & Cuskelly, 2003; Gürsel, 2006; Hergenrather ve Rhodes, 2007; Hodge, 1998; Kösterelioğlu, 2013; Nowicki ve Sandieson, 2002; Özyürek, 1995; Sargın ve Sünbül, 2002; Sarı ve Bozgeyikli, 2002; Sezer, 2012; Symons, Fish, Mcguigan, Fox & Akl, 2012; Şahin ve Güldenoğlu, 2013; Wishart ve Manning, 1996) birçok çalışma mevcuttur. Ancak engellilerde egzersiz ve spor eğitimi alan ve bu alanda çalışacak olan eğitici adaylarının tutumlarını belirleyen bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu açıdan bu çalışmanın alana önemli katkılar sağlayacağı düşünülmektedir. Bu çalışma ile engelli bireylerin durumlarını, kapasitelerini ve uygulayabilecek etkinlikleri göz önünde bulundurarak bu bireylerle çalışan ve bu alanda sportif eğitim alan engellilerde egzersiz ve spor eğitimi bölümü öğrencilerinin engellilere yönelik tutumlarının çeşitli değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

GEREÇ VE YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu çalışma engellilerde egzersiz ve spor eğitimi bölümü öğrencilerinin engellilere yönelik tutumları ile demografik değişkenleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi amacıyla yapılan genel tarama modelinde ilişki nitelikte bir araştırmadır.

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu, 2016-2017 öğretim yılı güz dönemi İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Yüksekokulu Engellilerde Egzersiz ve Spor Eğitimi Bölümünün 1, 2, 3 ve 4. sınıflarında okuyan 56 kadın ve 46 erkek olmak toplam 102 öğrenci oluşturmaktadır.

Veri Toplama Aracı

Çalışmada veri toplama aracı olarak Kaner, Öğülmüş, Büyüköztürk ve Dökmen (1997) tarafından geliştirilen “Özürlülere Yönelik Tutum Ölçeği” kullanılmıştır. Ölçek iki bölümden oluşmaktadır. Birinci bölümde demografik özelliklere ilişkin 5 soru, ikinci bölümde tutuma yönelik 43 soru bulunmaktadır. Araştırmacılar tarafından geliştirilen ölçek 6 alt boyutlu olup, alt boyutların Cronbach Alpha iç güvenilirlik kat sayıları 0.61 ile 0.82 arasında, ölçeğin tümü için ise 0.88 olarak gözlenmiştir. Mevcut araştırmada ise ölçek tek boyutlu olarak ele alınmış, ölçeğin Cronbach Alpha iç güvenilirlik katsayısı 0.92 olarak hesaplanmıştır. Bu sonuca göre ölçeğin oldukça güvenilir olduğu söylenebilir. Ölçekte her bir tutum 5’li likert tipinde derecelendirilmiş olup 1. Kesinlikle Katılmıyorum, 2. Katılmıyorum, 3. Kararsızım, 4. Katılıyorum, 5. Kesinlikle Katılıyorum şeklinde düzenlenmiştir. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 215, en düşük puan ise 43’tür.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde öncelikle verilerin normal dağılım gösterip göstermediği tek örneklem Kolmogorov- Smirnov testi ile analiz edilmiş olup, analiz sonucunda ($D_{(102)}=0.122$, $p=0.01$) verilerin normal dağılıma uygun olmadığı görülmüştür. Bu sonuca göre verilerin analizinde betimsel istatistik tekniklerinin yanı sıra demografik değişkenlerle katılımcıların özürlülerle yönelik tutumları arasında ki ilişkiyi saptamak amacıyla korelasyon analizinden yararlanılmıştır. İlişkinin var olduğu demografik değişkenler için ise non-parametrik testlerden Mann Whitney-U, Kruskal Wallis- H testleri kullanılmıştır. Bulguların yorumlanmasında anlamlılık düzeyi için $p<0.05$ değeri baz alınmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özellikleri

Cinsiyet	n	(%)
Kadın	56	54.9
Erkek	46	45.1
Yaş		
18 - 20 yaş	56	54.9
21 - 23 yaş	32	31.4
24 - 26 yaş	12	11.8
27 yaş ve üzeri	2	2.0
Sınıf Düzeyi		
1.Sınıf	32	31.4
2. Sınıf	53	52.0
3. Sınıf	5	4.9
4.Sınıf	12	11.8
Ailesinde Yada Çevresinde Engelli Olup Olmadığı		
Evet	45	43.1
Hayır	57	55.9
Herhangi Bir Engellilik Durumu Olup Olmadığı		
Evet	4	3.9
Hayır	98	96.1
Toplam	102	100.0

Tablo 1'e göre, araştırmaya katılan öğrencilerin %54.9'u (56 kişi) kadın, %45.1'i (46 kişi) erkektir. Öğrencilerin yaşa göre dağılımı incelendiğinde; %54.9'unun (56 kişi) 18-20, %31.4'ünün (32 kişi) 21-23, %11.8'inin (12 kişi) 24-26 ve %2'sinin de (2 kişi) 27 ve üstü yaş aralığındadır. Sınıf düzeylerine göre dağılımı; %31.4'ünün (32 kişi) 1.sınıf, %52'sinin (53 kişi) 2.sınıf, %4.9'unun (5 kişi) 3.sınıf ve %11.8'inin de (12 kişi) 4.sınıf da öğrenim görmektedir. Öğrenciler "ailenizde ya da çevrenizde engelli var mı?" sorusuna %43.1'i (45 kişi) evet derken, %55.9'u (57 kişi) hayır yanıtını vermişlerdir. "Herhangi bir engelliniz var mı?" sorusuna ise %3.9'u (4 kişi) evet derken, %96.1'i (98 kişi) hayır yanıtını vermişlerdir.

Tablo 2. Katılımcıların Engellilere Yönelik Tutumlarının Betimsel İstatistik Sonuçları

	N	Ort.	SS	Min.	Max.
Tutum	102	157.23	26.52	114.00	203.00

Tablo 2 bulguları incelendiğinde; öğrencilerin engellilere yönelik tutum ölçeğinden aldıkları en yüksek puan 203.00 en düşük puan ise 114.00'dır. Ölçekten alınabilecek en yüksek puan 215, en düşük puan ise 43'tür. Öğrencilerin tutum ortalamalarına (157,23±26,52) bakıldığında, engellilere yönelik tutumlarının olumlu düzeyde olduğu görülmektedir.

Tablo 3. Katılımcıların Engellilere Yönelik Tutumları İle Demografik Değişkenleri Arasındaki İlişkin Sperman Korelasyon Analizi Sonuçları

		Cinsiyet	Yaş	Sınıf Düzeyi	Anne Eğitim Durumu	Baba Eğitim Durumu	Ailede Engelli Durumu	Herhangi Bir Engel Durumu
Tutum	r	-0.10	-0.26	-0.24	-0.03	-0.00	0.10	0.02
	p	0.27	0.00*	0.01*	0.72	0.99	0.27	0.81

***p<0.05**

Tablo 3 sonuçları incelendiğinde; katılımcıların engellilere yönelik tutumları ile demografik değişkenleri arasında sadece yaş ve öğrenim gördükleri sınıf düzeyi arasında anlamlı bir ilişki saptanmıştır ($p<0.05$). Katılımcıların anne ve baba eğitim durumu, ailede engelli olup olmadığı ve herhangi bir engellerinin bulunup bulunmadığı değişkenleri ile engellilere yönelik tutumları arasında ise anlamlı bir ilişki saptanmamıştır ($p>0.05$). Anlamlı ilişkinin saptandığı değişkenlere yönelik korelasyon katsayıları incelendiğinde; katılımcıların yaş değişkeni ile engellilere yönelik tutumları arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki ($r= -0.26$; $p<0.05$), öğrenim gördükleri sınıf düzeyi ile engellilerle yönelik tutumları arasında yine negatif yönlü zayıf bir ilişki ($r= -0.24$; $p<0.05$) olduğu görülmektedir.

Bu sonuca göre katılımcıların yaş ve öğrenim gördükleri sınıf düzeyleri düştükçe engellilere yönelik tutumları olumlu olarak artmakta, yaş ve öğrenim gördükleri sınıf düzeyleri yükseldikçe engellilere yönelik olumlu tutumları düşmektedir. İlişkinin saptandığı değişkenlerde hangi gruplar arasında anlamlı değişimin meydana geldiğini belirlemek için düzenlenen Kruskal Wallis-H ve Mann Whitney-U testi sonuçları tablo 4 ve tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 4. Katılımcıların engellilere yönelik tutumlarının yaş değişkenine göre Kruskal Wallis- H testi sonuçları

Yaş	N	SO	Ki-kare	df	p	Anlamlı fark
18 - 20 yaş	56	58,63	8.68	3.00	0.03*	18-20 yaş
21 - 23 yaş	32	41,73				21-23 yaş
24 – 26 yaş	12	44,46				
27 yaş ve üzeri	2	28,75				
Toplam	102					

***p<0.05**

Tablo 4'e göre katılımcıların engellilere yönelik tutumlarının yaş değişkenine göre anlamlı olarak değişmektedir ($\chi^2_{(3)}=8.68$, $p=0.03$). Anlamlılığın hangi gruplar arasında kaynaklandığını saptama için Mann Whitney- U testi uygulanmıştır. Test sonucunda 18-20 yaş arasında olan grupla 21-23 yaş arasında olan grup arasında, 18-20 yaş arası grup lehine anlamlı olarak değiştiği görülmüştür ($U=595.000$, $p=0.01$, $z= -2,509$, $r= -0,24$).

Grupların sıra ortalamasına bakıldığında 18-20 yaş arasında olan katılımcıların engellilere yönelik tutumlarının diğer yaş gruplarına göre daha yüksek olduğu görülmektedir. 18- 20 yaş arası grubun üniversiteye yeni başlamış olmaları nedeniyle engellilere yönelik farkındalıklarının henüz daha yeni olmasının bu sonuca yol açtığı düşünülmektedir.

Tablo 5. Katılımcıların engellilere yönelik tutumlarının öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre Kruskal Wallis- H testi sonuçları

Sınıf düzeyi	N	SO	Ki-kare	df	p	Anlamlı fark
1. sınıf	32	63.78	10.72	3	0.01	1-2 sınıf
2. sınıf	53	44.50				1-4 sınıf
3. sınıf	5	61.30				
4. sınıf	12	40.79				
Toplam	102					

*p<0.05

Tablo 5'e göre katılımcıların engellilere yönelik tutumlarının öğrenim gördükleri sınıf düzeyine göre anlamlı olarak değişmektedir ($\chi^2_{(3)}=10.72$, $p=0.01$). Anlamlı değişimin hangi sınıflar arasında gerçekleştiğini tespit etmek için uygulanan Mann Whitney- U testine göre 1. sınıfta öğrenim gören öğrenciler ile 2. sınıfta öğrenim gören öğrenciler arasında 1. sınıf öğrencilerin lehine ($U=519.500$, $p=0.00$, $z= -2.879$, $r= -0.28$), 1. sınıfta öğrenim gören öğrenciler ile 4. sınıfta öğrenim gören öğrenciler arasında yine 1. sınıf öğrencilerin lehine anlamlı olarak değiştiği görülmüştür ($U=103.500$, $p=0.01$, $z= -2.334$, $r= -0.23$). Üniversiteye yeni başlayan 1. sınıf öğrencilerinin tutumlarının daha olumlu olması yaş değişkeniyle de paralellik göstermesi beklenen sonuçtur.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Engellilerde egzersiz ve spor eğitimi bölümü öğrencilerinin engellilere yönelik tutumlarının bazı değişkenlere göre incelenen bu çalışmada katılımcıların engellilere yönelik genel olarak olumlu tutum içerisinde oldukları görülmüştür. Özürlüler İdaresi Başkanlığı (2009) ve Kumtepe (2001)'nin yapmış olduğu araştırma sonucunda da benzer bulgular elde edilmiştir. Kumtepe (2001), bireylerin engellilere karşı olumlu tutum beslemelerini sosyal beğenirlik faktörüne bağlamaktadır. Ayrıca toplumun geleneksel yapısı içinde yaşlı, düşkün, engelli vb. 'ne karşı acıma, korkma, kollama ve merhamet gibi duyguların da etkili olabileceğini belirtmiştir. Bulduk (2014), ortaokul öğrencilerine yönelik yaptığı bir tutum çalışmasında da bireylerin engellilere yönelik olumlu tutum içerisinde olduklarını, Sezer (2012) ise üniversite öğrencilerine

önleyici rehberlik faaliyetleri kapsamında uygulanan deneysel çalışmanın engellilere yönelik olumlu tutumlar oluşturmada etkili olduğunu saptamıştır.

Çalışmada elde edilen bir diğer bulgu, engellilere yönelik tutumların cinsiyet açısından farklılık göstermemesidir. Alanyazında (Kaner, 2000; Çolak ve Çetin, 2014; Nowicki ve Sandieson, 2002), cinsiyetin engellilik algısı açısından anlamlı bir farklılık oluşturmadığına ilişkin bulgular mevcutken, cinsiyet değişkeninin engellilere yönelik tutumlarda farklılığa yol açtığına ve bayanların engellilere yönelik erkeklere göre daha olumlu tutum içerisinde olduklarını ilişkin (Hergenrather ve Rhodes, 2007; Findler, Vilchinsky ve Werner 2007; Kargın, 2000) ilişkin bulgular da mevcuttur.

Çalışmada öğrencilerin engelli bireylere yönelik tutumları ile yaşları ve okudukları sınıfları arasında anlamlı bir ilişki saptanırken, anne-baba eğitim düzeyi, herhangi bir engellerinin bulunup bulunması ve ailesinde engelli olup olmaması değişkenlerine göre anlamlı bir ilişki saptanamamıştır. Öğrencilerin engellilere yönelik tutumları ile yaşları ve sınıf düzeyleri arasında negatif yönlü zayıf bir ilişki söz konusudur. Yaş ve sınıf düzeyi düşük olan öğrencilerin üst yaş grubuna ve üst sınıflara göre engellilere yönelik daha olumlu bir tutum içerisinde oldukları belirlenmiştir.

Kargın ve Baydık (2002) araştırmalarında, öğrencilerin engelli arkadaşlarına yönelik tutumlarının sınıf düzeyine göre farklılaştığını, alt sınıflarda öğrenim gören öğrencilerin üst sınıflardaki arkadaşlarına göre engellilere yönelik tutumlarının daha olumlu olduğunu rapor etmişlerdir. Bir başka çalışmada Bulduk (2014), öğrencilerin engellilere yönelik tutumlarının hem sınıf hem de anne eğitim düzeylerine göre farklılaşmadığını ancak baba eğitim düzeylerine göre farklılaştığını tespit etmiştir. Çolak ve Çetin (2014), çalışmalarında, ailesinde engelli birey bulunanların engellilik algısının daha yüksek olduğunu tespit etmişlerdir. Yine Kargın ve Baydık (2002) araştırmalarında, öğrencilerin engellilere yönelik tutumlarının ailede ve yakın çevrede engelli birey bulunma durumuna göre anlamlı derecede farklılık gösterdiğini tespit etmişlerdir. Özürlüler İdaresi Başkanlığının (2002), yürütmüş olduğu bir başka çalışmada ise aileleri ya da akrabaları arasında engelli bulunmayanların engellilere yönelik tutumlarının, aile bireylerinde ya da akrabalarında engelli olanlara göre anlamlı olarak daha pozitif olduğu belirlenmiştir.

Bu çalışma sonuçlarından hareketle; engellilere yönelik egzersiz ve spor eğitimi alanında yetiştirilen eğitici/öğretmen adaylarının, eğitim öğretim sürecinde engelli bireylere yönelik tutumların olumlu olması, yapıcı tavırların sergilenmesi için lisans ve lisansüstü eğitim seviyesine

kadar seminer ve alana özgü çalışmaların yaygınlaşması gerekmektedir. Bu alanda öğretmen adaylarına özel gereksinimli öğrencilerin gelişimlerinin sağlanabilmesi için gereken özen ve titizlik gösterilmelidir. Engelli bireylerin toplum ile kaynaşma içerisinde olmaları için sosyal alanlarda engelli bireyleri benimsetici uygulamalar planlanmalı, engelli bireylerin kendilerine yeten, güçlü, üretici ve yaratıcı olduklarına ilişkin gerçekçi enformatik çalışmalar yapılmalıdır.

KAYNAKLAR

- Alghazo, E.M., Dodeen, H., & Algaryouti, I.A. (2003). Attitudes of pre-service teachers towards persons with disabilities: predictions for the success of inclusion. *College Student Journal*, 37(4), 515-523.
- Ataman, A. (2003). *Özel Gereksinimli Çocuklar ve Özel Eğitim*. Ankara: Gündüz Eğitim ve Yayıncılık.
- Batu, S. (1998). *Özel Gereksinimli Öğrencilerin Kaynaştırıldığı Bir Kız Meslek Lisesindeki Öğretmenlerin Kaynaşturmaya İlişkin Görüş ve Önerileri*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Eskişehir.
- Batu, S. (2003). Kendimizi Onların Yerine Koyalım. *Çoluk Çocuk Dergisi*, 5-26.
- Bozacı, İ. (2016). Engelli Tüketicilerin Alışveriş Ortamında Karşılaştığı Sorunlar ve Engelli Olmayanların Bu Sorunlar Hakkındaki Algılamaları: Karşılaştırmalı Bir Alan Araştırması. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 9(47), 731-742.
- Campbell, J., Gilmore, L., & Cuskelly, M. (2003). Changing Student Teachers' Attitudes Towards Disability and Inclusion, *Journal of Intellectual and Developmental Disability*, 28(4), 369-379.
- Çaplı, O. (1993). *Çocukların Gençlerin Eğitimi*. Ankara: Bilgi Yayınevi.
- Çolak, M. & Çetin, C. (2014). Öğretmenlerin Engelliliğe Yönelik Tutumları Üzerine Bir Araştırma. *Dokuz Eylül Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 29(1), 191-211.
- Daruwalla, P. & Simon, D. (2005). Personal and Societal Attitudes to Disability. *Annals of Tourism Research*, 32, 549-70.
- Durstine, J.L., Painter, P., Franklin, B.A., Morgan, D., Pitetti, K.H. & Roberts, S.O. (2000) Physical Activity for The Chronically III and Disabled, *Sports Medicine*, 30(3), 207-219.
- Ertem, S. (2010). *Avrupa Birliği Ülkelerinde Engellilere İlişkin Güncel Politikalar ve Uygulamalar*. İzmir: Ticaret Odası Yayınları.
- Findler, L., Vilchinsky, N., & Werner, S. (2007). The Multidimensional Attitudes Scale Toward Persons with Disabilities: Construction and Validation. *Rehabil Couns Bull*, 50(3), 166-176.
- Groff, D.G., Lundberg, N.R., & Zabriskie, R.B. (2009). Influence of Adapted Sport on Quality of Life: Perceptions of Athletes With Cerebral Palsy. *Disability Rehabilitation*, 31(4), 318-326.
- Gürsel, F. (2006). Engelliler İçin Beden Eğitimi ve Spor Dersinin Öğrencilerin Engellilere Yönelik Tutumlarına Etkisi. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 31, 67-73.
- Hergenrather, K. & Rhodes, S. (2007). Exploring Undergraduate Student Attitudes Toward Persons with Disabilities: Application of The Disability Social Relationship Scale. *Rehabilitation Counseling Bulletin*, 50(2), 66-75.
- Hodge, S.R. (1998). Prospective Physical Education Teacher's Attitudes Toward Teaching Students With Disabilities. *Physical Educator*, 55(2), 68-78.
- Horne, M.D. (1985). *Attitudes Toward Handicapped Students: Profession, Peer and Parent Reaction*. School Psychology Series, Lawrence Erlbaum Associates, Inc., Publishers, https://books.google.com.tr/books?printsec=frontcover&vid=LCCN85006780&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false, Erişim Tarihi: 08.02.2017
- İçöz, A. & Baran, G. (2002). Zihinsel Engelli Çocuğa Sahip Annelerin Kaygı Düzeylerinin İncelenmesi. *Çocuk Gelişimi ve Eğitimi Dergisi*, 1. 6-(7), 80-90.
- Kaner, S., Öğülmüş, S., Büyüköztürk, Ş., & Dökmen, Z. (1997). *Toplum Özürlülüğü Nasıl Algılıyor Temel Araştırması*. T.C. Başbakanlık Özürlüler İdaresi Başkanlığı, Ankara.

Vural, M., Esentaş, M., ve Işıkgöz, M.E. (2018). Engellilerde egzersiz ve spor eğitimi bölümü öğrencilerinin engellilere yönelik tutumlarının incelenmesi (İnönü Üniversitesi Örneği) *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1), 1-11.

Kargın, T. (2002). Farklı Eğitim Özgeçmişlerine Sahip Öğretmenlerin İşitme Engelli Çocuklara Yönelik Tutumlarının Çeşitli Değişkenler Açısından Karşılaştırılması. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 34(1), 93-104.

Kargın, T. & Baydık, B. (2002). Kaynaştırma Ortamındaki İşiten Öğrencilerin İşitme Engelli Akranlarına Yönelik Tutumlarının Çeşitli Değişkenler Açısından İncelenmesi. *Ankara Üniv. Eğitim Bilimleri Fak. Özel Eğitim Dergisi*, 3(2), 27-39.

Kınalı, G. (2003). *Zihin Engellilerde Beden - Resim - Müzik Eğitimi: Farklı Gelişen Çocuklar* (Edt: A. Kulaksızoğlu). İstanbul: Epsilon Yayınları.

Kösterelioğlu, İ. (2013). Engelli Bireylerin Eğitilmesine Yönelik Tutum Ölçeğinin Geliştirilmesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 14(3), 211-226.

Kumtepe, H. (2001). *Ankara İlinde Yaşayan Engellilere Yönelik Tutumlar*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Küçükali, A. (2014). Engellilere Uygulanan Sosyal Politikaların Değerlendirilmesi: Atatürk Üniversitesi Örneği. *Kırıkkale Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 4(1), 59-86.

Nowicki, E.A. & Sandieson, R. (2002). A Meta-Analysis of School Age Children's Attitudes Towards Persons With Physical and Intellectual Disabilities. *International Journal of Disability Development and Education*, 49(3), 243-265.

Ozan, B.R. (2014). *Ortaokul 6., 7. ve 8. Sınıf Öğrencilerinin Engellilere Yönelik Tutumlarının İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Aksaray Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aksaray.

Özoğlu, S.C. (1997). *Spor Psikolojisi ve Gelişmeler*. I. Uluslararası Spor Psikolojisi Sempozyumu, Ankara: Bağırman Yayın Evi.

Özürülüler İdaresi Başkanlığı (2009). Özürülülük Eğitimi: Toplum Özürülülüğü Nasıl Anlıyor Temel Araştırması, http://eyh.aile.gov.tr/data/545886b5369dc3281c69af4f/toplum_ozurlulugu_nasil_anliyor.pdf, Erişim Tarihi:10.02.2017

Özyürek, M. (1977). *Effects of Live, Audio and Print Presentation of a Discussion About Physical Disabilities on Attitude Motivation Toward Disable Person in Turkey*. Unpublished Doctoral Dissertation, University of Northern Colorado, USA.

Sargın, N. & Sünbül, A.M. (2002). Okul Öncesi Dönemde Kaynaştırma Eğitimine İlişkin Öğretmen Tutumları: Konya İli Örneği. *XI. Eğitim Bilimleri Kongresi, 23-26 Ekim 2002*, Yakın Doğu Üniversitesi, Lefkoşa, KKTC.

Sarı, H. & Bozgeyikli, H. (2002). Öğretmen Adaylarının Özel Eğitime Yönelik Tutumlarının İncelenmesi: Karşılaştırmalı Bir Araştırma. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 193, 183-203.

Sezer, F. (2012). Engelli Bireylere Karşı Olumlu Tutum Geliştirmeye Yönelik Önleyici Rehberlik Çalışması; Deneysel Bir Uygulama. *E-Journal of New World Sciences Academy*, 7(1), 16-26.

Sürücü, O. (2003). *Ana Baba - Öğretmen El Kitabı*. İstanbul: Ya-Pa Yayınları.

Symons, A., Fish, R., Mcguigan, D., Fox, J., & Akl, E. (2012). Development of An Instrument to Measure Medical Students' Attitudes Toward People With Disabilities. *Intellectual and Developmental Disabilities*, 50(3), 251-260.

Şahin, F. & Güldenoğlu, B. (2013). Engelliler Konusunda Verilen Eğitim Programının Engellilere Yönelik Tutumlar Üzerindeki Etkisi. *Amasya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2(1), 214-239.

Ünal, İ. (2002). *Çocuk ve Biz*. Ankara: Sim Yayıncılık.

Wishart, J.G. & Manning, G. (1996). Trainee Teachers' Attitudes to Inclusive Education for Children With Down's Syndrome. *Journal of Intellectual Disability Research*, 40, 56-65.

Yükseköğretim Kurumları Özürülüler Danışma ve Koordinasyon Yönetmeliği (2006). Resmi Gazete, 20.06.20

Basketbolcularda Aerobik Performans, Mekik Koşusu ve YoYo Aralıklı Toparlanma Testlerinin İlişkilerinin Belirlenmesi

Relations Between Aerobic Performance, Shuttle Run Test and Yo-Yo Intermittent Tests in Basketball Players

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Veli Volkan GÜRSES^{1*},
Cengiz AKALAN²

¹Kastamonu Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor
Yüksekokulu

²Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi

Öz

Bu çalışmanın amacı VO_{2maks}'ın tahmin edilmesinde kullanılan aerobik testlerden, hangisinin yıldız erkek basketbolcular için uygun olduğunu araştırmaktır. Araştırmaya 15 yıldız erkek basketbolcu gönüllü olarak katılmış, 13 katılımcı (ortalama ± s.s., yaş 14.78±0.41 yıl, boy 186.23±5.90 cm, vücut ağırlığı 73.84±9.09 kg, vücut yağ yüzdeleri 10.30 ± 4.67 % ve antrenman yaşı 5.54±0.78 yıl) tüm ölçümleri tamamlamıştır. Katılımcıların VO_{2maks} değerleri basamaklı artan koşu bandı testi sırasında gaz analizörü aracılığıyla laboratuvar ortamında ölçülmüştür. 20m Mekik Koşu Testi (MKT), Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Seviye I (YIRT I) ve Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Seviye II (YIRT2) sırasında toplam kat edilen mesafe, maksimum kalp atım hızı (KAH_{maks}) ve tahmini VO_{2maks} değerleri ölçülmüştür. Tüm testler 48 saat ara ile gerçekleştirilmiştir. Tüm denemelerden önce katılımcıların sırt üstü yatar şekildeyken 5 dakika dinlenim kalp atım hızı (KAH_{din}) kaydedilmiştir. MKT ve YIRT2 performansları ile VO_{2maks} arasında yüksek düzeyde korelasyon tespit edilmiştir (r = 0,88 ve r = 0,78). VO_{2maks} ile YIRT1 performansı arasında orta düzeyde korelasyon bulunmuştur (r = 0,66). Çalışma sonucunda üç saha testinin de VO_{2maks} ve koşu bandı testi performans sonuçları ile anlamlı ilişkilere sahip olduğu tespit edilmiştir. Ancak MKT ve YIRT2 testlerinin elit yıldız erkek basketbolcuların VO_{2maks} ve dayanıklılık düzeyinin değerlendirilmesinde, YIRT1 testinin sadece dayanıklılık düzeyi değerlendirmede daha yakın sonuç vereceği düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Aerobik Dayanıklılık, Aerobik Testler, Maksimal Testler, VO_{2maks}

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 09.06.2017

Kabul Tarihi: 29.06.2018

Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

The purpose of this study was to determine the convenience of aerobic tests which are used to evaluate VO_{2max} of junior basketball players. 15 junior male basketball players voluntarily participated to this study, however; 13 participant (14.78±0.41 year-old with the height 186.23±5.90 cm, weight 73.84±9.09 kg, Body fat percentage 10.30 ± 4.67 %, training age 5.54 ± 0.78 year) completed all measurement procedure. The VO_{2max} was measured with gas analyzer during the incremental test on motorized treadmill. During the Multi-Stage Fitness Test (MSFT), Yo-Yo Intermittent Recovery Test Level I (YIRT1) and Yo-Yo Intermittent Recovery Test Level II (YIRT2) total distance, maximum heart rate (maxHR) were recorded then predicted VO_{2max} values were calculated. All tests were performed with 48 hours intervals. Before all tests subjects lied supine position for 5 minute to record resting heart rate (restingHR). There was very large correlation between VO_{2max}, MSFT and YIRT2 performance (r = 0.88 and r = 0.78, respectively), also large correlation was found between VO_{2max} and YIRT1 performance (r = 0.66). This study concludes that all three field tests have a significant relation with VO_{2max} and treadmill performance, but MSFT and YIRT2 are more appropriate than YIRT1 for determining VO_{2max} and endurance level of elite young male basketball players. Only YIRT1 can be suitable for determining endurance performance.

Key Words: Aerobic Endurance, Aerobic Tests, Maximal Tests, VO_{2max}

* Bu çalışma yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

* Sorumlu yazar: Veli Volkan GÜRSES, volkangurses@gmail.com

GİRİŞ

Basketbol, aerobik ve anaerobik enerji yollarının yoğun olarak kullanıldığı, çok yönlü becerilere dayanan bir takım sporudur (Castagna, Impellizzeri, Rampinini, D'Ottavio ve Manzi, 2008; McInnes Carlson, Jones, ve McKenna, 1995). Basketbolcular güç, sürat, üst düzey teknik ve taktik gerektiren becerileri yüksek şiddette sergilemektedir (Abdelkrim, Castagna, El Fazaa, Tabka, ve El Ati, 2009). Başarının temelini bu aktiviteler oluşturmaktadır. Çalışmalar yüksek şiddetli aktivitelerin bir maç sırasında 105 ile 193 kez gerçekleştiğini tespit etmiştir (Abdelkrim, Castagna, Jabri, Battikh, El Fazaa, ve El Ati, 2010; McInnes ve ark., 1995). Ortalama olarak her 30 saniyede bir yüksek şiddette aktivite tekrarlanmakta ve 2 ile 6 saniye sürmektedir (Bishop ve Wright, 2006). Bu bilgiler ışığında yüksek şiddetli aktiviteler için gerekli olan enerji fosfojen (ATP-Crp) ve anaerobik glikoliz yollarından karşılandığı söylenebilir (Apostolidis, Nassis, Bolatoglou, ve Geladas 2004). Ancak maçın kısa bir bölümünden sonra yetersiz toparlanmalar ile tekrarlanan bu aktiviteler, ATP depolarında açığa neden olmaktadır (Abdelkrim ve ark., 2009; Bangsbo, Iaiia, ve Krstrup, 2008). ATP açığının daha hızlı giderilmesi, bu bağlamda yüksek oksijen tüketim kapasitesine bağlıdır (Bogdanis, Nevill, Boobis ve Lakomy, 1996). Diğer bir ifade ile maksimal oksijen tüketimi (VO_{2maks}) basketbolda başarı için önemli bir faktör olduğu söylenebilir.

Literatürde, basketbol için aerobik kapasitenin önemi, oyun süresi, toplam maç aksiyon sayısı ve kat edilen mesafe ile açıklamaktadır. Çalışmalar maçın 90 ile 105 dakika arasında sürdüğünü göstermiş, toplamda 997 ile 1103 adet aksiyon gerçekleştiğini bildirilmiştir (Abdelkrim, El Fazaa ve El Ati, 2007; Bishop ve Wright, 2006; McInnes ve ark., 1995). Buna ek olarak ortalama bir maçta 6390 m ile 7558 m kat edildiği rapor edilmiştir (Abdelkrim ve ark., 2007; Leite, Coutinho ve Sampaio, 2013). Bu bağlamda basketbol performansı için aerobik kapasitenin önemli olduğu ve ATP yenilenme süreçlerinde etkin bir biçimde rol aldığı ortaya çıkmaktadır (Apostolidis ve ark., 2004; Helgerud, Engen, Wisloff, ve Hoff, 2001).

Aerobik kapasite ve dayanıklılığın doğru ve hatasız olarak belirlenmesinde, en etkili yöntem laboratuvar ölçümleridir (Atkins, 2006; Leger ve Lambert, 1982). Ancak laboratuvar testleri pahalı donanımlar ve yüksek eğitilmiş uygulayıcılar gerektirir. Ayrıca hem maliyet hem de zaman bakımından takım sporları için kullanışlı değildir. Bu açıdan antrenörler, genelde geçerliliği ve güvenilirliği kanıtlanmış saha testlerini tercih ederler. Saha testleri düşük maliyetle ve kısa zaman içerisinde aerobik kapasite ve dayanıklılık hakkında antrenörlere bilgi verir (Bangsbo ve ark., 2008). Genel anlamda aerobik kapasitenin değerlendirilmesinde basketbola uygun üç saha test

protokolü vardır. Bunlar; 20m Mekik Koşusu Testi (MKT), Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Seviye I (YIRT1) ve Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Seviye II (YIRT2) protokolleridir.

Tüm bu testler, artan yüklenme temelli maksimal test protokolleri olup, basketbolun fiziksel ve fizyolojik yapısına benzer koşu, ivmelenme ve yön değiştirme içerir. MKT’inde duraklama yok iken YIRT 1 ve 2 testlerinde her 40m mesafeden sonra 10 saniyelik aktif toparlanma vardır. Bu bağlamda ergenlik evresinde bulunan yıldız erkek basketbolcularda aerobik kapasitenin belirlenmesinde bu üç saha testinden hangisinin daha net sonuç verdiğini belirlemek antrenör ve sporculara katkı sağlayacaktır. Çünkü bu dönemde yapılacak hatalı tespitler doğrudan antrenman şiddetini ve kapsamını etkileyeceğinden, uzun süreçte sporcu gelişimini ve antrenman verimini sekteye uğratacaktır (Açıkada, 2004). Bu açıdan, kullanılacak protokol, antrenman planlanması, antrenman yönlendirilmesi ve antrenman verimliliği açısından başarıda kritik rollere sahiptir (Bangsbo ve ark., 2008). Bu bağlamda bu çalışmanın amacı, basketbol antrenörleri için kritik öneme sahip olan aerobik kapasitenin değerlendirilmesinde kullanılan üç saha testinden hangisinin yıldız erkek basketbolcular için uygun olduğunu belirlemek olmuştur.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Çalışmaya yıldız kategorisinde basketbol lisansına sahip 15 gönüllü katılmıştır. 13 gönüllü tüm ölçümleri tamamlamış, 2 gönüllü ise çalışmadan kendi istekleri ile ayrılmıştır. Ölçümleri tamamlayan katılımcıların demografik özellikleri Tablo 1’de verilmiştir. Çalışma Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu 16-361 numaralı izni ile gerçekleştirilmiştir.

İşlem Yolu

Ölçümler sezon sonu gerçekleştirilmiştir. İlk ölçümden 14 gün önce katılımcılara aşinalık kazandırmak amacıyla laboratuvar ve saha testleri 1 defa uygulanmıştır. İlk ölçüm günü katılımcılar performans laboratuvarına gelmiş ve antropometrik ölçümleri alındıktan sonra koşu bandı testi uygulanmıştır. İkinci ölçüm günü MKT, üçüncü ölçüm günü YIRT1 ve dördüncü ölçüm günü YIRT2 testleri uygulanmıştır. Ölçümler 48’er saatlik dinlenme verilerek ve günün 10.00-

12.00 ve 16.00-18.00 saatlerinde alınmıştır. Katılımcılardan, ölçümler öncesi ve sonrasında hiç bir fiziksel aktiviteye katılmamaları konusunda uyarıda bulunulmuştur. Saha testleri ölçümlerinde katılımcılara sözlü olarak teşvik desteği uygulanmıştır. Tüm testlerden önce dinlenme kalp atım hızının (KAH_{din}) belirlenmesi için sırt üstü yatar pozisyonda 5 dakika dinlenme yaptırılmış ve süre sonunda kalp atım hızları kayıt edilmiştir. Tüm testler sırasında ortalama kalp atım hızı (KAH_{ort}) ve maksimum kalp atım hızı (KAH_{maks}) ölçülmüştür. KAH_{maks} için test sırasında belirlenen en yüksek üç kalp atım hızı değerinin ortalaması alınarak hesaplanmıştır. MKT, YIRT1 ve YIRT2 testleri katılımcıların düzenli olarak antrenman yaptıkları spor salonunda uygulanmıştır. Testler öncesinde saha temizlenmiştir. MKT, YIRT1 ve YIRT2 testleri sırasında kalp atım hızının belirlenmesinde her atımı kayıt edebilen takım seti Polar Team² (Finlandiya) kullanılmıştır.

Antropometrik Ölçümler: İlk ölçüm günü katılımcılar laboratuvara geldiklerinde boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve vücut yağ yüzdesi ölçümleri yapılmıştır. Boy uzunluğu 1 cm hassasiyette stadiometre (SECA, Almanya) ile cm cinsinden ölçülmüştür. Vücut ağırlığı kg cinsinden ve vücut yağ yüzdesi % cinsinden hassasiyeti 0.1 kg olan segmental vücut kompozisyonu analizörü (AVIS 333 PLUS Vücut Kompozisyonu Analizörü, Kore) kullanılarak belirlenmiştir.

Koşu Bandı Test Protokolü (KBT): Aerobik kapasitenin altın standartta belirlenebilmesi için direkt kalorimetre ile basamaklı artan koşu bandı test protokolü kullanılmıştır. Test laboratuvar ortamında (22-25 C° sıcaklıkta ve % 60-65 bağıl nemde) yapılmıştır. Isınma için koşu bandında 8 km/s'lik hızda 3 dakika koşu ve ardından 5 dakika serbest açma germe kullanılmıştır. Test protokolü 10 km/s hızda ve sıfır eğimde 2 dakika koşu ile başlatılmış, daha sonra eğim sabit tutularak hız 12 km/s 2 dakika ulaşınca kadar koşu uygulanmıştır. Daha sonra hız sabit tutularak devam eden her 1 dakika sonunda eğim % 2 artırılmıştır. Eğim % 12'ye ulaştığında; eğim sabit bırakılarak takip eden her dakikada bir hız 1.0km/s arttırılmıştır (Aziz, Tan ve Teh, 2005). Test katılımcıların devam edemediği noktada sonlandırılmıştır. Aziz ve ark.'nın (2005) önerdiği üzere katılımcılar VO_{2maks} değerlerine 8 ile 12 dakika arasında ulaşmıştır. Solunum parametrelerinin ölçülmesinde otomatik gaz analiz sistemi (JaegerMasterscreen CPX, Almanya) kullanılmıştır. Cihaz her ölçüm öncesinde üreticinin önerdiği şekilde kalibre edilmiş ve "bread by bread" modunda ve 5 saniyelik çember seçeneği kullanılmıştır. Katılımcıların VO_{2maks} değerlerinin hesaplanmasında üç kriter kullanılmıştır; bunlar, hızın artmaya devam ettiği ancak VO_2 'de plato oluşması, RER değerinin 1.10'nun üzerinde olması ve 220 – yaş formülünden hesaplanan tahmini kalp atım hızı değerinin %

95'den büyük olmasıdır. Bu kriterlerden en az ikisinin gerçekleştiği en yüksek 3 değerlerin ortalaması alınarak VO_{2maks} hesaplanmıştır (Howley, Bassett ve Welch, 1995).

20m Mekik Koşu Testi (MKT): MKT testi Leger ve Lambert (1982) önerisine bağlı olarak uygulanmıştır. Koşu hızı sinyalleri Sportexpert Test Timer (İtalya) tempo üretici cihaz ile kontrol edilmiştir. Test 8.5 km/s hızla başlatılıp her bir dakikada 0.5 km/s arttırılmıştır. Katılımcılardan her sinyalde 20m kat etmeleri istenmiştir. Katılımcılar sinyal sesi geldiği halde üç defa üst üste 20m mesafeyi tamamlayamadıklarında test sonlandırılmıştır. Katılımcıların tahmini VO_{2maks} değerleri Leger ve arkadaşlarının (1988) önerdiği formül ile hesaplanmıştır.

Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testleri (YIRT1 ve YIRT2): Yo-Yo test protokolleri takım sporlarının fiziksel ve fizyolojik yapılarına uygun olarak geliştirilmiştir (Bangsbo ve ark., 2008; Castagna ve ark., 2009). Testler 20m MKT ilham alınarak hazırlanmıştır. YIRT testlerinin 20m MKT testinden farkı, her iki seviyesinde de 40m koşu sonunda 10 saniyelik aktif bir toparlanma evresi bulunmasıdır. YIRT testlerinin 1. seviyesi elit olmayan rekreatif sporcular için, 2. seviyesi ise elit düzeyde ki sporculara uygulanır (Krustrup ve ark., 2003). Test 20 metrelik çizgilerle işaretlenmiş koşu alanı ve başlangıç çizgisinden 5 m'lik uzaklıktaki toparlanma alanı oluşturularak uygulanmıştır. YIRT1 testleri Bangsbo ve arkadaşlarının (2008) önerisine bağlı olarak YIRT1 testi koşu hızı 10 km/s hızla başlatılmış ve protokole bağlı olarak koşu hızı artırılmıştır. YIRT2 Testi koşu hızı 13 km/s hızla başlatılmış ve protokole bağlı olarak koşu hızı artırılmıştır. Katılımcılar her iki test sırasında sinyal geldiği halde 40m mesafeyi kat edemediği ve bu durumu iki defa üst üste tekrarladığında test sonlandırılmış ve mesafe test performansı olarak kayıt edilmiştir. Katılımcıların tahmini VO_{2maks} değerleri Bangsbo ve ark'nın (2008) önerdiği formüller ile hesaplanmıştır.

Verilerin Analizi

Veriler SPSS 20 istatistik paket programı ile değerlendirilmiştir. Tüm değişkenler için ortalama ve standart sapma değerlerinin hesaplanmasında tanımlayıcı istatistik yöntemi kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediği Shapiro Wilk testi ile belirlenmiştir. KBT, MKT, YIRT1 ve YIRT2 testlerinin arasında KAH_{din} ve KAH_{maks} bakımından fark olup olmadığının belirlenmesi için Tek Yönlü Varyans Analizi (ANOVA) Tukey HSD Post Hoc seçilerek kullanılmıştır. Testler arasında performans ilişkilerinin belirlenmesinde Pearson Korelasyon testi kullanılmıştır. Tüm analizler 0,05 anlamlılık düzeyinde işlenmiştir.

BULGULAR

Demografik Bulgular

Araştırmada elde edilen verilerin demografik dağılımı Tablo 1’deki gibidir.

Tablo 1. Katılımcıların Demografik Özelliklerini Gösteren Tablo.

Değişkenler n= 13	Ortalama	SS
Yaş (yıl)	14.78	0.41
Boy (cm)	186.23	5.90
Vücut Ağırlığı (kg)	73.84	9.09
Vücut Yağ Oranı (%)	10.30	4.67
VO ₂ maks (ml/kg/dk)	60.09	5.30
Spor Yaşı (yıl)	5.63	1.01

Ölçümlerden elde edilen fizyolojik değerler Tablo 2’de, performans değerleri ise Tablo 3’de verilmiştir.

Tablo 2. Testler sonucu elde edilen fizyolojik değerlerini gösteren tablo.

	VO ₂ maks (ml/kg/dk)		KAH _{din} (atım/dk)		KAH _{ort} (atım/dk)		KAH _{maks} (atım/dk)	
	ort.	ss.	ort.	ss.	ort	ss	ort	ss
KBT	60.09	5.30	77.92	4.75	153.62	10.54	191.76	7.67
MKT	58.32	4.08	79.23	4.88	172.30	7.39	198.46	5.36
YIRT1	50.96	4.74	77.30	6.07	174.46	5.39	193.69	4.98
YIRT2	56.98	4.49	78.23	5.05	169.23	7.39	194.15	7.08

VO₂maks: Maksimal Oksijen Tüketimi, KAH_{din}: Dinlenme Kalp Atım Hızı, KAH_{ort}: Ortalama Kalp Atım Hızı. KAH_{maks}: Maksimum Kalp Atım Hızı

KAH_{din} (F=0.31, p>0.05), KAH_{ort} (F=1.95, p>0.05) ve KAH_{maks} (F=2.55, p>0.05) değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 3. Testler sonucu elde edilen performans değerlerini gösteren tablo.

	TSS (dk)		HVO ₂ maks(km/s)		KM (m)	
	ort	ss	ort	ss	ort	ss
KBT	12.32	0.79	15.07	0.64		
MKT	11.46	1.44	13.80	0.75	2152.30	312.68
YIRT1	13.95	4.50	16.23	0.92	1741.53	565.59
YIRT2	6.39	2.35	17.96	0.51	861.53	329.69

TSS:Test Sonlanım Süresi, HVO₂maks:Maksimal Oksijen Tüketimi Hızı, KM:Kat Edilen Mesafe

KBT’inden elde edilen performans değeri ile saha testlerinde kat edilen mesafeler arasındaki ilişkiler Tablo 4’de verilmiştir.

Tablo 4. Laboratuvar test sonuçları ile Saha testleri sonuçları arasındaki ilişkiyi gösteren tablo.

	KBT VO₂maks (ml/kg/dk)	KBT HVO₂maks (km/s)	KBT TSS (dk)
	r	r	r
MKT KM (m)	0.881*	0.727*	0.862*
YIRT1 KM (m)	0.664*	0.630*	0.857*
YIRT2 KM (m)	0.784*	0.607*	0.841*

KBT VO₂maks:Koşu Bandı Testi Maksimal Oksijen Tüketimi. **KBT HVO₂maks:** Koşu Bandı Testi Maksimal Oksijen Tüketimi Hızı. **KBT TSS:** Koşu Bandı Testi Test Sonlanım Süresi. **MKT KM:** 20m Mekik Koşu Testi Kat Edilen Mesafe. **YIRT1 KM:** Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Seviye 1 Kat Edilen Mesafe. **YIRT2 KM:** Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Seviye 2 Kat Edilen Mesafe. *p< 0.05.

Koşu bandı VO₂maks ile kat edilen mesafe, test sonlanım süreleri ve kat edilen mesafeler arasında istatistiksel pozitif yönlü orta düzeyde anlamlı ilişki tespit edilmiştir. Laboratuvar testi VO₂maks ve saha testleri VO₂maks tahmin sonuçları arasında ilişkiler Tablo 5’de verilmiştir. Saha testleri sonucunda elde edilen performans değerleri arasındaki ilişkiler Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 5. Saha testleri sonucunda elde edilen VO₂maks’ler arasında ilişkiyi gösterir tablo.

	KBT VO₂maks (ml/kg/dk)
	r
MKT VO ₂ tahmin maks (ml/kg/dk)	0.783*
YIRT1 VO ₂ tahmin maks (ml/kg/dk)	0.663*
YIRT2 VO ₂ tahmin maks (ml/kg/dk)	0.791*

KBT VO₂maks: Koşu Bandı Testi Maksimal Oksijen Tüketimi, **MKT VO₂tahmin maks:** Mekik Koşu Testi Tahmin Maksimal Oksijen Tüketimi, **YIRT1 VO₂tahmin maks:** Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Seviye1 Tahmin Maksimal Oksijen Tüketimi, **YIRT2 VO₂tahmin maks:** Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Seviye2 Tahmin Maksimal Oksijen Tüketimi. *p< 0.05.

Tablo 6. Saha testleri sonucunda elde edilen performans verileri arasında ilişkiyi gösterir tablo.

	MKT KM (m)	YIRT1 KM (m)
	r	r
MKT KM (m)		
YIRT1 KM (m)	0.862**	
YIRT2 KM (m)	0.857*	0.779*

MKT KM: Mekik Koşu Testi Kat Edilen Mesafe, **YIRT1 KM:** Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Seviye1 Kat Edilen Mesafe, **YIRT2 KM:** Yo-Yo Aralıklı Toparlanma Testi Seviye 2 Kat Edilen Mesafe. *p< 0.05.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmanın en önemli bulgusu, KBT VO₂maks değeri ile MKT ve YIRT2 testlerinden hesaplanan VO₂maks değerleri arasında pozitif yönlü yüksek düzeyde anlamlı ilişkilerin tespit edilmesidir (sırasıyla r= 0.88 ve r= 0.78, p< 0.05). MKT’nin, aerobik kapasitenin değerlendirilmesinde hem yetişkinler hem de erişkinlerde geçerliliği ve güvenilirliği olduğu

yapılan meta-analiz çalışmasında gösterilmiştir (Mayorga-Vega ve ark., 2015). Literatürde daha önce bildirilmiş kaynaklarda benzer sonuçlar mevcuttur (Aziz ve ark., 2005; Krustup ve ark., 2003; Leger ve Lambert,1982; Ramsbottom, Brewer & Williams, 1988). Bulgular, KBT VO_{2maks} ile MKT kat edilen mesafe arasında anlamlı yüksek ilişki ($r=0.78$) olduğunu göstermiştir. Leger ve arkadaşlarının (1988) 8-19 yaş arası 188 çocukta yaptığı çalışmada VO_{2maks} ile MKT kat edilen mesafe arasında ($r=0.71$) ilişki tespit edilmiştir. Ramsbottom ve ark.'nın (1988) yaptığı çalışmada ise yetişkin sporcularda VO_{2maks} ile MKT kat edilen mesafe arasında yüksek ilişki ($r=0.92$) bulunmuştur. Aziz ve arkadaşlarının (2005) yaptıkları çalışmada laboratuvarında ölçülen VO_{2maks} ile mekik testinde kat edilen mesafe arasında anlamlı ilişki olduğu rapor edilmiştir ($r=0.68$). Bildirilen diğer sonuca göre genç takım sporcularının VO_{2maks} ile MKT performansları arasında yüksek düzeyde ilişki ($r=0.78$) olduğu gösterilmiştir (Aslan, Müniroğlu, Alemdaroğlu ve Karakoç., 2012). Çalışma bulguları, literatür sonuçları ile paralellik göstermektedir. Bu bağlamda yıldız erkek basketbolcular için MKT, aerobik kapasite değerlendirilmesinde net tahminlerde bulunacağını söylenebilir.

YIRT testleri, MKT testindeki koşular temel alınarak takım sporlarının aralıklı yapısına uygun olarak geliştirilmiştir (Bangsbo ve ark., 2008). Ancak; MKT'nin aralıklı takım sporlarının fiziksel ve fizyolojik yüklenme yapısına uygun olmadığı savunulmuştur (Castagna ve ark., 2006). Bu açıdan çalışma sonuçları önem kazanmaktadır. VO_{2maks} ile YIRT testleri arasında tespit edilen orta ve güçlü korelasyon ($r=0.66$ ve $r=0.78$) değerleri literatürde bir çok çalışma sonucu ile benzerdir. Basketbolcular üzerine yapılan bir çalışmada VO_{2maks} ile YIRT1 sonucu kat edilen mesafe arasında anlamlı yüksek ilişki ($r=0.77$) bulunmuştur (Castagna ve ark., 2008). Buna karşın Bangsbo ve arkadaşlarının (2008) Yo-Yo Aralıklı testler üzerinde yayınladıkları derlemede 141 denegin katıldığı bir çalışmada VO_{2maks} ile YIRT1 performansı arasında ilişki $r=0.70$ bulunurken, YIRT2 performansı için de $r=0.58$ 'lik anlamlı bir ilişki olmadığı ifade etmiştir. Aslan ve arkadaşlarının (2012) bulgularına göre genç takım sporcularında bu ilişki $r=0.89$ olarak hesaplanmıştır. Krustup ve arkadaşların (2006) futbolcular üzerinde yapmış oldukları çalışmada ise VO_{2maks} ile YIRT2 performansı arasında $r=0.56$ düşük ilişki tespit etmişlerdir. Buna karşın VO_{2maks} ile YIRT1 testinde kat edilen mesafe arasında ilişki olmadığını gösteren çalışmada mevcuttur (Aziz ve ark., 2005). Genel anlamda çalışma bulgularımız literatür ile benzerlik göstermektedir.

Bu çalışmadaki YIRT testleri performans sonuçları arasındaki korelasyon bir çok çalışma ile benzedir (Fanchini ve ark., 2014; Ingebrigtsen ve ark., 2014; Mohr ve Krusturp., 2014; Rampinini ve ark., 2010; Thomas, Dawson ve Goodman 2006). Bu değerler sırasıyla; $r= 0.74$, $r = 0.75$, $r = 0.77$, $r = 0.70$ ve $r = 0.63$ şeklinde güçlü ve orta düzeyde ilişkiler tespit edilmiştir. Ancak, Karakoç, Akalan, Alemdaroğlu ve Arslan (2012), yaptıkları çalışmada YIRT1 ve YIRT2 arasında anlamlı bir korelasyon bulunamamıştır. Çalışma sonucunda üç saha testinin de VO_{2maks} ve koşu bandı testi performans sonuçları ile anlamlı ilişkilere sahip olduğu tespit edilmiştir. Ancak MKT ve YIRT2 testlerinin yıldız erkek basketbolcuların VO_{2maks} ve dayanıklılık düzeyinin değerlendirilmesinde YIRT1 testine göre yıldız erkek basketbolcular için aerobik kapasite değerlendirilmesinde daha net tahminlerde bulunacağını söylenebilir. YIRT1 testinin sadece dayanıklılık düzeyi değerlendirmede daha yakın sonuç vereceği düşünülmektedir.

KAYNAKLAR

- Abdelkrim, N.B., El Fazaa, S., & El Ati, J. (2007). Time–motion analysis and physiological data of elite under-19-year-old basketball players during competition. *British journal of sports medicine*, 41(2), 69-75.
- Abdelkrim, N.B., Castagna, C., El Fazaa, S., Tabka, Z., & El Ati, J. (2009). Blood metabolites during basketball competitions. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(3), 765-773.
- Abdelkrim, N.B., Castagna, C., Jabri, I., Battikh, T., El Fazaa, S., & El Ati, J. (2010). Activity profile and physiological requirements of junior elite basketball players in relation to aerobic-anaerobic fitness. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 24(9), 2330-2342.
- Acikada, C. (2004). Training in children. *Acta orthopaedica et traumatologica turcica*, 38(1), 16-26.
- Apostolidis, N., Nassis, G. P., Bolatoglou, T., & Geladas, N. D. (2004). Physiological and technical characteristics of elite young basketball players. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 44(2), 157.
- Aslan, E., Müniroğlu, S., Alemdaroğlu, U., & Karakoç, B. (2012). Investigation of The Performance Responses of Yo-Yo And Shuttle Run Tests with The Treadmill Run Test in Young Soccer Players. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 3(3),104-112.
- Atkins, S.J. (2006). Performance of the Yo-Yo Intermittent Recovery Test by elite professional and semiprofessional rugby league players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 20(1), 222-225.
- Aziz, A.R., Tan, F.H., & Teh, K. C. (2005). A pilot study comparing two field tests with the treadmill run test in soccer players. *Journal of sports science & medicine*, 4(2),105-112.
- Bangsbo, J., Iaia, F.M., & Krusturp, P. (2008). The Yo-Yo intermittent recovery test. *Sports medicine*, 38(1), 37-51.
- Bishop, D.C., & Wright, C. (2006). A time-motion analysis of professional basketball to determine the relationship between three activity profiles: high, medium and low intensity and the length of the time spent on court. *International Journal of Performance Analysis in Sport*, 6(1), 130-139.
- Bogdanis, G. C., Nevill, M. E., Boobis, L. H., & Lakomy, H. K. (1996). Contribution of phosphocreatine and aerobic metabolism to energy supply during repeated sprint exercise. *Journal of Applied Physiology*, 80(3), 876-884.
- Castagna, C., Chaouachi, A., Rampinini, E., Chamari, K., & Impellizzeri, F. (2009). Aerobic and explosive power performance of elite Italian regional-level basketball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 23(7), 1982-1987.

Gürses, V.V., ve Akalan, C. (2018). Basketbolcularda aerobik performans, mekik koşusu ve yoyo aralıklı toparlanma testlerinin ilişkilerinin belirlenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1),12-21.

- Castagna, C., Impellizzeri, F. M., Chamari, K., Carlomagno, D., & Rampinini, E. (2006). Aerobic Fitness And Yo-Yo Continuous And Intermittent Tests Performances In Soccer Players: Acorrelation Study. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 20(2), 320-325.
- Castagna, C., Impellizzeri, F. M., Rampinini, E., D'Ottavio, S., & Manzi, V. (2008). The Yo-Yo intermittent recovery test in basketball players. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 11(2), 202-208.
- Fanchini, M., Castagna, C., Coutts, A.J., Schena, F., McCall, A., & Impellizzeri, F.M. (2014). Are the Yo-Yo intermittent recovery test levels 1 and 2 both useful? Reliability, responsiveness and interchangeability in young soccer players. *Journal of sports sciences*, 32(20),1950-1957.
- Helgerud, J., Engen, L.C., Wisloff, U., & Hoff, J. (2001). Aerobic endurance training improves soccer performance. *Medicine and science in sports and exercise*, 33(11), 1925-1931.
- Howley, E.T., Bassett, D.R., & Welch, H.G. (1995). Criteria for maximal oxygen uptake: review and commentary. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 27(1) 1292-301.
- Ingebrigtsen, J., Brochmann, M., Castagna, C., Bradley, P.S., Ade, J., Krusturup, P., & Holtermann, A. (2014). Relationships between field performance tests in high-level soccer players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 28(4), 942-949.
- Karakoç, B., Akalan, C., Alemardoğlu, U., & Arslan, E. (2012). The relationship between the yo-yo tests, anaerobic performance and aerobic performance in young soccer players. *Journal of human kinetics*, 35(1), 81-88.
- Krusturup, P., Mohr, M., Amstrup, T., Rysgaard, T., Johansen, J., Steensberg, A., ... & Bangsbo, J. (2003). The yo-yo intermittent recovery test: physiological response, reliability, and validity. *Medicine and science in sports and exercise*, 35(4), 697-705.
- Leger, L.A., & Lambert, J. (1982). A maximal multistage 20-m shuttle run test to predict\ dot VO2 max. *European journal of applied physiology and occupational physiology*, 49(1), 1-12.
- Leger, L. A., Mercier, D., Gadoury, C., & Lambert, J. (1988). The multistage 20 metre shuttle run test for aerobic fitness. *Journal of sports sciences*, 6(2), 93-101.
- Leite, N., Coutinho, D., & Sampaio, J. (2013). Effects of fatigue and time-out on physiological, time-motion indicators and in patterns of spatial organization of the teams in basketball. *In Revista de psicología del deporte*, 22(1),215-218.
- Mayorga-Vega, D., Aguilar-Soto, P., & Viciano, J. (2015). Criterion-related validity of the 20-m shuttle run test for estimating cardiorespiratory fitness: A meta-analysis, *Journal of sports science & medicine*, 14(3), 536-547.
- McInnes, S.E., Carlson, J.S., Jones, C.J., & McKenna, M.J. (1995). The physiological load imposed on basketball players during competition. *Journal of sports sciences*, 13(5), 387-397.
- Mohr, M., & Krusturup, P. (2014). Yo-Yo intermittent recovery test performances within an entire football league during a full season. *Journal of sports sciences*, 32(4), 315-327.
- Rampinini, E., Sassi, A., Azzalin, A., Castagna, C., Menaspà, P., Carlomagno, D., & Impellizzeri, F.M. (2010). Physiological determinants of Yo-Yo intermittent recovery tests in male soccer players. *European Journal of Applied Physiology*, 108(2), 401-409.
- Ramsbottom, R., Brewer, J., & Williams, C. (1988). A progressive shuttle run test to estimate maximal oxygen uptake. *British Journal of Sports Medicine*, 22(4), 141-144.
- Thomas, A., Dawson, B., & Goodman, C. (2006). The yo-yo test: reliability and association with a 20-m shuttle run and VO2max. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 1(2), 137-149.

Öğretmen Adaylarının Algılanan Problem Çözme Becerileri

Evaluation of the Perceived Problem Solving Skills of Prospective Teachers

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

Öz

Hakan KOLAYIŞ¹,
Hakan TURAN²,

¹Sakarya Üniversitesi, Sakarya

²Kocaeli Üniversitesi, Kocaeli

Bu araştırmanın amacı, öğretmen adaylarının algılanan problem çözme becerilerinin incelenmesidir. Araştırmada betimsel araştırma yöntemlerinden tarama modeli kullanılmıştır. Araştırmanın örneklemi, Kocaeli ve Sakarya Üniversiteleri Spor Bilimleri Fakültelerinden, Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği, Spor Yöneticiliği, Rekreasyon ve Antrenörlük programları ile Eğitim Fakültelerinden Türkçe, Matematik, Fen Bilgisi, Sınıf Öğretmenliği ile Psikolojik Danışma ve Rehberlik programlarında öğrenim gören 406 öğrencidir. Araştırmada veri toplama aracı olarak Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen ve Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Problem Çözme Envanteri" kullanılmıştır. Verilerin çözümlenmesinde, cinsiyet ve sınıf düzeylerine göre farklılık olup olmadığının belirlenmesi amacıyla Bağımsız Grup t-testi, LYS puan türlerine göre ise Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Araştırmada, öğretmen adaylarının algılanan problem çözme beceri puanları açısından orta seviyenin altında oldukları, cinsiyetin belirleyici bir faktör olmadığı ve eşit ağırlık alanındakilerin, sözel ve özel yetenek alanlarına göre daha iyi durumda oldukları ancak diğer alanlar arasında bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Öğretmen adayları, algılanan problem çözme becerisi, LYS alanı

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 13.10.2017

Kabul Tarihi: 30.06.2018

Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

The purpose of this research was to examine the perceived problem solving skills of prospective teachers. In the study, a screening model was used from descriptive research methods. The sample of the research was 406 students from Kocaeli and Sakarya Universities Sports Sciences Faculties, Physical Education and Sports Teachers Education, Sports Management, Recreation and Coaching programs and Education Faculties with 406 students in Turkish, Mathematics, Science Education, Classroom Teaching and Psychological Counseling and Guidance programs. "Problem Solving Inventory" developed by Heppner and Petersen (1982) and adapted to Turkish by Şahin, Şahin and Heppner (1993) was used as data collection tool in the research. Independent group t-test was used to determine whether there was any difference according to gender and class levels in the analysis of the data, and ANOVA was used according to LYS score types. In the study, it was concluded that teacher candidates were below the middle level in terms of perceived problem solving skill scores, that gender was not a determining factor and that those in equal weight were in better condition than verbal and special ability areas, but there was no difference between the other fields. Keywords: Teacher candidates, perceived problem solving skill, LYS field.

Keywords: Teacher candidates, perceived problem solving skill, LYS field

GİRİŞ

Problem, ulaşılmaya çalışılan bir hedef ve çare bulunması gereken bir durumdur (Schunk, 2004, s. 203). Problem çözme, belli bir amaca erişmek için karşılaşılan güçlükleri ortadan kaldırmaya yönelik bir dizi çabayı içermektedir (Taylan, 1990). Problem çözmeye iki temel yaklaşım bulunmaktadır. Birincisi, öğrenenler bilgiyi aktif olarak işbirlikli gruplar içinde yapılandırır. İkincisi, öğrenci ve öğretmen rolleri biçim değiştirmiştir. Öğretmen bundan böyle bilginin ana kaynağı değil, işbirliği içinde gerçekleşen öğrenmenin kolaylaştırıcısıdır. Öğretmen düşüncelerini ortaya çıkarmak ve onları grup sürecine dâhil etmek için açık uçlu sorular aracılığıyla öğrencilere rehberlik eder (Hmelo-Silver, 2004 ve Von Glasersfeld, 1991). Öğretmenler, karşılaşacakları problemleri nasıl çözecekleri ile ilgili öğrencilerine bilgi aktarmak yerine, onlara kendi problemlerini çözebilme becerisi kazandırmalıdır (Karplus, 1977).

Uluslararası öğrenci değerlendirme programı PISA; temel olarak fen, matematik ve okuma becerilerini değerlendirmektedir. 2012 uygulamasından itibaren her döngüde, yenilikçi bir alanda da öğrencilerin temel bilgi ve becerilere ne ölçüde sahip oldukları değerlendirilmektedir. Bu yenilikçi alan 2012 uygulamasında “yaratıcı problem çözme” iken, 2015’te “işbirlikçi problem çözme” olmuştur (MEB) 2016). Türkiye’de de 2005 yılında yürürlüğe konulan yeni ilköğretim programlarında öğrencilerde geliştirilmesi beklenen becerilerden birisi de problem çözmeye. Ülkelerin PISA 2012 problem çözme sonuçları incelendiği zaman Türkiye OECD ortalamasının alt sıralarında yer almaktadırlar. PISA 2015 ortalama sonuçlarına bakıldığında 2012’ye göre Türkiye daha düşük ortalamayla yer almıştır (İleritürk, Ercoşkun ve Kıncal, 2017).

Yukarıdaki açıklamalardan hareketle, problem çözme becerileri açısından beklenen seviyenin altında olan öğrencilerin bu becerilerini geliştirmesi beklenen öğretmenlerin de bu beceriye sahip olmalarının gerektiği söylenebilir. Bu bağlamda öğretmen adaylarının da algılanan problem çözme becerilerinin belirlenmesinin yararlı olacağı söylenebilir.

Yükseköğretim programlarına öğrenci alınmasında, ÖSYM tarafından yapılan “Merkezi Yerleştirme” ile yükseköğretim kurumları tarafından yapılan “Özel Yetenek Sınavıyla Seçme” olmak üzere iki farklı yöntem kullanılır. ÖSYM tarafından merkezi yerleştirme yapılan programlar ile özel yetenek sınavı ile öğrenci alan programlara girmek isteyen tüm adayların YGS’ye girmeleri zorunludur. Bu sınavda öğrencilerin çözdükleri soru türleri dikkate alınarak puan türlerine göre başarıları belirlenmektedir (ÖSYM) 2014).

Araştırma örneklemine dâhil edilen programların ÖSYM (2014) tarafından hangi LYS alanına göre öğrenci aldığı tablo 1’de gösterilmiştir.

Tablo 1: Programlara Göre LYS Alan ve Puan Türleri

Programlar	LYS Alan	Puan Türü
İlköğretim Matematik Öğretmenliği	Sayısal	MF-1
Fen Bilgisi Öğretmenliği		MF-2
Sınıf Öğretmenliği	Eşit ağırlık	TM-2
Psikolojik Danışma ve Rehberlik		TM-3
Türkçe Öğretmenliği	Sözel	TS-2
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği		
Spor Yöneticiliği	Özel yetenek	Özel Yetenek Sınavı
Rekreasyon		
Antrenörlük		

Bu çalışmada tablo 1’de görüldüğü gibi tek tek lisans programları yerine bu programlardaki veriler birleştirilerek ilgili LYS alanının dikkate alınmasının uygun olacağı düşünülmüştür. Böylelikle, örneğin eşit ağırlık alanındaki öğrencilerin durumlarıyla ilgili sonuçlardan hareketle liselerdeki tüm eşit alan öğrencileri için problem çözme becerilerinin geliştirilmesine yönelik öneriler getirilebileceği düşünülmüştür.

Bu çalışmanın amacı; öğretmen adaylarının algılanan problem çözme becerilerinin, cinsiyet ve LYS alanı açısından incelenmesidir. Bu amaç doğrultusunda aşağıdaki sorulara yanıt aranmıştır: Öğretmen adaylarının;

- Algılanan problem çözme beceri düzeyleri nedir?
- Algılanan problem çözme beceri düzeyleri cinsiyete göre farklılık göstermekte midir?
- Algılanan problem çözme beceri düzeyleri LYS puan türlerine göre farklılık göstermekte midir?

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırmada öğretmen adaylarının algılanan problem çözme becerilerinin belirlenmesi amaçlandığından tarama modeli kullanılmıştır. Karasar (1999)’a göre tarama modelleri, geçmişte ya da halen var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemeyi amaçlayan araştırma yaklaşımlarıdır.

Evren-Örneklem

Araştırmada basit tesadüfi örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Karasar (1999)'a göre basit tesadüfi örnekleme, evrendeki tüm elemanların birbirine eşit seçilme şansına sahip oldukları örnekleme türüdür. Araştırmanın evreni, Kocaeli Üniversitesi ve Sakarya Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Fakültelerinden, beden eğitimi ve spor öğretmenliği, spor yöneticiliği, rekreasyon ve antrenörlük programları ile Eğitim Fakültelerinden Türkçe, matematik, fen bilgisi, sınıf öğretmenliği ile PDR programlarında öğrenim görmekte olan son sınıf öğretmen adayları, örnekleme ise, 2012-2013 öğretim yılında bu programlarda öğrenim görmekte olan ve son sınıflardan rastgele seçilen, 406 öğretmen adaydır. Çalışmanın örnekleminde yer alan spor yöneticiliği, rekreasyon ve antrenörlük programlarında öğrenim gören son sınıf öğrencileri, doğrudan öğretmen adayı olmamakla birlikte formasyon almaları nedeniyle öğretmen adayı olarak kabul edilmişlerdir.

Veri Toplama Aracı

Öğretmen adaylarının algılanan problem çözme becerilerinin belirlenmesi için Heppner ve Petersen (1982) tarafından geliştirilen ve Şahin, Şahin ve Heppner (1993) tarafından Türkçe'ye uyarlanan Problem Çözme Envanteri (Problem Solving Inventory), kullanılmıştır. Ölçeğin, bireyin gerçek problem çözme becerisini değil, problem çözme yeteneğine ilişkin algısı ile problem çözme stiliyle ilgili tutumunu değerlendirdiği ifade edilmektedir. Ölçeğin geçerlilik çalışması için faktör analizi yapıldığı ve toplam 35 maddeden oluşan orijinal ölçekteki 3 maddenin (9, 22 ve 29. maddeler) faktör yükleri düşük çıktığı için ölçekten çıkartıldığı, geriye kalan 32 madde üzerinden puanlama yapıldığı ve ranjin, 32-192 olduğu ifade edilmektedir. Puanlamada düşük puanlar problem çözümede etkililiği, yüksek puanlar ise problemler karşısında etkili çözümler bulamamayı göstermektedir. Ölçeğin güvenilirliği için üç hafta ara ile yapılan test-tekrar test güvenilirlik katsayıları nın .77 ve .81, iç tutarlılık Cronbach Alfa değerinin ise .88, bulunduğu ifade edilmektedir (Heppner et al. 2004, s. 352; Şahin, Şahin ve Heppner, 1993; Taylan, 1990, s. 38-41). Bu çalışma hesaplanan Cronbach Alfa değeri ise .82 olarak bulunmuştur. Orijinal ölçek, problem çözme güveni, yaklaşma-kaçınma tarzı ve kişisel kontrol olmak üzere üç alt boyuttan oluşmaktadır (Taylan, 1990). Ancak Taylan (1990)'a göre ölçeğin alt boyutlarının Türk kültüründe tek başlarına çok iyi işlemedikleri, ancak toplam PÇE puanına oldukça önemli katkıda buldukları düşünülmektedir. Bu nedenle bu çalışmada ölçek alt boyutları değil, toplam puan kullanılmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin çözümlenmesinde betimsel istatistiksel tekniklerin (frekans, yüzde, aritmetik ortalama) yanı sıra, cinsiyete göre farklılık olup olmadığının belirlenmesi amacıyla parametrik testlerden Bağımsız Grup t-testi, LYS puan türlerine göre farklılık olup olmadığının belirlenmesi amacıyla ise Varyans Analizi (ANOVA) kullanılmıştır. Varyans analizi, ikiden fazla bağımsız gruba ait ortalamaların en az ikisi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark olup olmadığını test ederken farklılığın hangi grup ya da gruplardan kaynaklandığını göstermemektedir. Bu farkın hangi gruplar arasında olduğunu belirlemek amacıyla çoklu karşılaştırma testi (Post-Hoc) yapılması gerekmektedir. Grup sayılarının fazla ve gruplardaki örneklem sayılarının farklı olması durumlarında karşılaştırma için en esnek ve alfa hata payını kontrol altında tutabilen bir Post-Hoc türü olan Scheffe kullanılmıştır (Can, 2013, 148-151; Scheffe, 1953 ve 1959'dan akt., Kayri, 2009). Verilerin normal dağılım özelliği gösterip göstermediğinin belirlenmesi amacıyla basıklık (kurtosis) ve çarpıklık (skewness) değerleri esas alınmıştır. Sözkonusu değerlerin kabul edilebilirlik değerlerine ilişkin olarak Huck (2008) çarpıklık değerlerinin +1 ile -1 arasında ve basıklık değerlerinin de +2 ile -1 arasında olması gerektiğini belirtmektedir (Akt., Seçer, 2013). Buna göre, puanların normal dağılım özelliği gösterdiği söylenebilir (Skewness= .571; Kurtosis= -.112). Verilerin çözümlenmesinde SPSS 13.00 kullanılmıştır.

BULGULAR

Demografik Bulgular

Araştırmaya katılan öğretmen adaylarına ilişkin demografik bulgular tablo 2'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Demografik Veriler

		N	Yüzde (%)	\bar{X}	Ss
Cinsiyet	Kadın	240	59.1	126.87	16.34
	Erkek	166	40.9	129.36	16.04
LYS alanı	Sayısal	84	20.7	128.92	17.90
	Sözel	44	10.8	133.75	19.66
	Eşit ağırlık	123	30.3	123.05	13.58
	Özel yetenek	155	38.2	129.50	15.35
Genel		406	100	127.89	16.25

Tablo 2'deki verilere göre araştırma örnekleminin, yaklaşık % 59'u kadın, % 41'i erkek, % 21'i sayısal, % 11'i sözel, % 30'u eşit ağırlık ve % 38'i de özel yetenek alanı öğretmen

adaylarından oluşmaktadır. Tabloda görülebileceği üzere; örneklem geneli dikkate alındığında, öğretmen adaylarının algılanan problem çözme becerisi puan ortalaması 127,89'dur. Ölçekten elde edilebilecek en düşük puanın 192 en yüksek puanın 32 olduğu düşünüldüğünde, öğretmen adaylarının algılanan problem çözme beceri puanlarının orta seviyenin (112) altında olduğu söylenebilir. Ayrıca algılanan problem çözme beceri puanlarının, cinsiyete göre kadınlar ($\bar{x}_{\text{Kadın}}=126.87$), LYS alanına göre ise eşit ağırlık ($\bar{x}_{\text{Eşit ağırlık}}=123,05$) lehine yüksek olduğu görülmektedir. Ancak bu farklılıkların istatistiksel olarak anlamlı olup olmadığının test edilmesi gerekmektedir.

Cinsiyete İlişkin Bulgular

Algılanan problem çözme becerilerinin cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bağımsız grup t testi sonuçları tablo 3'te gösterilmiştir.

Tablo 3: Cinsiyete göre t-testi sonuçları

Cinsiyet	N	\bar{X}	SS	Sd	t	P
Kadın	240	126.87	16.34	404	-1.524	0.127
Erkek	166	129.36	16.04			

Tablo 3'e göre; kadın ($\bar{x}_{\text{Kadın}}=126.87$) ve erkek ($\bar{x}_{\text{Erkek}}=129.36$) öğretmen adaylarının algılanan problem çözme beceri puan ortalamaları arasında, cinsiyete göre anlamlı bir fark yoktur ($t=-1.524$; $p>.05$).

LYS Alanlarına İlişkin Bulgular

Algılanan problem çözme becerilerinin LYS alanlarına göre farklılık gösterip göstermediğine ilişkin Tek Yönlü ANOVA testi sonuçları tablo 4'te gösterilmiştir.

Tablo 4: LYS alanlarına göre ANOVA testi sonuçları

Varyansın Kaynağı	Kareler Toplamı	Sd	Kareler ortalaması	F	P
Gruplararası	4885.666	3	1628.555		
Grupiçi	101991.122	402	253.709	6.419	.000
Toplam	106876.788	405			

* Ortalama farklılık 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 4'e göre; LYS alanına göre, sayısal ($\bar{x}_{\text{Sayısal}}=128,92$), sözel ($\bar{x}_{\text{Sözel}}=133,75$), eşit ağırlık ($\bar{x}_{\text{Eşit ağırlık}}=123,05$) ve özel yetenek ($\bar{x}_{\text{Özel yetenek}}=129,50$) gruplarının en az ikisinin algılanan problem çözme beceri puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark vardır [$F_{(3-404)}=6,419$; $p<.05$]. LYS alanları arasında görülen bu anlamlı farklılığın hangi alanlar arasında olduğunun belirlenmesi amacıyla yapılan Scheffe testi sonuçları tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5: LYS alanlarına göre Scheffe testi sonuçları

(I) Alan	(J) Alan	Ortalama Farklılık (I-J)	Standart Hata	Anlamlılık düzeyi
Sayısal	Sözel	-4.83	2.96	.448
	Eşit ağırlık	5.87	2.26	.081
	Özel yetenek	-.59	2.16	.995
Sözel	Sayısal	4.83	2.96	.448
	Eşit ağırlık	10.70(*)	2.80	.002
	Özel yetenek	4.25	2.72	.488
Eşit ağırlık	Sayısal	-5.87	2.26	.081
	Sözel	-10.70(*)	2.80	.002
	Özel yetenek	-6.46(*)	1.92	.011
Özel yetenek	Sayısal	.59	2.16	.995
	Sözel	-4.25	2.72	.488
	Eşit ağırlık	6.46(*)	1.92	.011

* Ortalama farklılık 0.05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 6'ya göre; eşit ağırlıkla ($\bar{x}_{\text{Eşit ağırlık}}=123,05$) sözel yetenek ($\bar{x}_{\text{Sözel}}=133,75$) ve özel yetenek arasında ($\bar{x}_{\text{Özel yetenek}}=129,50$), eşit ağırlık lehine istatistiksel olarak anlamlı bir fark olduğu [$F_{(3-404)}= 6,419$; $p<0.05$], ancak diğer alanların ortalama puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir [$F_{(3-404)}= 6,419$; $p>0.05$].

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Genel olarak öğretmen adaylarının algılanan problem çözme beceri puanlarının orta seviyenin altında olduğu söylenebilir. Bu konuda yapılan araştırmalara bakıldığında, bu araştırma sonuçlarıyla benzerlik gösteren ve göstermeyen araştırmalar olduğu söylenebilir. Yavuz, Arslan ve Gülten (2010) ile Kolayış, Turan ve Ulusoy (2012) tarafından yapılan araştırmalarda öğretmen adaylarının algılanan problem çözme beceri düzeyleri ortalamanın altında çıkmıştır. Bu araştırma ve benzer araştırma sonuçları ile PISA sonuçları karşılaştırıldığında ortaöğretim öğrencileri ve yükseköğretim öğrencileri arasında bir paralellik olduğu söylenebilir. İnel, Evrekli ve Türkmen (2011) tarafından yapılan araştırmada öğretmenlerin algılanan problem çözme düzeyi “iyi” düzeyde, Çınar, Hatunoğlu ve Hatunoğlu (2009) tarafından yapılan araştırmada ise “yüksek” düzeyde (ortanın biraz üzerinde) bulunmuştur.

Cinsiyete göre öğretmen adaylarının algılanan problem çözme beceri puan ortalamaları arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır. Bu konuda yapılan araştırmalara bakıldığında, bu araştırma sonuçlarıyla benzerlik gösteren ve göstermeyen araştırmalar olduğu söylenebilir. Genç ve Kalafat (2007), Kazu ve Ersözlü (2008), İnel ve ark. (2011), Yenice (2012), Çevik ve

Özmeden (2013) ile Karabacak, Nalbant ve Topçuoğlu (2015) tarafından yapılan araştırmalarda da, bu araştırmaya paralel olarak cinsiyete göre anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu araştırma bulgularından farklı olarak Otacıoğlu (2008), Sağır (2011), Kolayış ve ark. (2012), Cantav (2016) ile Çerkez ve Arslan (2016) tarafından yapılan araştırmalarda ise erkekler lehine anlamlı fark çıkarken, Polat ve Tümkaya (2010) ile Yavuz ve ark. (2010) tarafından yapılan araştırmalarda, kadınlar lehine anlamlı bir fark çıkmıştır. Öğretmen adaylarının algılanan problem çözme becerileri cinsiyet değişkeni açısından ele alındığında, bazı araştırmalarda erkekler lehine, bazı araştırmalarda kadınlar lehine anlamlı çıkarken, bazı araştırmalarda ise anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. Bu durumda cinsiyet değişkeninin algılanan problem çözme becerileri üzerinde etkili bir değişken olmadığı söylenebilir.

LYS alanlarına göre öğretmen adaylarının algılanan problem çözme beceri puan ortalamaları, sözel yetenek, özel yetenek ve eşit ağırlık arasında eşit ağırlık lehine anlamlı bir fark olduğu, ancak diğer alanların ortalama puanları arasında anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Bu konuda yapılan araştırmalara bakıldığında, bu araştırma sonuçlarıyla benzerlik gösteren ve göstermeyen araştırmalar olduğu söylenebilir. Bu araştırma bulgularıyla benzer olarak, Cantav (2016) tarafından yapılan araştırmada, İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi öğrencileri ile Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencileri arasında İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi öğrencileri lehine anlamlı farklılık bulunmuştur. Yine Otacıoğlu (2008) tarafından yapılan araştırmada da, Psikolojik Danışma ve Rehberlik öğrencilerinin Müzik Eğitimi öğrencilerine kıyasla problem çözme eğilimi konusunda daha yeterli oldukları sonucu ortaya çıkmıştır.

Bu araştırma sonuçlarından farklı olarak Sağır (2011) tarafından yapılan araştırmada beden eğitimi öğretmen adaylarının problem çözme algılarının, okul öncesi ve fen bilgisi öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kolayış ve ark. (2012) tarafından yapılan araştırmada da beden eğitimi öğretmen adaylarının problem çözme algılarının Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümü öğretmen adaylarına göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Otacıoğlu (2007) tarafından yapılan bir başka araştırmada ise öncekinin aksine Psikolojik Danışma ve Rehberlik Bölümü öğrencilerinin

Müzik Eğitimi öğrencilerine kıyasla problem çözme becerilerine ilişkin algıları açısından daha yetersiz oldukları saptanmıştır. Kazu ve Ersözlü (2008) tarafından yapılan araştırmada, ÖSS puan türüyle algılanan problem çözme becerileri arasında toplam puan bazında olmasa da “Kendine Güvenli Yaklaşım” boyutunda sayısal puan lehine anlamlı bir farklılık çıkmıştır. Basmacı (1998) tarafından yapılan araştırmada, öğrencilerin sayısal, sözel

ve özel yetenek puanlarıyla öğrenci alan bölümlerde öğrenim görmelerinin problem çözme becerisini algılaması üzerinde etkili olmadığı görülmüştür. Katkat ve Mızrak (2003) tarafından yapılan araştırmada, ÖSS ile eğitim fakültelerine kayıt yaptıran öğrencilerle, beden eğitimi, resim ve müzik eğitimi gibi özel yetenek sınavıyla kayıt yaptıran öğrenciler arasında algılanan problem çözme becerisi bakımından anlamlı bir farklılık çıkmamıştır. İnel ve ark. (2011) ile Sağır (2011) tarafından yapılan araştırmalarda da mezun olunan lise türüne göre problem çözme becerilerinde anlamlı fark bulunmamıştır. Öğretmen adaylarının algılanan problem çözme becerileri LYS alanı değişkeni açısından ele alındığında, farklı araştırmalarda farklı alanların lehine anlamlı ilişkiler bulunmuş ya da bu alanlar arasında anlamlı ilişkiler bulunmamıştır. Bu durumda LYS alanı değişkeninin algılanan problem çözme becerileri üzerinde etkili bir değişken olmadığı söylenebilir.

Öğretmen adaylarının algılanan problem çözme becerilerinin incelendiği bu araştırmada, öğretmen adaylarının algılanan problem çözme beceri puanları açısından, orta seviyenin altında oldukları, cinsiyetin belirleyici bir faktör olmadığı ve eşit ağırlık alanındakilerin, sözel ve özel yetenek alanlarına göre daha iyi durumda oldukları ancak diğer alanlar arasında bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Araştırma sonuçları ışığında aşağıdaki önerilerde bulunulabilir:

- Lise öğrencileri ve lisans düzeyindeki öğretmen adaylarının problem çözme becerilerine ilişkin algılarının geliştirilmesine dönük dersler açılabilir ve ders dışı etkinlikler düzenlenebilir.
- Başka programlarda öğrenim gören öğretmen adayları da dâhil edilerek ve daha geniş çaplı örneklem üzerinde benzer araştırmalar yürütülebilir.

KAYNAKLAR

- Basmacı, S. K. (1998). *Üniversite öğrencilerinin problem çözme becerilerini algılamalarının bazı değişkenler açısından incelenmesi*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). İnönü Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü. <http://193.140.142.206:8080/xmlui/handle/11616/2015>.
- Bingham, A. (1958). *Çocuklarda problem çözme yeteneklerinin geliştirilmesi*. A. Ferhan Oğuzkan (Çev.). İstanbul: Milli Eğitim Basımevi.
- Brown, S. I. (1994). The problem of the problem and curriculum fallacies. Constructing mathematical knowledge: epistemology and mathematics education. Paul ernest (ed.), *Constructing Mathematical Knowledge: Epistemology and Mathematics Education* içinde (s. 175-189). London-Washington D. C.: The Falmer Press. <http://files.eric.ed.gov/fulltext/ED378043.pdf>.
- Büyüköztürk, Ş. (2011). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Can, A. (2013). *Spss ile bilimsel araştırma sürecinde nicel veri analizi*. Ankara: Pegem Akademi.

- Cantav, E. (2016). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencileri ile diğer üniversite öğrencilerinin problem çözme becerisi açısından karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış yüksek lisans tezi). Selçuk Üniversitesi/Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Konya.
- Çerkez, Y., Arslan, E. (2016). An investigation of teacher candidates' problem solving skills and levels of depression. *Turkish Journal of Psychology*, 31(77), 95-99.
- Çınar, O., Hatunoğlu, A. ve Hatunoğlu, Y. (2009). Öğretmenlerin problem çözme becerileri. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11 (2). <http://eefdergi.erkincan.edu.tr/article/view/1006000647/1006000532>.
- Çevik, D. B., Özmaden, M. (2013). Öğretmen adaylarının problem çözme becerileri. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi. Journal of Research in Education and Teaching*, 2 (3). <http://www.jret.org/FileUpload/ks281142/File/32b.cevik.pdf>.
- Genç, S. Z., Kalafat, T. (2007). Öğretmen adaylarının demokratik tutumları ile problem çözme becerilerinin çeşitli değişkenler açısından incelenmesi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (22), 10-22.
- Heppner, P. P., Witty, T. E. & Dixon, W. A. (2004). Problem-solving appraisal and human adjustment: A Review of 20 Years of Research Using the Problem Solving Inventory. *The Counseling Psychologist*, 32(3), 344-428.
- Hmelo-Silver, C. E. (2004). Problem-based learning: what and how do students learn? *Educational Psychology Review*, 16 (3), 235-266. http://kanagawa.lti.cs.cmu.edu/olcts09/sites/default/files/Hmelo-Silver_2004.pdf.
- İleritürk, D., Ercoşkun, N.Ç., Kıncal, R. Y. (2017). Farklı ülkelerin pısa 2012 problem çözme becerileri sonuçlarının karşılaştırılması. *The Journal of Academic Social Science*, 5, 43,406-422.
- İnel, D., Evrekli, E. ve Türkmen, L. (2011). Sınıf öğretmeni adaylarının problem çözme becerilerinin araştırılması. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (29), 167-178.
- Karabacak, K., Nalbant, D. ve Topçuoğlu, P. (2015). Examination of teacher candidates' problem solving skills according to several variables. *Procedia - Social and Behavioral Sciences* (174), 3063-3071. <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1877042815011581>.
- Karasar, N. (2002). *Bilimsel araştırma yöntemi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Karplus, R. (1977). Science teaching and the development of reasoning. *Journal of Research in Science Teaching*, 14 (2), 169-175. DOI: 10.1002/tea.3660140212.
- Katkat, D., Mızrak, O. (2003). Öğretmen adaylarının pedagojik eğitimlerinin problem çözme becerilerine etkisi. *Milli Eğitim Dergisi*, (158). http://dhgm.meb.gov.tr/yayimlar/dergiler/Milli_Egitim_Dergisi/158/katkat.htm.
- Kayri, M. (2009). Araştırmalarda gruplar arası farkın belirlenmesine yönelik çoklu karşılaştırma (Post-Hoc) Teknikleri. *Fırat Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 19 (1), 51-64.
- Kazu, H., Ersözülü, Z. N. (2008). Öğretmen adaylarının problem çözme becerilerinin cinsiyet, bölüm ve öss puan türüne göre incelenmesi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1). <http://dergipark.gov.tr/download/article-file/16613>.
- Kolayış, H., Turan, H. ve Ulusoy, Y. (2012). Comparison of problem-solving disposition of students in physical education teacher and psychological counseling and guidance. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, (46), 1939-1942. DOI: 10.1016/j.sbspro.2012.05.407.
- MEB (2016). Uluslararası öğrenci değerlendirme programı pısa 2015 ulusal raporu. http://pisa.meb.gov.tr/wp-content/uploads/2014/11/PISA2015_UlusalRapor.pdf.
- Otacıoğlu, S. G. (2007). Eğitim fakültelerinin farklı branşlarında eğitim alan öğrencilerin problem çözme beceri düzeylerinin karşılaştırılması. *Eurasian Journal of Educational Research*, (29), 73-83.
- Otacıoğlu, S. G. (2008). Öğretmen adaylarının problem çözme becerileri ile öz güven düzeylerinin incelenmesi. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Bilimleri*, 8 (3), 893-92.
- ÖSYM (2014). Öğrenci seçme ve yerleştirme sistemi kılavuzu http://dokuman.osym.gov.tr/pdfdokuman/2014/YGS/2014_OSYS_KILAVUZU_02_01_2014.pdf.
- Polat, R. H., Tümkaya, S. (2010). An investigation of the students of primary school problem solving abilities depending on need for cognition. *Elementary Education Online*, 9 (1), 346-360.
- Sağır, Ş. U. (2011) Research on problem solving skills of teacher candidate. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 6 (4), ISSN:1306-3111. <http://eku.comu.edu.tr/article/view/5000107506>.
- Schunk, D. H. (2004). Learning theories: an educational perspective. *New York, NY, England: Macmillan Publishing Co, Inc.*
- Seçer, İ. (2013). *SPSS ve LISREL ile pratik veri analizi*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Şahin, N., Şahin, N. H. ve Heppner, P. P. (1993). Psychometric properties of the problem solving inventory in a group of turkish university students. *Cognitive Therapy and Research*, 17 (4), 379-396. <https://www.researchgate.net>.

- Taylan, S. (1990). *Heppner'in problem çözme envanteri'nin uyarlama, güvenirlik ve geçerlik çalışmaları*. (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi/Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara. <https://tez.yok.gov.tr/UlusalTezMerkezi/tezSorguSonucYeni.jsp>.
- Von Glasersfeld, E. (1991). Questions and answers about radical constructivism. *Scope, Sequence, and Coordination of Secondary School Science*. Vol. II: Relevant Research. 151- Washington, D.C.: The National Science Teachers Association. <http://www.univie.ac.at/constructivism/EvG/papers/151.pdf>.
- Yavuz, G., Arslan, G., ve Gulden, D. C. (2010). The perceived problem solving skills of primary mathematics and primary social sciences prospective teachers. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2, 1630-1635. <https://core.ac.uk/download/pdf/82352630.pdf>.
- Yenice, N. (2012). Öğretmen adaylarının öz-yeterlik düzeyleri İLE problem çözme becerilerinin incelenmesi. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 11(39), 36-58. ISSN:1304-0278. www.esosder.org.

Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü Çalışanlarının Spor Yönetimindeki Alan Uygulamasına Bakışı*

Provincial Directorate of Youth and Sports Employees' Views about Field Experience in the Sports Management

ORJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

Dilşad ÇOKNAZ^{1†},
Yeşer EROĞLU²,
Devrim BULUT¹

¹Abant İzzet Baysal Üniversitesi,
Bolu

²Fenerbahçe Üniversitesi,
İstanbul

Öz

Türkiye’de sporun yönetiminden sorumlu kurumlar arasındaki GHSİM’lerde iş yeri amiri olabilme potansiyeline sahip çalışanların eğitim ve görev değişkenleri açısından spor yönetimindeki alan uygulamasına bakış açısını belirlemek çalışmanın amacını oluşturmaktadır. Bu araştırma betimsel bir araştırmadır. Araştırma grubunu 155 GHSİM çalışanı oluşturmaktadır (61 müdür, 40 uzman ve 54 memur). Veri toplama aracı olarak Ross ve Beggs (2007) tarafından rekreasyonel spor yönetimi stajında öğrenci ve yöneticilerin bakış açılarını karşılaştırmak üzere modifiye edilen, Türkçe uyarlaması Çoknaz (2014) tarafından yapılan ölçme aracı kullanılmıştır. 5’li Likert tipi ölçme aracı 47 maddeden oluşmaktadır. Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .92’dir. Kolmogorov-Simironov testi sonucunda veriler normal dağılmamış ve analizlerde Mann Whitney U ve Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir. Alan uygulamasının iş yerinin personel seçimine yardımcı olması, üniversite ve kurumlar arasındaki bağlantıyı güçlendirmesi, iş yerinin imajını ayrıca öğrencinin problem çözme becerilerini geliştirmesine yönelik spor eğitimine sahip olanların lehine istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuştur. Uygulama yapılan iş yerinde öğrenciye eğitim, mesleki gelişim, iş planlama, program yönetme, bütçe hazırlama gibi fırsatlar sunulması gerektiği yönünde spor eğitimi alanların lehine, yine eğitim, mesleki gelişim, iş planlama ve program yönetmede ise müdürler ile uzmanlar arasında uzmanların lehine olacak şekilde fark ortaya çıkmaktadır. Öğrencilerin iletişim, insan ilişkileri, pazarlama, motivasyon ve talimatlara uyma gibi becerileri konusunda spor eğitimi alanlar ile almayanlar arasında spor eğitimine sahip olanların lehine anlamlı fark bulunmuştur. Görev değişkenine göre iletişim ve insan ilişkilerinde müdür ve uzmanlar arasında uzmanlar lehine anlamlı fark çıkarken, öğrencinin 40 saatten fazla çalışmaya hazır olması konusunda müdürlerin lehine anlamlı fark bulunmaktadır. İş yerlerinin öğrencilerin becerilerini geliştirmeye istekli olması nitelikli bir uygulama süreci açısından önemlidir. Araştırmada yalnızca spor eğitimi alanlar, alan uygulamasının problem çözme becerilerini geliştirmesi gerektiğine yönelik görüş sahibidir. Bu durumda diğer beceriler konusunda farkındalık oluşturulması gerekebilir. Ancak diğer sonuçlar GHSİM’de özellikle spor eğitimi alanların ve uzmanların alan uygulamasının sunması gereken fırsatların farkında olduğuna işaret etmektedir. Bilindiği üzere uzman kadrosuna atamalarda spor eğitimi şartı aranmaktadır. Bu doğrultuda spor eğitimi alanların ve uzmanların alanın ihtiyaçlarının farkında olduklarını söylemek mümkündür. Alan uygulamasında iş yeri amiri olarak bu pozisyondaki kişilerden yararlanmak öğrencilerin gelişimi açısından daha faydalı olabilir.

Anahtar Kelimeler: Alan Uygulaması, Staj, Spor Yönetimi

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 16.01.2018

Kabul Tarihi: 30.06.2018

Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract:

The purpose of this study is to determine the views of employees who have the potential to become workplace superiors in PDYSs, one of the institutions responsible for sports management in Turkey, about field experience in sports management with regard to training and assignment variables. This is a descriptive research. Research group is composed of 155 PDYS employees. Data collection tool which was modified by Ross and Beggs (2007) in order to compare the views of the students and managers in recreational sports management internship, and later adapted into Turkish by Çoknaz (2014). 5 point Likert type scale is composed of 47 items. Cronbach Alpha internal consistency is .92. At the end

* Bu çalışma 23-26 Kasım 2017 tarihleri arasında Manisa’da yapılan Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresi’nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

† Sorumlu yazar: Dilşad Çoknaz, dilhak@yahoo.com

of Kolmogorov-Smirnov test it is found that data is not distributed normally, and in the analysis Mann Whitney U and Kruskal Wallis tests are used. Significance level is determined as 0.05. The comparisons revealed that statistically a significant difference was obtained in favor of the people who received sport education with regards to staff selection by the workplace, cooperation between universities and institutions, workplace image, and students' problem solving skills. About the necessity of providing students with the opportunity of education, vocational development, work planning, etc. in the workplace of field experience, a significant difference was attained in favor of the people who received sport education; between managers and specialists, a significant difference was found in favor of specialists in education, vocational development, work planning and program management. About student abilities such as communication, human affairs, marketing, motivation and following instructions a significant difference was obtained in favor of the people who received sport education when compared with the people who did not receive education in sports related fields. Between specialists and managers, a significant difference was found in favor of the former in communication and human affairs in accordance with assignment variables; yet about students' being ready to work more than 40 hours a significant difference was found in favor of the latter. It is essential to have workplaces inclined to improve students' skills for a qualified field experience process. In this research, only the people who received sport education thought that field experience had to develop problem-solving skills. It might be necessary to create awareness about other skills. However, other results indicated that in PDYS, especially the people who received sport education and specialists were aware of the opportunities that had to be provided by field experience. As is known, sports education is mandatory in the assignments of specialists. In this respect, it is possible to say that people who received education in sports and specialists are aware of.

Key Words: Field Experience, internship, sports management

GİRİŞ

Spor Yönetimi Akreditasyon Komisyonu'nun (Commission on Sport Management Accreditation /COSMA, 2016) sekiz temel alanından biri stajdır. Southall, Nagel, LeGrande ve Han (2003) başarılı olmak isteyen spor yönetimi programlarının, üniversiteden ayrılmadan önce öğrencilerini staj gibi deneysel öğrenme deneyimi ile desteklemesi gerektiğini ifade etmektedir. Bu deneysel öğrenme ortamı öncelikle öğrenci-işveren ilişkileri açısından yoğun bir ortam olmakla birlikte, öğrenci-işveren arasındaki ilişkiyi koordine/kontrol eden üniversitenin de bu süreçteki rolü büyüktür. Dolayısıyla spor yönetimindeki stajlara yönelik çalışmalarda bu üç tarafın düşüncelerini anlamaya çalışmak daha nitelikli staj programları yürütebilmek açısından önemli görünmektedir. Çünkü iyi hazırlanmış bir staj programının iş dünyasını daha iyi anlamayı sağladığı, çalışma ortamına uyum için iyi bir temel oluşturduğu bilinmektedir (Alpert, Heaney ve Kuhnc, 2009; Cuneen ve Sidwell, 1993; Divine, Linrud, Miller ve Mill, 2007; Englander, Moy, McQuillan, Englander, 2000; Rothman, 2007).

Alan uygulamasına yönelik değerlendirmeler bir taraftan öğrencilerin kariyerleri ile ilgili kararlarına yön verebilecek, diğer yandan üniversitede verilen eğitimin iş dünyasının beklentileri ile ne oranda örtüştüğünün anlaşılmasına yardımcı olabilecek bir potansiyele sahiptir. Bir başka deyişle alan uygulamasına yönelik öğrenci ve işveren dönütleri, akademik dünyanın iş dünyasının ihtiyaçlarına uygun eleman yetiştirip yetiştiremediği konusuna da ışık tutabilecek durumdadır. Bu açıdan bakıldığında yukarıda bahsedilen taraflar açısından stajın değerlendirilmesi önemli hale gelmektedir. Özellikle öğrenciler alan uygulaması hizmetinden yararlanan taraf olarak, mezuniyet öncesinde meslekleri ile ilgili değerlendirme fırsatı bulabilmekte, bir işe/mesleğe yönelik deneyim ve kazanım sağlayabilmektedir. Bu deneysel öğrenme ortamının niteliğinin, öğrencinin gelecekteki kariyer planlarını olumlu/olumsuz etkilediği bilinen bir gerçektir (Cunningham, Sagas, Dixon, Kent & Turner, 2005; Koo, Diacin, Khojasteh ve Dixon, 2016)

Öğrencinin alan uygulama sürecini nitelikli tamamlamasında kendisi kadar iş yerindeki amiri de anahtar rol oynar. Staj yapan öğrencilerin memnuniyet/memnuniyetsizlikleri zaman zaman iş yeri amirlerine bağlı olabilmektedir (Çoknaz, 2014a). Bu yüzden uygulama sürecinin değerlendirilmesinde öğrenci kadar işverenlerin görüşleri de incelenmelidir. Çünkü değerlendirmelerden elde edilen verilerin daha etkili ve başarılı bir alan uygulaması planlaması için üniversitelerdeki staj koordinatörleri için yol gösterici olması beklenir (Karasık, 2009).

Alan uygulamasına yönelik değerlendirmelerde öğrencilerin, işverenlerin, üniversitelerin görüşlerini ayrı ayrı yansıtan çalışmalar (Beggs, Ross, ve Goodwin, 2008; Cuneen ve Sidwell, 1993; Cunningham, Sagas, Dixon, Kent, Turner, 2005; Hong, 2008; O'shea ve Watson, 2007; Stratta, 2004) olmakla birlikte, özellikle öğrenci-işveren görüşlerini birlikte yansıtan çalışmalara (Desensi, Kelley, Blanton ve Beitel, 1990; Sotiriadou, 2011) rastlamak da mümkündür. Ancak spor yönetimindeki alan uygulamalarının değerlendirilmesindeki en önemli sorunlardan biri sınırlı sayıda çalışma yapılmış olmasıdır ve bazı yazarlar bu konuya özellikle dikkat çekmektedir (Beggs, Ross ve Goodwin, 2008; Chouinard, 1993; Fleming ve Ferkins, 2005; Stratta 2004). Konu Türkiye açısından daha da sınırlı olup, öğrenci görüşlerini ele alan birkaç çalışmasına olmasına rağmen, işveren görüşlerini yansıtan çalışma yok denilebilir.

Bu bağlamda bu çalışmada, alan uygulamasının spor yönetimi eğitiminin temel alanlarından biri olması, staja yönelik değerlendirme çalışmalarının önemine yapılan vurgu, spor yönetimindeki alan uygulamalarını değerlendiren çalışmaların sınırlılığı bu araştırmanın dayanağını oluşturmaktadır. Bu doğrultuda çalışmada, Türkiye'deki spor yönetimi öğrencilerine önemli ölçüde alan uygulama imkanı sağlayan Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü (GHSİM) çalışanlarının spor yönetimi alan uygulamasına bakış açılarını farklı değişkenler açısından karşılaştırmak amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırma grubu 61'i müdür, 40'ı uzman ve 54'ü memur pozisyonundaki 155 GHSİM çalışanından oluşmaktadır. Araştırma grubuna ait ayrıntılı bilgiler Tablo 1.'de gösterilmiştir.

Tablo 1. Araştırma grubunda yer alanlara ait bilgiler

Görev alanı	Mezuniyet Alanı		Toplam
	*SEA	**SEAL	
Müdürler	17	44	61
Uzmanlar	38	2	40
Memurlar	23	31	54
Toplam	78	77	155

*SEA: spor eğitimi alan, **SEAL: spor eğitimi almayan

Tablo 1'e göre; araştırmaya katılan Gençlik Hizmetleri Spor İl müdürlerinin 17'si, uzmanların 38'i ve memurların 23'ü spor eğitimi almıştır. Bu durumda araştırmaya katılan 155 kişiden 78'i spor eğitimine sahip olup, spor ile ilgili bir yükseköğretim programından mezundur. Araştırmada spor ile ilgili bir yükseköğretim programından mezun olmayan 44 müdür, iki uzman ve 31 de memur bulunmaktadır. Spor eğitimi almayan personelin toplam sayısı 77'dir.

Veri Toplama Aracı

Bu araştırmada veri toplama aracı olarak Ross ve Beggs (2007) tarafından rekreasyonel spor yönetimi stajına yönelik öğrenci ve yöneticilerin bakış açılarını karşılaştırmak üzere geliştirilmiş ölçme aracı kullanılmıştır. Ölçme aracının Türkçe uyarlaması Çoknaz (2014) tarafından yapılmış ve Cronbach Alpha iç tutarlılık katsayısı .91 olarak bulunmuştur. Türkçe uyarlaması yapılan ölçme aracı 5'li Likert tipi olup, 47 maddelik bir ankettir. 47 maddeden oluşan ankette beş alt boyut bulunmaktadır. Birinci alt boyutta stajın iş yerlerine olan katkısını ifade eden 6 madde, ikinci alt boyutta alan uygulamasının öğrenciler açısından çeşitli katkılarını içeren 9 madde, üçüncü alt boyutta alan uygulaması sırasında iş yerinin rolüne ilişkin 10 madde, dördüncü alt boyutta alan uygulaması öğrencilerinin hangi becerilere sahip olması gerektiğini anlamak üzere 16 madde ve beşinci alt boyutta iş yeri seçim kriterlerini içeren 6 madde yer almaktadır.

Mevcut çalışmadaki güvenilirlik katsayıları anketin tamamı için .92, 1. Alt boyut için .75, 2. Alt boyut için .75, 3. Alt boyut için .84, 4. Alt boyut için .88 ve 5. Alt boyut için ise .71 olarak bulunmuştur.

Araştırma verileri Spor Genel Müdürlüğü'nün (SGM) izni ile Türkiye'nin yedi farklı bölgesinde yer alan 39 Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğünden (GHSİM) toplanmıştır. Anketler posta yolu ile gönderilmiştir. İllere gönderilen anketlerden 180 tanesinde geri dönüş sağlanmıştır. Doldurulan anketlerin incelenmesi sonucunda eksik işaretlenmiş anketler çalışmadan çıkarılarak 155 anket üzerinde işlem yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Test istatistiklerinin uygunluğu için verilerin normal dağılıp dağılmadığı kontrol edilmiştir. Normallik testi için Kolmogorov-Smirnov testi kullanılmıştır. Kolmogorov-Smirnov testi sonucunda veriler normal dağılmamış, spor eğitimi olan ve olmayan çalışanlar arasındaki

farklılıkların karşılaştırılmasında Mann Whitney U ve ikiden fazla gruba ilişkin farklılıkların karşılaştırılmasında Kruskal Wallis testleri kullanılmıştır. Anlamlılık düzeyi 0.05 olarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Bu bölümde araştırma bulguları stajın kurumlara katkısı, stajın öğrenciler açısından katkısı, iş yerinin rolü, stajyer öğrencilerin becerileri ve iş yeri seçimi olmak beş alt başlık halinde ayrı ayrı sunulmuştur.

Stajın Kurumlara Katkısına Yönelik Bulgular

Tablo 1. spor eğitimine sahip olan çalışanlar ile spor eğitimine sahip olmayan çalışanların “stajın kurumlara katkısı” na yönelik bakış açılarının karşılaştırmasını vermektedir.

Tablo 1. Spor eğitimine sahip olan ve olmayan çalışanların “stajın kurumlara katkısı” na yönelik bakış açılarının karşılaştırılması

	SEA N=78		SEAL N=77		U	p
	Sıra Ort.	Sıra toplamı	Sıra Ort.	Sıra toplamı		
Staj. iş yerlerinin personel seçimine yardımcı olmalıdır.	88.97	6939.50	66.89	5150.50	2147.50	.001*
Staj. üniversite ve kurumlar arasındaki bağlantıyı güçlendirmelidir.	85.15	6641.50	70.76	5448.50	2445.50	.025*
Staj. stajın yapıldığı iş yerine sezonluk personel tedarik etmelidir.	78.92	6155.50	77.07	5934.50	2931.50	.793
Staj. iş yerlerindeki özel projeler için personel kaynağı olmalıdır.	81.40	6349.50	74.55	5740.50	2737.50	.324
Staj. iş yerlerine yeni fikirler vermelidir.	84.54	6594.00	71.38	5496.00	2493.00	.050*
Staj. stajın yapıldığı iş yerinin imajını geliştirmelidir.	87.10	6794.00	68.78	5296.00	2293.00	.007*

P<0.05

Tablo 1’e göre ; “staj, iş yerlerinin personel seçimine yardımcı olmalıdır, üniversite ve kurumlar arasındaki bağlantıyı güçlendirmelidir, stajın yapıldığı iş yerinin imajını geliştirmelidir ve iş yerlerine yeni fikirler vermelidir” ifadelerinde, spor eğitimine sahip olanlar ile olmayanlar arasında anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir (p<0.05). Stajın kuruma katkısına yönelik görüşler, ortalamalar üzerinden değerlendirildiğinde ise, spor eğitimi alanların ortalamalarının almayanlara oranla daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Stajın kurumlara katkısına yönelik olarak görev değişkeni açısından yapılan karşılaştırmalar Tablo 2.’de yer almaktadır.

Tablo 2. Müdür, uzman ve memurların “stajın kurumlara katkısı” na yönelik bakış açılarının karşılaştırılması

	Müdür	Uzman	Memur				
	N=61	N=40	N=54				
	Sıra Ort.	Sıra Ort.	Sıra Ort.	sd	X ²	p	
Staj. iş yerlerinin personel seçimine yardımcı olmalıdır.	68.56	100.05	72.33	2	15.079	.001*	MÜ-U U-ME
Staj. üniversite ve kurumlar arasındaki bağlantıyı güçlendirmelidir.	78.93	84.88	71.86	2	2.482	.289	
Staj. stajın yapıldığı iş yerine sezonluk personel tedarik etmelidir.	72.50	81.06	81.94	2	1.595	.450	
Staj. iş yerlerindeki özel projeler için personel kaynağı olmalıdır.	69.52	89.93	78.75	2	5.415	.067	
Staj. iş yerlerine yeni fikirler vermelidir.	70.04	88.11	79.50	2	4.638	.098	
Staj. stajın yapıldığı iş yerinin imajını geliştirmelidir.	66.91	89.15	82.27	2	7.584	.023*	MÜ-U MÜ-ME

p<0.05

Tablo 2, müdür, uzman ve memur pozisyonundaki çalışanların “staj, iş yerinin personel seçimine yardımcı olmalıdır” ve “staj, stajın yapıldığı iş yerinin imajını geliştirilmelidir” maddelerine vermiş oldukları yanıtlarında anlamlı fark olduğunu göstermektedir. Sıra ortalamaları değerlerine bakıldığında ise, stajın kuruma katkısına yönelik ifadelerin tümünde en yüksek ortalamaların uzman kadrosundakilere ait olduğu anlaşılmaktadır.

Stajın Öğrencilere Katkısına Yönelik Bulgular

Stajın öğrencilere yönelik katkısında ilk olarak spor eğitime sahip olan GHSİM çalışanları ile spor eğitime sahip olmayan GHSİM çalışanlarının bakış açıları karşılaştırılmıştır. Bu yönde elde edilen bulgular Tablo 3’te sunulmuştur.

Tablo 3. Spor eğitimine sahip olan ve olmayan çalışanların “stajın öğrencilere katkısı” na yönelik bakış açılarının karşılaştırılması

	SEA N=78		SEAL N=77		U	P
	Sıra Ort.	Sıra toplamı	Sıra Ort.	Sıra toplamı		
Staj. öğrencinin iş ile ilgili becerilerini geliştirmelidir.	83.12	6483.00	72.82	5607.00	2604.00	.063
Staj. öğrencinin iş bulma fırsatlarını artırmalıdır.	81.72	6374.00	74.23	5716.00	2713.00	.253
Staj. öğrencinin okuldaki eğitimine katkı sağlamalıdır.	80.24	6259.00	75.73	5831.00	2828.00	.464
Staj. öğrencinin problem çözüme becerilerini geliştirmelidir.	84.04	6555.00	71.88	5535.00	2532.00	.049*
Staj. öğrencinin iletişim becerilerini geliştirmelidir.	83.75	6532.50	72.18	5557.50	2554.50	.060
Staj. öğrencinin insan ilişkileri becerilerini geliştirmelidir.	81.82	6382.00	74.13	5708.00	2705.00	.198
Staj. öğrencinin alandaki son teknolojiyi kullanmasına olanak sağlamalıdır.	78.37	6112.50	77.63	5977.50	2974.50	.909
Staj. öğrencinin genel not ortalamasına katılmalıdır.	81.22	6335.50	74.73	5754.50	2751.50	.350
Staj. yapılan iş yerleri öğrenciye ücret ödemelidir.	83.76	6533.00	72.17	5557.00	2554.00	.093

p<0.05

Tablo 3’e göre, GHSİM çalışanları sadece “staj öğrencilerin problem çözüme becerilerini geliştirmelidir” maddesinde farklı görüşlere sahiptir. Sıra ortalaması değerlerinde de spor eğitimi alanların ortalamasının almayanlara oranla daha yüksek olduğu görülmektedir. Diğer maddelerde GHSİM çalışanlarının bakış açıları karşılaştırıldığında anlamlı farka rastlanamamıştır.

GHSİM’ de görev yapan çalışanların görevleri dikkate alınarak (müdür, uzman ve memur) stajın öğrencilere katkısı hakkında görüşleri karşılaştırılmış ancak maddelerin hiç birinde istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır (Tablo 4).

Tablo 4. Müdür, uzman ve memurların “stajın öğrencilere katkısı” na yönelik bakış açılarının karşılaştırılması

	Müdür	Uzman	Memur	sd	X ²	p
	N=61 Sıra Ort.	N=40 Sıra Ort.	N=54 Sıra Ort.			
Staj. öğrencinin iş ile ilgili becerilerini geliştirmelidir.	76.00	85.38	74.80	2	2.503	.286
Staj. öğrencinin iş bulma fırsatlarını artırmalıdır.	74.73	87.80	74.44	2	3.121	.210
Staj. öğrencinin okuldaki eğitimine katkı sağlamalıdır.	77.77	78.46	77.92	2	.008	.996
Staj. öğrencinin problem çözüme becerilerini geliştirmelidir.	74.43	86.49	75.75	2	2.658	.265
Staj. öğrencinin iletişim becerilerini geliştirmelidir.	73.17	85.78	77.69	2	2.625	.269
Staj. öğrencinin insan ilişkileri becerilerini geliştirmelidir.	77.61	85.11	73.17	2	2.386	.303
Staj. öğrencinin alandaki son teknolojiyi kullanmasına olanak sağlamalıdır.	79.12	74.70	79.18	2	.368	.382
Staj. öğrencinin genel not ortalamasına katılmalıdır.	77.98	88.09	70.55	2	3.77	.151
Staj. yapılan iş yerleri öğrenciye ücret ödemelidir.	72.52	83.66	79.99	2	1.804	.406

p<0.05

İş Yerinin Rolüne Yönelik Bulgular

Tablo 5, GHSİM çalışanlarının spor eğitimine sahip olup olmama durumlarına göre stajda “iş yerinin rolü” hakkındaki görüşlerinin karşılaştırılmasına ait bulguları göstermektedir.

Tablo 5. Spor eğitimine sahip olan ve olmayan çalışanların “iş yerinin rolü” ne yönelik bakış açılarının karşılaştırılması

	SEA N=78		SEAL N=77		U	p
	Sıra Ort.	Sıra toplamı	Sıra Ort.	Sıra toplamı		
Staj yapılan iş yeri. stajyere oryantasyon ve eğitim sağlamalıdır.	90.52	7060.50	65.32	5029.50	2926.50	.000*
Staj yapılan iş yeri. stajyere mesleki gelişim için fırsat sunmalıdır.	84.50	6591.00	71.42	5499.00	2496.00	.038*
Staj yapılan iş yeri. stajyere bir işi planlaması için fırsat sunmalıdır.	88.05	6868.00	67.82	5222.00	2219.00	.002*
Staj yapılan iş yeri. stajyere bir programı yönetme fırsatı sunmalıdır.	86.65	6759.00	69.23	5331.00	2328.00	.009*
Staj yapılan iş yeri. stajyere bir basın bülteni hazırlama fırsatı sunmalıdır.	84.71	6697.00	71.21	5483.00	2480.00	.050
Staj yapılan iş yeri. stajyere bir program için bütçe hazırlama fırsatı sunmalıdır.	87.10	6793.50	68.79	5296.50	2293.50	.009*
Staj yapılan iş yeri. stajyere kısmi zamanlı personeli yönetme fırsatı sunmalıdır.	85.42	6663.00	70.48	5427.00	2424.00	.033*
Staj yapılan iş yeri. stajyere staj sonrası tam zamanlı iş imkânı sunmalıdır.	81.41	6350.00	74.55	5740.00	2737.00	.323
Staj yapılan iş yeri. stajyerin staj sonrasında iş bulmasına yardımcı olmalıdır.	83.59	6520.00	72.34	5570.00	2567.00	.093
Stajyerlere diğer bütün çalışanlara davranıldığı gibi davranılmalıdır.	85.87	6698.00	70.03	5392.00	2389.00	.012*

*p<0.05, **p<0.01

Tablo 5 incelendiğinde, “staj yapılan iş yeri, stajyere oryantasyon ve eğitim sağlamalıdır”, “staj yapılan iş yeri, stajyere mesleki gelişim için fırsat sunmalıdır”, “staj yapılan iş yeri, stajyere bir işi planlaması için fırsat sunmalıdır”, “staj yapılan iş yeri, stajyere bir programı yönetme fırsatı sunmalıdır”, “stajyerlere diğer bütün çalışanlara davranıldığı gibi davranılmalıdır”, “staj yapılan iş yeri, stajyere kısmi zamanlı personeli yönetme fırsatı sunmalıdır” ve “staj yapılan iş yeri, stajyere bir program için bütçe hazırlama fırsatı sunmalıdır” maddelerinde istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu görülmektedir. Tabloya ait maddelerin sıra ortalamaları değerleri incelendiğinde ise, spor eğitimi alanların ortalamalarının almayanlara oranla daha yüksek olduğu anlaşılmaktadır.

Tablo 6’da müdür, uzman ve memurların iş yerinin rolüne yönelik bakış açılarının karşılaştırması yer almaktadır.

Tablo 6. Müdür, uzman ve memurların “iş yerinin rolü” ne yönelik bakış açılarının karşılaştırılması

	Müdür N=61 Sıra Ort.	Uzman N=40 Sıra Ort.	Memur N=54 Sıra Ort.	sd	X ²	p	Fark
Staj yapılan iş yeri. stajyere oryantasyon ve eğitim sağlamalıdır.	68.02	89.29	80.92	2	7.227	.027*	MÜ-U
Staj yapılan iş yeri. stajyere mesleki gelişim için fırsat sunmalıdır.	66.21	88.35	83.65	2	9.359	.000*	MÜ-U MÜ-ME
Staj yapılan iş yeri. stajyere bir işi planlaması için fırsat sunmalıdır.	66.06	91.80	81.27	2	10.625	.005*	MÜ-U MÜ-ME
Staj yapılan iş yeri. stajyere bir programı yönetme fırsatı sunmalıdır.	63.75	89.79	85.37	2	12.031	.002*	MÜ-U MÜ-ME
Staj yapılan iş yeri. stajyere bir basın bülteni hazırlama fırsatı sunmalıdır.	68.61	83.93	84.21	2	4.840	.089	
Staj yapılan iş yeri. stajyere bir program için bütçe hazırlama fırsatı sunmalıdır.	68.80	89.56	79.82	2	5.681	.058	
Staj yapılan iş yeri. stajyere kısmi zamanlı personeli yönetme fırsatı sunmalıdır.	66.64	94.20	78.83	2	9.727	.008*	MÜ-U
Staj yapılan iş yeri. stajyere staj sonrası tam zamanlı iş imkânı sunmalıdır.	69.15	81.68	85.28	2	4.374	.112	
Staj yapılan iş yeri. stajyerin staj sonrasında iş bulmasına yardımcı olmalıdır.	73.07	84.95	78.43	2	1.968	.374	
Stajyerlere diğer bütün çalışanlara davranıldığı gibi davranılmalıdır.	70.54	92.45	75.72	2	7.728	.021*	MÜ-U U-ME

*p<0.05, **p<0.01

Tablo 6.'ya göre, GHSİM çalışanlarının görev alanları göz önüne alınarak yapılan karşılaştırmalarda, staj yapılan iş yerinin stajyere oryantasyon eğitimi sağlanması, mesleki gelişim için fırsat sunması, bir işi planlaması için fırsat sunması, stajyere bir programı yönetme fırsatı sunması ve stajyere kısmi zamanlı personeli yönetme fırsatı sunmasına yönelik anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir. Fark olan maddelerdeki sıra ortalamalarında ise, yine uzman ve memur ortalamalarının müdürlere oranla yüksek olduğu dikkati çekmektedir.

Stajyer Öğrencilerin Becerilerine Yönelik Bulgular

Tablo 7 ve Tablo 8'de stajyer öğrencilerin becerilerine yönelik karşılaştırmalardan elde edilen bulgular yer almaktadır.

Tablo 7. Spor eğitimine sahip olan ve olmayan çalışanların “stajyer öğrencilerin becerileri” ne yönelik bakış açılarının karşılaştırılması

	SEA		SEAL		U	p
	N=78		N=77			
	Sıra Ort.	Sıra toplamı	Sıra Ort.	Sıra toplamı		
Stajyerler haftada 40 saatten fazla çalışmaya hazır olmalıdır.	76.26	5948.00	79.77	6142.00	2867.00	.618
Stajyerler kendisinden istenen her türlü işi yapmaya istekli olmalıdır.	78.29	6106.50	77.71	5983.50	2980.50	.931
Stajyerler bir program için nasıl bütçe hazırlanacağını bilmelidir.	83.01	6475.00	72.92	5615.00	2612.00	.128
Stajyerler bir programı etkili bir şekilde yönetme becerisine sahip olmalıdır.	81.56	6362.00	74.39	5728.00	2725.00	.279
Stajyerler bir basın bülteni hazırlayabilme becerisine sahip olmalıdır.	79.65	6213.00	76.32	5877.00	2874.00	.627
Stajyerler kısmi zamanlı personeli yönetme becerisine sahip olmalıdır.	81.06	6322.50	74.90	5767.50	2764.50	.374
Stajyerler iletişim becerisine sahip olmalıdır.	92.44	7210.00	63.38	4880.00	1877.00	.000*
Stajyerler insan ilişkileri becerisine sahip olmalıdır.	88.88	6932.50	66.98	5157.50	2154.50	.001*
Stajyerler pazarlama becerisine sahip olmalıdır.	84.96	6627.00	70.95	5463.00	2460.00	.041*
Stajyerler program geliştirme becerisine sahip olmalıdır.	85.53	6671.00	70.38	5419.00	2416.00	.022*
Stajyerler denetleme becerisine sahip olmalıdır.	82.76	6465.50	73.18	5634.50	2631.50	.166
Stajyerler bilgisayar kullanma becerisine sahip olmalıdır.	83.83	6529.00	72.09	5551.00	2548.00	.059
Stajyerler inisiyatif almalıdır.	82.15	6407.50	73.80	5682.50	2679.50	.229
Stajyerler işe motive olmalıdır.	86.79	6770.00	69.09	5320.00	2317.00	.006*
Stajyerler talimatlara uymalıdır.	84.37	6520.50	71.55	5209.50	2506.50	.043*
Stajyerler işinin uzmanı gibi davranmalıdır.	76.79	5989.50	79.23	6100.50	2908.50	.725

*p<0.05

GHSİM çalışanlarının spor eğitimine sahip olup olmama durumlarına göre, stajyer öğrencilerin becerileri hakkında yapılan karşılaştırmalarda; “stajyerler iletişim becerisine sahip olmalıdır”, “stajyerler talimatlara uymalıdır”, “stajyerler program geliştirme becerisine sahip olmalıdır”, “stajyerler işe motive olmalıdır”, “stajyerler insan ilişkileri becerisine sahip olmalıdır” maddelerinde istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Fark olan maddelerdeki sıra ortalamalarında spor eğitimi alan çalışanların ortalaması eğitim almayanlara oranla daha yüksektir.

Tablo 8. Müdür, uzman ve memurların “stajyer öğrencilerin becerileri” ne yönelik bakış açılarının karşılaştırılması

	Müdür N=61 Sıra Ort.	Uzman N=40 Sıra Ort.	Memur N=54 Sıra Ort.	sd	X²	p	Fark
Stajyerler haftada 40 saatten fazla çalışmaya hazır olmalıdır.	90.30	71.05	69.25	2	7.973	.019*	MÜ-U MÜ-ME
Stajyerler kendisinden istenen her türlü işi yapmaya istekli olmalıdır.	88.93	74.74	68.07	2	7.463	.024*	MÜ-ME
Stajyerler bir program için nasıl bütçe hazırlanacağını bilmelidir.	73.76	75.08	84.95	2	2.379	.304	
Stajyerler bir programı etkili bir şekilde yönetme becerisine sahip olmalıdır.	69.71	79.75	86.06	2	4.592	.101	
Stajyerler bir basın bülteni hazırlayabilme becerisine sahip olmalıdır.	73.45	77.21	83.72	2	1.680	.432	
Stajyerler kısmi zamanlı personeli yönetme becerisine sahip olmalıdır.	73.26	77.21	83.72	2	1.292	.524	
Stajyerler iletişim becerisine sahip olmalıdır.	67.77	92.04	79.16	2	9.048	.011*	MÜ-U
Stajyerler insan ilişkileri becerisine sahip olmalıdır.	69.44	89.45	79.19	2	6.082	.048*	MÜ-U
Stajyerler pazarlama becerisine sahip olmalıdır.	68.64	81.08	86.30	2	5.156	.076	
Stajyerler program geliştirme becerisine sahip olmalıdır.	68.72	81.20	86.11	2	5.395	.067	
Stajyerler denetleme becerisine sahip olmalıdır.	69.18	81.91	85.06	2	4.329	.115	
Stajyerler bilgisayar kullanma becerisine sahip olmalıdır.	78.46	81.80	74.67	2	.797	.671	
Stajyerler inisiyatif almamalıdır.	76.44	79.36	78.75	2	.135	.935	
Stajyerler işe motive olmalıdır.	76.42	82.95	76.12	2	.829	.661	
Stajyerler talimatlara uymalıdır.	84.10	77.38	71.57	2	2.905	.234	
Stajyerler işinin uzmanı gibi davranmalıdır.	78.66	69.74	83.37	2	2.325	.313	

*p<0.05

Stajyer öğrencilerin sahip olması gereken beceriler ile ilgili olarak GHSİM çalışanlarının görev alanlarına göre yapılan karşılaştırmalarda, dört maddede (stajyerler haftada 40 saatten fazla çalışmaya hazır olmalıdır, stajyerler kendisinden istenen her türlü işi yapmaya istekli olmalıdır, stajyerler iletişim becerisine sahip olmalıdır ve stajyerler insan ilişkileri becerisine sahip olmalıdır) istatistiksel olarak anlamlı fark tespit edilmiştir. Ortaya çıkan farkın “stajyerler haftada 40 saatten fazla çalışmaya hazır olmalıdır” ve “stajyerler kendisinden istenen her türlü işi yapmaya istekli olmalıdır” maddelerinde müdürler lehine, “stajyerler iletişim becerisine sahip olmalıdır” ve “stajyerler insan ilişkileri becerisine sahip olmalıdır” maddelerinde ise uzman ve memurlar lehine olduğu görülmektedir

İş Yeri Seçimine Yönelik Bulgular

Bulguların son bölümü GHSİM çalışanlarının staj için iş yeri seçimine yönelik bakış açılarının karşılaştırmalarını içermektedir.

Tablo 9. Spor eğitimine sahip olan ve olmayan çalışanların “iş yeri seçimine” ne yönelik bakış açılarının karşılaştırılması

	SEA N=78		SEAL N=77		U	p
	Sıra Ort.	Sıra top.	Sıra Ort.	Sıra top.		
Stajyerler coğrafi konuma göre bir iş yeri seçmelidir.	82,83	6461,00	73,10	5629,00	2626,00	,168
Stajyerler yararlarına (ücret, barınacak yer) göre bir iş yeri seçmelidir.	79,56	6206,00	76,42	5884,00	2881,00	,653
Stajyerler kariyer isteklerine göre bir iş yeri seçmelidir.	84,70	6606,50	71,21	5483,50	2480,50	,037*
Stajyerler iş yerlerini, iş yerinin kalitesine göre seçmelidir.	82,21	6412,00	73,74	5678,00	2675,00	,209
Stajyerler iş yerlerini, iş yerindeki personelin kalitesine göre seçmelidir.	87,47	6822,50	68,41	5267,50	2264,50	,006*
Stajyerler, staj sonrasında kendisine tam zamanlı bir iş sunması mümkün olan iş yerlerini seçmelidir.	84,12	6564,00	71,81	5529,00	2526,00	,076

*p<0.05

Tablo 9’a göre spor eğitimine sahip olanların lehine olacak şekilde, yalnızca “stajyerler kariyer isteklerine göre bir iş yeri seçmelidir” ile “stajyerler iş yerlerini, iş yerindeki personelin kalitesine göre seçmelidir” maddelerinde istatistiksel olarak fark tespit edilmiştir.

Tablo 10. Müdür, uzman ve memurların “iş yeri seçimi” ne yönelik bakış açılarının karşılaştırılması

	Müdür N=61	Uzman N=40	Memur N=54	sd	X ²	p
	Sıra Ort.	Sıra Ort.	Sıra Ort.			
Stajyerler coğrafi konuma göre bir iş yeri seçmelidir.	75,93	82,38	77,09	2	,554	,758
Stajyerler yararlarına (ücret, barınacak yer) göre bir iş yeri seçmelidir.	72,13	83,18	79,31	2	1,890	,389
Stajyerler kariyer isteklerine göre bir iş yeri seçmelidir.	72,61	84,45	79,31	2	2,167	,338
Stajyerler iş yerlerini, iş yerinin kalitesine göre seçmelidir.	73,63	80,05	81,42	2	1,116	,572
Stajyerler iş yerlerini, iş yerindeki personelin kalitesine göre seçmelidir.	71,04	89,73	77,18	2	4,504	,105
Stajyerler, staj sonrasında kendisine tam zamanlı bir iş sunması mümkün olan iş yerlerini seçmelidir.	74,49	81,95	79,04	2	,770	,680

*p<0.05

Tablo 10 incelendiğinde müdür, uzman ve memurların “iş yeri seçimi”ne yönelik bakış açıları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark görülmemektedir (p>0.05).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmada GHSİM çalışanlarının “stajın kurumlara katkısı, öğrencilere katkısı, stajda iş yerinin rolü, stajyer öğrencilerin becerileri ve iş yeri seçim kriterleri” ile ilgili görüşleri, çalışanların spor eğitime sahip olup olmamasına ve görev alanlarına (müdür, uzman ve memur) göre karşılaştırılmıştır.

Stajın kurumlara katkısı ile ilgili sonuçlara bakıldığında, bu bölümde yer alan altı maddeden dördünde eğitim, ikisinde ise görev alanı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu saptanmıştır. *Stajın iş yerinin personel seçimine yardımcı olması*, hem spor eğitimi alanların hem de uzman kadrosunda olanların lehine farklılığın olduğu ortak ifadedir. Bu durumda stajın bu katkısının her iki grup tarafından fark edildiği söylenebilir. Albert, Heaney ve Kuhn (2009), stajın işyerine personel sağlamada, alanın içinden gelmiş kişilere daha kolay ulaşmayı sağlayarak kurum içi eğitim maliyetini düşürdüğünü ifade etmektedir. İki değişken açısından ortak olan diğer ifade *stajın iş yerinin imajını geliştirmesine* ilişkindir. Bunun dışında *stajın üniversite ve kurum arasındaki bağı güçlendirmesi* ile *iş yerine yeni fikirler vermesi* yalnızca spor eğitimi almış çalışanların lehine farklılığın görüldüğü ifadelerdir. Üniversite-kurum işbirliğinin sağlanması halinde stajın öğrenciye ve işletmeye sağladığı katkıların artacağı (Demir, 2015) ayrıca spor sektöründe yer alan kurumların da buna yönelik beklentileri (Albert, Heaney ve Kuhn, 2009; Sotiriadou, 2011) olduğu bilirse de, pek çok işyeri işbirliğine dayalı çalışmaların öneminin farkında değildir (Leslie, 1999). Yine Sotiriadou (2011) spor ile ilgili örgütlerin, stajyerlerin yeni ve farklı fikirlerini önemsediklerini, Yiu ve Law (2012) ise stajın iş yerlerine yeni fikirler sağladığını ifade etmektedir. Bu anlamda özellikle spor eğitimi almış çalışanlar açısından stajın kendi kurumlarına katkısının farkında olduğunu söylemek mümkündür.

Stajın öğrenciler açısından katkısına yönelik ifadelerin karşılaştırılması sonucunda yalnızca eğitim değişkeni açısından “*staj, öğrencilerin problem çözme becerilerini geliştirmelidir*” ifadesinde spor eğitimi alanların lehine anlamlı bir farklılık olduğu tespit edilmiştir. Görev değişkeni açısından ise bu bölümdeki ifadeler arasında anlamlı fark ortaya çıkmamıştır. Kurum çalışanlarının stajyerler için önemi büyüktür. Kelly (2004) staj uygulamalarında öğrenci için belki de en anlamlı kişinin kurum danışmanı olduğunu ifade etmektedir. Böyle durumlarda stajyerlerle kurumda ilgilenecek ve onlara yol gösterecek çalışanların, spor yönetimi alanında eğitilmiş olmalarının önemli olabileceği unutulmamalıdır.

Stajyer bir öğrencinin iş yerindeki stajına başlamadan önce kurum danışmanı tarafından yapılacak planlamanın, danışmanın motivasyonu ve deneyiminin, öğrencilerin deneyimi üzerinde etkili olabileceği de göz ardı edilmemelidir. Üstelik öğrencilerin iş yerlerindeki amirleriyle ilgili yol göstericiliğe, fark edilmeye, saygıya, ilgiye ve güvene ihtiyaçları bulunmaktadır (Çoknaz ve Bulut, 2013).

İş yerinin rolü ile ilgili bölümde yer alan ifadeler arasında hem eğitim hem de görev değişkeni açısından farklılık olduğu görülmüştür. “Oryantasyon ve eğitim sağlama, mesleki gelişim için fırsat sunma, iş planlama fırsatı sunma, bir programı yönetme fırsatı sunma, kısmi zamanlı personeli yönetme fırsatı sunma ile stajyerlere diğer bütün çalışanlara davranıldığı gibi davranma” eğitim ve görev değişkenleri açısından farklılığın olduğu ortak ifadeler olup, tüm ifadelerde ortaya çıkan farklılıklar eğitim değişkeninde spor eğitimi alanlar, görev değişkeninde ise uzman ve memurlar lehinedir. “Bütçe hazırlama fırsatı sunma”da ise yalnızca spor eğitimi alanların lehine farklılık bulunmaktadır. Bu sonuçlar ile Ross ve Beggs’in (2007) sonuçları arasında iş yerinin oryantasyon ve eğitim rolünde benzerlik bulunmaktadır. Stajın iş yerine yüklediği rol çok önemli olup (Albert, Heaney ve Kuhn, 2009), geleceğin meslek elemanı olan öğrencilerin bu dönemde kazanacakları mesleki deneyim de çok önemlidir (Demir, 2015). Zaman zaman öğrenciler bu süreçte hayal kırıklığı yaşayabilmekte, bu hayal kırıklıkları gelecekteki kariyer planlarını olumsuz etkileyebilmektedir. (Cunningham, Sagas, Dixon, Kent ve Turner, 2005; Koo, Diacin, Khojasteh ve Dixon, 2016). Öğrencilerin penceresinden bakıldığında staj, sektörü ve iş yaşamını tanımada, gelecekte mesleğin icra edilip edilmeyeceğinde çok önemli bir yer kaplamaktadır (Emir, Arslan ve Kılıçkaya, 2008). Tektaş ve arkadaşları (2016) stajyer öğrenciler ile yaptıkları çalışmada, öğrencilerin staj yaptıkları kurumlarda mesleki eğitimi yetersiz bulduğunu, tüm bölümlerde çalışmalarına izin verilmediği, çalıştıkları bölümlerde deneyim kazanmalarına ve becerilerini geliştirmelerine yardımcı olunmadığı için mutsuz olduğu sonucuna ulaşmıştır. Bu durumda stajda iş yerinin rolü daha da önemli hale gelmekte, kurum çalışanlarına düşen görevler kaçınılmaz olmaktadır. Spor yönetimi öğrencileri açısından düşünüldüğünde, onları anlayabilecek, onlara yol gösterebilecek nitelikte çalışanların varlığı stajyer öğrencilerin gelişimi için önem arz etmektedir.

Stajyer öğrencilerin becerilerinde, iletişim ve insan ilişkileri becerileri eğitim ve göreve göre yapılan karşılaştırmalarda farklılık ortaya çıkan ortak iki ifadedir. İletişim ve insan ilişkileri konusunda ortaya çıkan fark spor eğitimi alanlar ile uzman olanların lehinedir. Özellikle görev

değişkeni açısından bakıldığında bu iki maddedeki sıra ortalamalarında uzman ve memur ortalamalarının müdürlerin ortalamalarından yüksek olduğu sonucu dikkati çekmektedir. Tahminen uzman ve memurların stajyerler ile daha fazla vakit geçiriyor olması bakış açıları arasındaki farklılığı açıklayabilir. İletişim ve insan ilişkilerini doğru yönetme bir çalışanın sahip olması gereken başlıca beceriler arasındadır. Özellikle hizmet sektörü açısından bu iki beceri oldukça önemlidir. Spor da hizmet ağırlıklı bir sektör olarak değerlendirildiğinde spor yönetimi stajyerlerinde iletişim ve insan ilişkileri becerisinin aranması anlamlı hale gelmektedir. Staj uygulamalarında öğrenciler kadar iş yerlerinin de şikâyetleri olduğu, bu şikâyetlerin öğrencilerin becerilerine yönelik olabildiği görülmektedir. İletişim ve insan ilişkilerine örnek olabilecek bir çalışma Sotiriadou'ya (2011) ait olup, araştırmacı spor kurumlarının öğrencilerin çok sessiz, endişeli olmasından ve inisiyatif alamamasından yakındığını ifade etmektedir. *Pazarlama, program geliştirme, motivasyon ve talimatlara uyma* ise spor eğitimi alanlar ile almayanlar arasında farklılığın olduğu diğer ifadelerdir. Bu maddelerdeki sıra ortalamalarının spor eğitimine sahip olanlarda daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu farklılık çalışanların eğitim alıp almama durumu ile ilişkilendirilebileceği gibi, stajyerlerin eğitimi ve kurumdaki motivasyonları ile de ilişkilendirilebilir. Sabancıoğulları ve arkadaşları (2012) ile Gökdoğan ve Sarıgöz'ün (2012) çalışmalarından elde ettikleri bulgularda “okullarda mesleki uygulama ders saatlerinin az olduğu, danışmanların bu konuda daha etkin ders vermeleri gerektiği” sonucu ile stajyerlerin staj becerilerinin artırılması ilişkisi tutarlı görünmektedir. *Stajyer öğrencilerin becerilerinde*, görev değişkeni açısından müdürler lehine ortaya çıkan farklılıklar stajyerlerin haftada 40 saatten fazla çalışmaya ve kendilerinden istenen her türlü işi yapmaya istekli olmaları yönündedir. 40 saatten fazla çalışmaya istekli olma Ross ve Beggs (2007) tarafından da ortaya konulmuş olup, yönetici pozisyonunda olanların çalışanlardan özveri beklentisi içinde oldukları düşünülebilir.

Son olarak *iş yeri seçimine yönelik bakış açıları* karşılaştırıldığında görev değişkeni açısından gruplar arasında hiçbir farka rastlanmazken, eğitim değişkeni açısından spor eğitimi alanların lehine *stajyerlerin kariyer isteklerine göre bir iş yeri seçmesi* ile *iş yerini iş yerindeki personelin kalitesine göre seçmesi* arasında fark olduğu ortaya çıkmıştır. Stratta'ya göre (2004) staj yeri seçiminde kurumun misyonu, büyüklüğü ve endüstrideki algılanışı öğrenciler açısından önemlidir. Bu çalışmanın sonuçlarına göre işyeri açısından da kalite öncelikli bir konu olarak görünmektedir. Ancak bazı çalışmalar staj yerinin belirlenmesinde yaşadığı şehre yakınlık gibi bir ölçütün etkili olduğunu ortaya koymaktadır (Dolmacı ve Duran, 2017; Çoknaz ve Bulut, 2013).

Kurum çalışanlarının kariyer planlamaya ve kaliteye yönelik bu görüşlerine göre öğrenci ve iş yeri niteliklerinin örtüşmesi için staj danışmanları tarafından yapılacak yönlendirmeler kıymetli görünmektedir.

Araştırmadan elde edilen sonuçlar, bakış açıları arasındaki farklılıkların spor eğitime sahip çalışanlardan ve özellikle uzman, zaman zaman da memur kadrosunda bulunanlardan kaynaklandığını göstermektedir. Araştırma grubunda yer alan uzmanların neredeyse tamamının spor eğitime sahip olduğu düşünüldüğünde spor yönetimindeki alan uygulamasına bakış açısında alan hakkında eğitim ve bilgi sahibi olmanın önemi bir kez daha ortaya çıkmaktadır. Bilindiği üzere spor eğitim uzmanı atamalarında spor eğitimi şartı aranmaktadır. Spor Genel Müdürlüğü Sözleşmeli Uzman ve Antrenör Çalıştırılması Hakkındaki Yönetmelikte (<http://www.mevzuat.gov.tr>) sözleşmeli spor uzmanı olarak atanacak kişilerde “Üniversitelerin beden eğitimi veya spor eğitimi veren yükseköğretim kurumlarından mezun olmak. Yurt içinde veya yurt dışında lisansüstü, kurs, araştırma çalışması gibi eğitim programlarını tamamlamış olmak tercih sebebidir” şartı aranmaktadır. Spor Genel Müdürlüğü’nün 2014 yılındaki basın açıklamasında kuruma 350 spor yöneticiliği bölümü mezunu sportif eğitim uzmanı ataması yapıldığı duyurulmuştur (<http://sgm.gsb.gov.tr/Duyurular/21909>). Araştırmada spor eğitimi alan çalışanların ortalamalarının daha yüksek olması eğitimin önemini bir kez daha hatırlatmaktadır. Bu doğrultuda, spor yönetimi stajlarında alanlarında eğitilmiş iş yeri amirleri ile işbirliği öğrencilerin gelişimi açısından daha faydalı olabilir. Ancak çalışmada dikkat çekici bir durum ortaya çıkmıştır. Bu da stajın öğrencilere katkısı ile stajyer öğrencilerin sahip olmaları gereken beceriler arasındaki çelişkidir. Daha açık ifade etmek gerekirse GHSİM çalışanları stajın öğrencilere sağlayacağı katkılar arasında sadece problem çözmeye odaklanmıştır. Buna karşın çalışanların bakış açısıyla stajyer öğrencilerin iletişim, insan ilişkilerini yönetme, pazarlama, motive olabilme, 40 saatten fazla çalışmaya istekli olma gibi becerilere sahip olmaları gerekmektedir. Bu durumda kurumun zaten mevcut becerilere sahip öğrenci beklentisi içinde olup, kendi yol gösterici rolünü yadsıdığı düşünülebilir. Daha önce de bahsedildiği gibi staj üniversite ve iş dünyasının işbirliğini gerektiren, öğrencinin okulda aldığı eğitimi iş yerinde uygulama fırsatı bularak mesleki eğitimini tamamlamaya çalıştığı bir süreçtir. Bu süreçte üniversiteler iş yerlerinden öğrencilerin mesleki eğitimlerine katkı sağlamalarını beklemektedir. Üstelik öğrencilerin de iş yerlerinin kendilerine yol göstermesine ihtiyaçları bulunmaktadır. O halde bu çalışmanın sonuçları doğrultusunda GHSİM ile spor yönetimi bölümlerinin staj konusundaki

temaslarının güçlendirilmesi ihtiyacı ortaya çıkmaktadır. Aslında üniversitede staj dersinden sorumlu öğretim elemanı stajyer öğrencilerin durumlarını, uygulama esnasında yaptıkları denetlemeler ve kurumdan alınan dönütler ile öğrenebilmektedir. Ancak bu çalışmada asıl vurgulanmak istenen, kurum çalışanlarının spor yönetimindeki alan uygulaması hakkındaki görüşlerine ulaşabilmektir.

Spor yönetimindeki stajlar konusunda özellikle Türkiye ölçeğindeki çalışmalarda genellikle öğrenciler açısından değerlendirmeler yapılmış olup, iş yerlerinin değerlendirmelerini yansıtan çalışmalara çok fazla yer verilmemiştir. Araştırma bu yönüyle özgün olsa da yalnızca GHSİM' de görev yapan personel ile sınırlıdır. Araştırmanın spor yönetimi öğrencilerine staj imkânı tanıyan diğer spor örgütlerini de kapsayacak şekilde ya da eş zamanlı olarak öğrenci-işveren-üniversite görüşlerini değerlendirecek şekilde genişletilmesine ihtiyaç bulunmaktadır.

KAYNAKLAR

- Albert, F., Heaney, J.G., & Kuhn, K.A. (2009). Internship in Marketing: Goals, Structures, Assessment – Student Company And Academic Perspective. *Australasian Marketing Journal*, 17, 36-45. Doi:10.1016./J.Ausmj.2009.01.003.
- Beggs, B., Ross, C.M., & Goodwin, B. (2008). A Comparison of Student And Practitioner Perspectives of The Travel And Tourism Internship. *Journal of Hospitality, Leisure, Sport & Tourism*, 7(1), 31-39.
- Chouinard, N. (1993). Some Insights On Meaningful Internship In Sport Management: A Cooperative Education Approach. *Journal of Sport Management*, 7, 95-100.
- Commission On Sport Management Accreditation (2016). Accreditation Principles Manual & Guidelines For Self-Study Preparation. <https://www.Cosmaweb.Org/Accreditation-Manuals.Html>, Erişim:14.11.2017.
- Cuneen, J., & Sidwell, M. J. (1993). Sport Management Interns—Selection Qualifications. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 64(1), 91-95.
- Cunningham, G.B., Sagas, M., Dixon, M., Kent, A., & Turner, B.A. (2005). Anticipated Career Satisfaction, Affective Occupational Commitment, And Intentions to Enter The Sport Management Profession. *Journal of Sport Management*, 19, 43-57.
- Coknaz, D. (2014a). Internship in Sport Management: A Case Study in Turkey. *International Journal of Academic Research Part B*; 6(1), 47-56. Doi: 10.7813/2075-4124.2014/6-1/B.7.
- Çoknaz, D., ve Bulut, D. (2013). Spor Yönetiminde Alan Uygulaması: Algular, Beklentiler ve Sorunlar. *Uluslararası Hakemli Akademik Spor Sağlık Ve Tıp Bilimleri Dergisi*, 8(3). Jel:M-I Www.Şstbdergisi.Com Id:83 K:119.
- Demir, B. (2015). Meslek Yüksekokullarında Verilen Muhasebe Eğitiminde Stajın Önemi, Sorunlar Ve Çözüm Önerileri, *Eğitim Ve Öğretim Araştırmaları Dergisi. Journal of Research In Education And Teaching*, 4(3), 76-80.
- Desensi, J.Y., Kelley, D.R., Blanton, M.D., & Beitel, P.A. (1990). Sport Management Curricular Evaluation and Needs Assessment: A Multifaceted Approach. *Journal of Sport Management*, 4, 31-58.
- Divine, R.I., Linrud, J.K., Miller, R.H., Wil, J.H. (2007). Required İnternship Programs In Marketing: Benefits, Challenges And Determinants of Fit. *Marketing Educational Review*, 17(2), 45-52.
- Duran, Y., ve Dolmacı, N. (2017). *Ön Lisans Düzeyinde Öğrenim Gören Öğrencilerin Zorunlu Staj Uygulamasına İlişkin Görüşleri, Sorunları Ve Çözüm Önerileri: Isparta Meslek Yüksekokulu Örneği*. 4. Ulusal Meslek Yüksekokulları Sosyal Ve Teknik Bilimler Kongresi Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, 11-13 Mayıs 2017, Burdur.

Çoknaz, D., Eroğlu, Y. ve Bulut, D. (2018). Gençlik hizmetleri ve spor il müdürlüğü çalışanlarının spor yönetimindeki alan uygulamasına bakışı. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1), 33-51.

- Emir, O., Arslan, S., ve Kılıçkaya, Ş. (2008). Turizm İşletmeciliği ve Otelcilik Programı Öğrencilerinin Staj Uygulamaları Hakkındaki Görüşlerinin Değerlendirilmesi: Afyon Kocatepe Üniversitesi Örneği. *Afyon Kocatepe Üniversitesi, İ.İ.B.F. Dergisi*, 10(2), 273-291
- Englander, V., Moy, L., Mcquillan, T., & Englander, F. (2000). Internships At St. John's University: A Transition To The Workplace. *Rev. Bus*, 28-31.
- Fleming, J., & Ferkins, L. (2005). Cooperative Education İn Sport: Building Our Knowledge Base. *Journal Of Hospitality, Leisure, Sport And Tourism Education*, 4(1), 41-48 Doi:10.3794/Johlste.41.82.
- Gökdoğan, O., ve Sarıgöz, O., (2012). Meslek Yüksekokulu Öğrencilerinin Mesleki Uygulama Dersleri İle İlgili Görüşlerinin Değerlendirilmesi. *Batman University International Participated Science And Culture Symposium*, 18-20 April 2012 Batman, Turkey.
- Hong, J. (2008). The Expectations And Concerns Of Students Regarding Successful Sport Management Internships. North American Society For Sport Management Conference (Nassm 2008), Available At: www.Nassm.Com/Files/Conf_Abstracts/2008-25.Pdf; Accessed: 01.10.2010.
- Karasık, J. (2009). Learning From Internships İn Gerontology And Geriatrics: Assessment And Program Evaluation. *Gerontology & Geriatrics Education*, 30(4), 300-316.
- Kelly, D.R. (2004). Quality Control in The Administration Of Sport Management Internship. *Journal Of Physical Education, Recreation & Dance*, 75(1), 28-30.
- Koo, G, Diacin M. J., Khojasteh, J., & Dixon, A.W. (2016). Effects of Internship Satisfaction On The Pursuit Of Employment İn Sport Management. *Sport Management Education Journal*, 10, 29 -42. <http://Dx.Doi.Org/10.1123/Smej.2014-0008>
- O'shea, M., & Watson, G. (2007). Academic Learning For Sport Management Students: Learning Through Engaged Practice. *Asia-Pacific Journal Of Cooperative Education*, 8(1), 53-65.
- Ross, C.M., & Beggs, B.A. (2007). Campus Recreational Sports Internships: A Comparison of Student And Employer Perspectives. *Recreational Sports Journal*, 31, 3-13.
- Rothman, M. (2007). Lessons Learned: Advice To Employers From Interns. *J. Educ. For Bus*, 140-145.
- Sabancıoğulları, S. Doğan, S., Kelleci, M., ve Avcı, D. (2012). Hemşirelik Son Sınıf Öğrencilerinin İnternlik Programına İlişkin Görüşlerinin Belirlenmesi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Elektronik Dergisi*, 5 (1), 16-22.
- Sotiriadou, P. (2011). Improving The Practicum Experience İn Sport Management: A Case Study. *European Sport Management Quarterly*, 11(5), 525-546.
- Spor Genel Müdürlüğü Sözleşmeli Spor Uzmanı ve Antrenör Çalıştırılması Hakkında Yönetmelik. Resmi Gazete Tarihi: 22.02.1991 Resmi Gazete Sayısı: 20794. <http://www.mevzuat.gov.tr>. Erişim Tarihi: 16.01.2018.
- Stratta, T.M.P. (2004). The Needs and Concerns of Students During The Sport Management Internship Experience. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 75(2), 25-33.
- Tektaş, N., Yayla, A., Sarıkaş, A., Polat, Z., Tektaş, M., ve Öz Ceviz, N. (2016). Ön Lisans Öğrencilerinin Staj Uygulamalarının Değerlendirilmesi: Marmara Üniversitesi Örneği. *Eğitim Ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5, 36.
- Meredith, S., & Burkle, M. (2008). Building Bridges Between University And Industry: Theory And Practice. *Education & Training*, 50(3), 199-215q Emerald Group Publishing Limited 0040-0912. Doi: 10.1108/00400910810873982.
- Tosun, N. Oflaz, F., Akyüz, A. Kaya, T. Yava, A., Yıldız, D., ve Akbayrak, N. (2008). Hemşirelik Yüksek Okulu Öğrencilerinin İntörn Eğitim Programından Beklentileri İle Program Sonunda Kazanım Ve Önerilerinin Değerlendirilmesi. *Gülhane Tıp Dergisi*, 50, 164-171.
- Tovey, J. (2001). Building Connections Between Industry And University: Implementing An Internship Program At A Regional University. *Technical Communication Quarterly*, 10(2), 225-239.
- Basın Duyurusu. 25.09.2014. <http://sgm.gsb.gov.tr/Duyurular/2009>. Erişim Tarihi: 16.01.2018.

Eğitsel Oyunlara Yönelik Öğretmen Görüşleri ve Yeterliliklerinin İncelenmesi*

Investigation of Teacher Opinions and Competencies for Educational Games

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/
ORIGINAL RESEARCH

Zekihan HAZAR^{1*},
Meryem ALTUN¹

¹Niğde Ömer Halisdemir
Üniversitesi.

Öz

Bu araştırmanın amacı, ortaokul kademesinde öğretmenlik yapan farklı branşlardaki öğretmenlerin “eğitsel oyunlar” konusundaki görüşlerinin incelenerek yeterliliklerinin kendi görüşleri ve deneyimleri doğrultusunda araştırılmasıdır. Araştırma nitel araştırma modelinde olup durum çalışması deseni benimsenmiştir. Araştırmaya, 2015-2016 eğitim-öğretim döneminde Ankara ili Kızılcahamam ilçesinde bulunan Milli Eğitim Bakanlığına bağlı 2 devlet okulunda görev yapmakta olan farklı branşlardan 33 öğretmen katılmıştır. Araştırmada yarı yapılandırılmış görüşme tekniğinden yararlanılmıştır. Katılımcılara, araştırmacılar tarafından geliştirilen 6 soru sorulmuş ve görüşmeler sesli olarak kayıt altına alınmıştır. Elde edilen veriler, betimsel analiz ve içerik analizine göre değerlendirilmiştir. Verilerin analizi sürecinde, alan içinden uzman görüşleri alınarak kodların kategorilerle anlamlı bir bütün oluşturup oluşturmadığı noktasında değerlendirmeler yapılmıştır. Bu görüşler doğrultusunda bazı kodların aynı anlamı ifade ettikleri ve bu kodların tek bir kod olarak alınması ve bazı alt kategorilerin tekrardan isimlendirilmesine karar verilmiştir. Araştırmanın güvenilirlik hesaplaması için Miles ve Huberman’ın (1994) önerdiği güvenilirlik formülü (Güvenirlilik = Görüş Birliği / (Görüş Birliği + Görüş Ayrılığı) × 100) kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda güvenilirlik oranı % 89 olarak bulunmuştur. Yapılan analizler sonucunda “oyun”, “eğitsel oyun”, “oyun yoluyla öğretimin önemi”, “oyun yoluyla öğretimi kullanma” ve “öğretmen yeterliliği” olmak üzere 6 kategori ve bu kategorilere ait alt kategoriler ve kodlar bulunmuştur. Araştırma sonuçlarına göre; öğretmenlerin genel olarak “eğitsel oyunlar” konusunda iyi düzeyde literatür bilgisine sahip oldukları görülmüştür. Ancak öğretmenler, uygulama sürecinde kendilerini bu konuda yetersiz gördüklerini ve bu durumun en önemli nedenlerinden birisi olarak da lisans döneminde “oyun yoluyla eğitim” veya “eğitsel oyunlar” gibi önemli bir “öğretim tekniği” eğitimini almadıklarından kaynaklandığını ifade etmişlerdir. Sonuç olarak, öğretmenlerin ders sürecinde “eğitsel oyunları” yeterince kullanamadıkları ve öğretim tekniği açısından bu konuda yetersiz oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Oyun, Eğitsel Oyun, Öğretmen, Yeterlilik, Branş

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 23.01.2018
Kabul Tarihi: 30.06.2018
Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

This study is intended to examine opinions of secondary school teachers working in different branches about "educational games" and investigating the competence thereof in line with their opinions and experiences. Qualitative research methodology was utilized and case-study pattern approach was adopted in this study. 33 teachers from different branches working in two state schools within the Ministry of Education in 2015-2016 academic years located in the Kızılcahamam district of Ankara province participated to the study. Semi-structured interview technique was employed in the study. Participants were asked 6 questions developed through the researchers and sound recording of the interviews were conducted. The data obtained were evaluated using descriptive analysis and content analysis. Opinions of the experts in the field were received in the process of data analysis and assessments were made in order to determine if the codes created a meaningful whole with categories. It was found that some codes expressed the same meanings in line with these opinions and it was decided to take these codes as a single code and rename some of the subcategories. Reliability formula suggested by Miles and Huberman, namely (Reliability = Consensus / (Consensus + Dissidence) × 100) was utilized for calculating the reliability of the study (1994). Reliability rate was found to be 89% as a result of the analysis. 6 categories, consisting of "game", "educational game", "significance of teaching through play", "utilization of teaching through play" and "teacher competence" and subcategories of these categories and codes were found as a result of the analyses. It was observed that teachers in general had good literature knowledge about "educational games" according to the results of the survey. However, the teachers considered themselves insufficient in this regard during the application process and stated that one of the most important reasons of this situation was the lack of training of an important teaching technique such as "education through play" or "educational games" during their undergraduate educational period. As a result, it was concluded that teachers could not use "educational games" sufficiently during the process of lessons and they were insufficient in terms of teaching techniques.

Keywords: Games, Educational Games, Teacher Qualifications, Branch

* Sorumlu yazar: Zekihan Hazar,

GİRİŞ

Teknolojinin ilerlemesi ile geçmiş bilgilerin korunması, aktarılması, geliştirilmesi yaşamın gereği haline gelmiş; bu aktarım eğitim yolu ile sağlanmıştır. Şüphesiz insan ihtiyaçları, bilginin eğitim aracılığı ile paylaşılıp çoğaltılmasına yön vermektedir. Öyle ise eğitim, insan ihtiyaçlarının giderilmesi için oluşturulmuş sistemler bütünüdür denilebilir (Erden, 1996). Daha geniş bir anlamda ifade edilecek olunursa eğitim, kişinin davranışında kendi yaşantısı yoluyla ve kasıtlı olarak istenilen yönde (eğitimin amaçlarına uygun) değişme meydana getirme sürecidir (Ertürk, 1979). Demirel'e göre öğrenme (2015), bireyin yaşantısı sonucu davranışlarında meydana gelen kalıcı ve izli değişikliklerdir.

Öğretim, belirli bir plan program çerçevesinde okullarda yapılan öğretme etkinlikleridir. Öğretme ve öğrenmeyi kapsamaktadır (Tamer ve Pulur, 2001). Yani merkezinde öğrencinin yer aldığı; öğretmen, hedef, kazanım, yöntem ve tekniklerin karşılıklı ilişki içinde olduğu bir süreçtir. Öğrenme, kişinin olgunlaşma düzeyine göre çevresi ile etkileşimi yani tecrübe sonucu davranışlarda oluşan kalıcı değişimlerdir. Öğrenme sonucu meydana gelen davranışlardaki değişikliklerin bir kısmı kişide hayat boyu kalırken bir kısmı kaybolur gibi olmakla birlikte kişi tarafından hatırlanabilir. Öğrenme yeteneği her insanda farklıdır. Bazı insanlar daha kolay ve çabuk öğrenirken bazıları daha geç ve zor öğrenirler. Öğrenme gücü kişinin zeka durumuna, gelişim ve olgunlaşma seviyesine, konuya ve öğrenme ortamına göre değişmektedir (Tamer ve Pulur, 2001). Öğretmenin temel görevi öğrenmeye rehberlik etmek ve öğrenmeyi kolaylaştırmaktır. Etkili öğretim yapabilmek için öğrencilerin nasıl öğrendiklerini, hangi yöntem ve teknikleri kullanacağını bilmek durumundadır (MEB, 2002).

Yöntem, bir konuyu öğrenmek ya da öğretmek gibi amaçlara ulaşmak için bilinçli olarak seçilen ve izlenen düzenli yoldur. Kazanımlar doğrultusunda seçilir. Teknik, seçilen yöntemin uygulanma şeklidir. Bunu iyi bir şekilde uygulayabilen birey, hedeflere daha kısa sürede daha az emek harcayarak ulaşır. Bu genelleme öğretim yöntemleri için de geçerlidir. Öğretim yöntemleri hedeflere en uygun, en kısa yolu; teknikler ise yöntemlerin uygulanma şeklini belirtir (Karaağaçlı, 2011).

Öğretim tekniklerini bireysel, grupla ve sınıf dışı olmak üzere üç sınıfta ele alınır. Bunlar:

A. Sınıf Dışı Öğretim Teknikleri: Gözlem, Gezi, Sergi, Görüşme

B. Bireysel Öğrenim Teknikler: Programlı Öğretim, Bireyselleştirilmiş Öğretim, Tutor Destekli Öğretim

C. Grupla Öğretim Teknikleri: Drama, Soru-Cevap, Anlatım (Takrir), Beyin Fırtınası, Rol Yapma (Psiko-drama), Gösteri (Demonstrasyon), Mikro Öğretim, Benzetim (Simülasyon), Deney, Büyük/Küçük Grup Tartışması, Altı Şapkalı Düşünme ve Eğitsel Oyunlardır.

Eğitsel Oyunlar Tekniği; öğrenilen bilgilerin pekiştirilmesini ve daha rahat bir ortamda tekrar edilmesini sağlayan bir öğretim tekniğidir. Oyun bireylerin fiziksel, zihinsel yeteneklerini geliştirici, yaşantıyı zevkli kılıcı, sanatsal ve estetik nitelikleri ve beceriyi geliştirici etkinliklerdir. Oyun sayesinde öğretim daha kalıcı ve zevkli olmaktadır. Eğitsel oyunları seçerken; hedef davranışları kazandıracak nitelikte olmasına, öğrencilerin yaşına, cinsiyetine uygun olmasına, sınıf ortamında uygulanacak nitelikte olmasına, öğrencilerce çabuk anlaşılır ve uygulanabilir olmasına, fazla zaman almamasına, öğrencilerin istedik davranışlar kazanmalarını sağlamasına, öğrencinin zevk almasına ve eğlenmesine dikkat edilmesi gerekmektedir. Eğitsel Oyunlar Tekniği öğrenmeyi hızlandırır, ilgi uyandırır, güdüleyicidir, unutmayı azaltır, etkin katılımı özendirir (Erçetin, 2007).

Tarihsel süreç içerisinde oyunla ilgili görüşlere bakıldığında, oyunun önemi hep vurgulanmış ve oyunla öğretime gereken önemin verilmesi vurgulanmıştır (Koçyiğit, Tuğluk ve Kök, 2007). Oyunun bugünkü eğitsel temelini bilimsel yönden ilk ele alan Alman filozofu GutsMuts (1796) olmuştur. Oyunun sosyal, pedagojik ve politik açıdan değerini anlatmıştır. Çağdaş eğitimde çocuğun beden, ruhen ve fikren çok yönlü ve düzenli gelişmesine yararlı olan tüm beden eğitimi uğraşlarında oyunun önemi vurgulanmıştır. Mükemmel bir toplum bedenlen ve ruhen sağlıklı, fikren eğitilmiş, milli hisleri kuvvetli bireylerden oluşur. Oyun bir eğitim aracıdır. Oyunlar, ister sahalarda hareket halinde isterse sınıfta oturarak değişik türde oynansınlar, çocuğun hayal kurmasını olumlu yönde etkilemektedir. Eğitim açısından oyun; kurallara uyma, grup içinde başkalarının haklarına saygılı ve dürüst olma özelliklerini kazandırdığı gibi bellek, kavrama, beraber düşünme ve karar verme yeteneklerini de geliştirmektedir. Toplu halde iş görme ve belirli bir amaç etrafında gruplaşma oyunla kolaylaşmaktadır (Aslan, 1977).

Vygotsky, oyunun öğrenmede ve bilişsel gelişimde önemli bir role sahip olduğunu düşünmektedir. Oyun her zaman bir öğrenme etkinliğidir, çünkü öğrenmeyi, kuralları kavramayı,

onların bir sistem oluşturduğunu görmeyi, onları inceleyerek biçimlendirmeyi ve oluşturdukları çeşitli alışırma biçimlerinde ustalaşmayı gerektirmektedir. Piaget oyun gelişiminin saf bireysel süreçlerden ve doğuştan gelen özel sembollerden, toplumsal oyuna ve ortak sembolizme doğru ilerlediğini belirtmektedir. Oyun, çocuğun zihinsel yapısından kaynaklanır ve ancak bu yapı tarafından açıklanabilir (Nicolopoulou, 1993-2004). Beden, eğitsel oyunlar sırasında tutkuların ve toplumsal ilişkilerin nasıl işe karıştığını yansıtır. Yakınlaşmaları, gerilimleri, çatışmaları, yerel coşkuların nasıl boşaltıldığını ya da davranış biçimlerinin toplumsal olarak çok çeşitli kategorilere bölündüğü bir toplumda farklılıkların nasıl sergilendiğini gösterir (Corbin ve Vigarello, 2008). Öğretmenler sayıca az ve basit davranış kurallarını izlemeyi hatırlamalıdır. Çocuklar kuralları bozarlar. Bu, onların mızıkçı veya huysuz oldukları anlamına gelmez. Onlar sadece ne yapmak istediklerini düşünürken aynı zamanda kuralları hatırlayamazlar (Charles, 2003). Eğitsel Oyun, hem öğretmenin hem de çocuğun dikkatini odaklamasına yardımcı olur. Oyunun adı eğitimidir (Hallowell ve Ratey, 2013).

Mackey, Hill, Stone, Bunge (2011), oyun yöntemini kullanarak 8 hafta boyunca uyguladıkları eğitim programının bilişsel testlerde 13 puanlık bir artış sağladığı dolayısıyla akıl yürütme, işlem hızı gibi bilişsel süreçlerin oyun eğitimiyle değiştirilebilir ve geliştirilebilir olduğunu kanıtlamışlardır. Benigno ve Farrar'ın (2012) 32 kardeş çifti üzerinde yaptığı araştırma bulgularına göre, kardeş oyunları vasıtasıyla oynanan oyunların dikkat gelişimini olumlu yönde etkilediği sonucuna ulaşmıştır.

Eğitimde kullanılacak farklı ders ve araçlar sayesinde bireyler ulaşılması hedeflenen özelliklere sahip olacaklardır. Genel anlamda oyun, bu amaca hizmet eden araçlardır (Dempsey, Hasey, Lucassen, Casey, 2002). Kirriemur ve McFarlane (2004) oyunun stratejik düşünme, planlama, iletişim, sayılarla ilgili uygulama yapma, tartışma, grupça karar verme, veri işleme gibi becerilerin geliştirilmesinde son derece önemli olduğuna değinmişlerdir. Oyunun eğitimle ilgili yararlarının yanı sıra motivasyonu arttırma (Rosas ve ark., 2003), öğrenmeye yönelik olumlu tutum geliştirme (Lou, Abrami & D'Apollonia, 2001) gibi davranışa yönelik katkılarından da söz edilmektedir.

Eğitimdeki yeni yaklaşımların öğrenciyi merkeze almasıyla birlikte öğrencilerin ilgi, merak ve istekleri daha önemli hale gelmiştir. Öğrenci katılımının öğrenmeyi olumlu yönde etkilediği yapılan araştırmalarla ortaya konmuştur. Öğrenciler oyun oynarken eğlendikleri için

eğitimin içine oyunu katmak, onları eğlendirirken derse olan katılımlarını da artırmaktır. Öğrenmenin kalıcı olabilmesi ve daha etkili öğrenmenin gerçekleşmesi için eğitimciler, pedagoglar, psikologlar çeşitli çalışmalar yürütmektedirler. Bu çalışmalar sonucunda günümüzde gelinen noktada geleneksel sınıf ortamlarında gerçekleşen öğretmen merkezli eğitimlerin yeterli olmadığı görülmektedir. Bu doğrultuda yeni yaklaşımlar ortaya konmaktadır (Kukul, 2013). Bunlardan biri de Eğitsel Oyunlardır (Oyun Yoluyla Eğitim).

Eğitsel oyunlar, gerek öğrenci gerekse öğretmen açısından öğretim sürecinin daha verimli geçmesi ve hedeflenen kazanımlara ulaşmada önemli bir öğretim tekniğidir. Öğrenci açısından değerlendirilecek olursa eğitsel oyunlar, dersi monotonluktan kurtaran, öğrenci dikkat ve motivasyon düzeyini arttıran, öğrenciye yaparak-yaşayarak öğrenme imkanı sunmanın yanında kalıcı öğrenmeye katkı sağlayan, eğlenirken öğrenme - öğrenirken eğlenme gibi önemli fırsatlar sunan ve böylelikle ders işleme süresini arttıran önemli bir öğretim tekniğidir. Öğretmen açısından değerlendirilecek olursa eğitsel oyunlar, farklı oyun türleriyle öğrencilerin farklı zeka alanlarına kolayca hitap edebilme, bireysel farklılıkları değerlendirebilme, öğrenciyi derse aktif olarak katma ve öğretim sürecinde öğrencilerle birlikte eğlenerek öğretme gibi önemli fırsatlar sunmaktadır.

Bu araştırmanın amacı, ortaokul kademesinde öğretmenlik yapan farklı branşlardaki öğretmenlerin “eğitsel oyunlar” konusundaki görüşlerinin incelenerek yeterliliklerinin araştırılmasıdır. Yapılan literatür incelemesinde ülkemizde bu alanda yapılmış sınırlı sayıda araştırmanın bulunduğu gözlenmiştir. Literatürdeki çalışmaların büyük bir bölümünün ise tek branşa özgü olarak yapılmış olması bu araştırmanın önemini ortaya koymaktadır (Bulak, Emir ve Avcı, 2006; Uğurel ve Moralı, 2008; Er, 2008; Hanbaba ve Bektaş, 2010; Gürsoy ve Arslan, 2011; Coşkun, Akarsu ve Kariper, 2011).

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışmada, nitel araştırma modeli benimsenmiştir. Nitel araştırma; görüşme, gözlem ve doküman analizi gibi nitel veri toplama yöntemlerinin kullanıldığı, algıların ve olayların doğal ortamda gerçekçi ve bütüncül bir biçimde ortaya konmasına yönelik nitel bir sürecin izlendiği araştırma olarak tanımlanabilir (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Araştırmada durum çalışması deseni benimsenmiştir. Durum çalışmaları, özellikle değerlendirme süreçleri gibi birçok alanda

kullanılan, araştırmacının bir durumu, sıklıkla da bir programı, olayı, eylemi, süreci ya da bir veya daha fazla bireyi derinlemesine analiz ettiği bir araştırma desendir (Creswell, 2014).

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubunu 2015-2016 Eğitim Öğretim yılında Ankara İli Kızılcahamam ilçesinde Milli Eğitim Bakanlığına bağlı Kızılcahamam İmamhatip Ortaokulu ve Orhan Gazi Ortaokulunda görev yapmakta olan (Türkçe, Beden Eğitimi ve Spor, Yabancı Dil, Sosyal Bilgiler, Teknoloji ve Tasarım, Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi, Matematik, Görsel Sanatlar, Fen Bilimleri, Müzik, Bilişim Teknolojileri ve Yazılım) 33 öğretmen oluşturmaktadır. Her branştan üçer öğretmen çalışmaya katılmıştır. Araştırmada katılımcıların branşları ve numaralar kullanılmıştır (Örneğin; Beden Eğt.1). Görüşme soruları hakkında yeterli ve gerçekçi verilere ulaşılabileceği düşünülerek görüşmeler kayıt altına alınmıştır. Görüşmeler en fazla 20 dk, en az 10 dk sürmüştür. Farklı okullardan ve değişik branşlardan katılımcıların alınmasındaki amaç, farklı görüş ve yaklaşımlara ulaşmaktır. Araştırmada olgular üzerinde durulması ve araştırmanın etik ilkeleri açısından katılımcıların isimleri verilmemiştir.

Veri Toplama Aracı

Veri toplama aracı oluşturulurken yerli ve yabancı literatür taraması yapılarak on maddelik bir soru havuzu oluşturulmuş, eğitsel oyunlar ve nitel araştırma alanlarından uzman görüşleri alınarak 6 maddelik yarı yapılandırılmış görüşme formuna son hali verilmiştir. Görüşme, nitel araştırmada kullanılan en yaygın veri toplama yöntemlerinden birisidir. Bunun nedeni, konuşmayı temel alarak, katılımcıların duygularını, düşüncelerini ve deneyimlerini ortaya çıkarma yönünden güçlü olmasıdır (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Yarı yapılandırılmış görüşme yönteminde görüşme kılavuzu yarı yapılandırılmış görüşme sorularını içerir. Sorular esnek ve genellikle her katılımcıdan spesifik veriler toplanır. Önceden belirlenmiş ifade ve soru yanıtları yoktur (Merriam, 2015). Araştırma soruları aşağıdaki gibidir;

1. Size göre oyun nedir?
2. Size göre eğitsel oyun nedir?
3. Eğitsel oyunlarla öğretim hakkında ne düşünüyorsunuz?

4. Derslerinizde eğitsel oyunları kullanıyor musunuz?
5. Eğitsel oyunlarla neleri kazandırmayı hedefliyorsunuz?
6. Eğitsel oyunlarla eğitim tekniğinde kendinizi ne kadar yeterli görüyorsunuz?

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde; araştırma yarı yapılandırılmış tekniğine/desenine göre tasarlandığı için betimsel ve içerik analizinin kullanılması en doğru yöntem olarak düşünülmüştür. Betimsel analizde, elde edilen veriler, daha önceden belirlenen temalara göre özetlenir ve yorumlanır. Betimsel analizde görüşülen ya da gözlenen bireylerin görüşlerini yansıtmak amacıyla doğrudan alıntılara sık sık yer verilir. Bu tür analizde amaç, elde edilen bulguları düzenlenmiş ve yorumlanmış bir biçimde okuyucuya sunmaktır (Yıldırım ve Şimşek, 2013). İçerik analizinin tercih edilmesindeki sebep söz konusu yöntemin toplanan verilerle hedefler arasındaki ilişkiyi açıklamada kavramsal bağlantıların kurulmasını sağlamasıdır (Büyüköztürk, 2013).

Bu süreçte önceden belirlenen temalarla birlikte, verilerin analizinde “kodlama” yoluna gidilerek, kodlardan anlamlı alt kategorilere ulaşılmış ve alt kategorilerden ana kategorilere ulaşılmıştır. Verilerin analizi sürecinde, alan içinden uzman görüşleri alınarak kodların kategorilerle anlamlı bir bütün oluşturup oluşturmadığı noktasında değerlendirmeler yapılmıştır. Bu görüşler doğrultusunda bazı kodların aynı anlamı ifade ettikleri ve bu kodların tek bir kod olarak alınması ve bazı alt kategorilerin tekrardan isimlendirilmesine karar verilmiştir. Araştırmanın güvenilirlik hesaplaması için Miles ve Huberman (1994)' ın önerdiği güvenilirlik formülü ($\text{Güvenirlik} = \frac{\text{Görüş Birliği}}{(\text{Görüş Birliği} + \text{Görüş Ayrılığı})} \times 100$) kullanılmıştır. Yapılan analiz sonucunda güvenilirlik oranı %89 olarak bulunmuştur. Bir diğer güvenilirlik yöntemi olan “doğrudan alıntı” yönteminden de yararlanılarak çalışmada doğrudan alıntılara yer verilmiştir. Analiz sürecinin sonunda veriler kategori, alt kategoriler ve kodlar olarak anlamlı tablolar haline dönüştürülmüştür.

BULGULAR

Araştırmanın bulguları, veri toplama aracında yer alan soruların sıralamasına göre ve veri analizlerinin anlamlı bütünler oluşturacak şekilde kategori, alt kategoriler ve kodlar haline getirilerek, kodlar frekans değerlerine göre sıralanmıştır. Bütünlük oluşturması açısından araştırmanın tartışma ve sonuç kısmında tablo yorumları ve bu yorumlara ilişkin sonuçlar birlikte verilmiştir.

Tablo 1. Size göre “oyun” nedir?

Kategori	Alt Kategoriler	Kodlar	(f)
Oyun	Tanım Olarak Oyun	Eğlenceli zaman aktiviteleridir	16
		Yaşa göre değişen etkinliktir	2
		Öğrenmenin ilk adımıdır	2
		Kurallı ya da kuralsız etkinliklerdir	1
		Hayata hazırlıktır	1
		Hayatın eğlenceli kopyasıdır	1
		Gerçek hayatın provasıdır	1
	Toplam	24	
	Araç Olarak Oyun	Bir öğrenme aracıdır	3
		Hayal dünyasının aynasıdır	2
		Mutluluk kaynağıdır	2
		Psikomotor becerileri geliştirir	1
		İletişim kurma aracıdır	1
		Enerjiyi atma aracıdır	1
		Toplam	10
	Oyunu Gereklilik Olarak Görme	Çocuğun olmazsa olmazıdır	1
		Ruhsal ihtiyaçtır	1
		Fiziksel ihtiyaçtır	1
		Toplam	3
	Genel Toplam	37	

Araştırmanın 1. sorusu olan “Size göre oyun nedir?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda “Oyun” kategorisi ve üç farklı alt kategori oluşmuştur. Katılımcıların cevapları, “Oyun” kategorisinin birinci alt kategorisini “Oyunun tanımı” olabilecek ifadelerden oluşmaktadır;

Beden Eğt.1. “*Öğrenmenin ilk adımıdır oyun.*”

Bilişim Tek.3. "*Hayatın eğlenceli kopyasıdır.*"

Oyun kategorisinin ikinci alt kategorisini ise katılımcılar “Araç olarak oyun” şeklinde ifade etmişlerdir;

İngilizce.2. "Oyun çocuğun hayal dünyası ile gerçek dünya arasında bir köprü görevindedir."

Matematik.4. "Bana göre oyun, çocukların eğlenceli vakit geçirdikleri faaliyetlerdir."

Müzik.1. "Oyun çocuğun enerjisini bir şekilde atma aktivitesidir. Ondan hem zevk alacak hem de bu zevki alırken de vücudundaki bu enerjiyi atacağı bir aktivite olarak düşünüyorum. Yaş guruplarına göre de değişen bir aktivite olarak düşünüyorum."

Oyun kategorisinin üçüncü alt kategorisini ise “Oyunu gereklilik olarak görme” kategorisi oluşturmaktadır;

Din Kült.1. "Çocuklar için özellikle o yaşların olmazsa olmazlarıdır. Bir çocuğun hem ruhen hem fiziken sağlıklı büyüebilmesi için oyun o çocuğun olmazsa olmazıdır."

Tablo 2. Size göre “eğitsel oyun” nedir?

Kategori	Kodlar	(f)
Eğitsel Oyun	Eğlendirirken öğretmektir	11
	Öğretim amaçlarını vermede bir araçtır	8
	Oyunun içine eğitimi katabilmektir	6
	Ders anlatmanın en etkili yoludur	1
	Öğrencinin kendi yeteneklerini keşfetmesini sağlayan etkinliklerdir	1
	Toplam	27

Araştırmanın 2. sorusu olan “Size göre eğitsel oyun nedir?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda, “Eğitsel oyun” kategorisi altında eğitsel oyunun tanımını oluşturabilecek beş farklı kod yer almıştır.

Teknoloji Tas.1. "Eğitsel oyun, insan hayatında bu kadar önemli olan bir kavramın içine eğitimi de katabilmektir yani bu yolla eğitim verebilmektir. Oyunların belli bir amaca göre planlanmasıdır diye düşünüyorum."

Din.2. "Oyunun içinde öğretmektir."

Görsel San.2. "Öğretilmek istenilenlerin eğlenceli hale getirilerek öğretilmesidir."

Sosyal Bilg.1. “Eğlenceli vakit geçirirken belirlediğiniz hedefe ulaşmak için kullanılan bir yöntem.”

İngilizce.1. “Eğitsel oyun belli bir amaca yönelik tasarlanmış olan ve çocukların eğlenerek uyguladıkları etkinlikler olarak tanımlayabilirim.”

Tablo 3. Eğitsel oyunlarla öğretim hakkında ne düşünüyorsunuz?

Kategori	Alt Kategoriler	Kodlar	(f)
Eğitsel Oyunların Eğitimdeki Önemi	Öğrenen Açısından Önemi	Kalıcı öğrenmeyi sağlama	9
		Dersi eğlenceli hale getirme	6
		Dikkat süresini arttırma	6
		Motivasyonu arttırma	4
		Yaparak-yaşayarak öğrenme fırsatı sunma	3
		Hızlı/Kolay öğrenmeyi sağlama	3
		Öğrencinin kendini ifade etmede bir araç	2
		Yaratıcılığı artırma	2
		Gizil öğrenmeyi sağlama	1
	Toplam	36	
	Öğreten Açısından Önemi	Planlı ve kontrollü olmalıdır	4
		Öğretmen yeterli donanıma sahip olmalıdır	2
		Bireysel farklılıklarda kullanabilme	2
		Sınıf kontrolünü sağlama	1
		Derse etkin katılımı sağlama	1
		Dersi sevdirmeye	1
		Konuları somutlaştırma	1
		Toplam	12
		Genel Toplam	51

Araştırmanın 3. sorusu olan “Eğitsel oyunla öğretim hakkında ne düşünüyorsunuz?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda “Eğitsel oyunların eğitimdeki önemi” kategorisi altında “Öğrenen açısından önemi”, “Öğreten açısından önemi” olmak üzere iki alt kategori ve bu kategorilere ait kodlar yer almıştır. Katılımcılar, oyunun öğrenen açısından önemini şu ifadelerle belirtmişlerdir;

Matematik.4. "Konunun pekişmesi açısından yararlı olacağını düşünüyorum." "Derse karşı en ilgisiz öğrenci bile bu yöntemle etkin hale geliyor."

Beden Eğt.1. “Özellikle ilkokul ve ortaokulda ilk başvurulması gereken yöntemlerden birisidir oyun. Yaparak yaşayarak öğrenme fırsatı veriyor çocuğa.”

Bilişim Tek. 2. "Çocuk oyunla öğrendiğini kolay unutmaz."

Bir diğer alt kategori ise oyunun öğretici açısından önemini ifade etmektedir;

İngilizce.2. “Kontrollü ve planlı olduğu sürece yani önceden tasarlanarak eğitime dahil edildiği sürece çok katkısı olduğunu düşünüyorum. Ama burada şöyle bir risk te var kontrolsüz olarak sadece derse dahil edilirse faydalı olacağını düşünmüyorum. “

Türkçe.3. "Bu yöntem sayesinde konuları öğrencilere somutlaştırarak verebiliyorum."

Sosyal Bilg.1. “Bence güzel bir yöntem hem eğlenceli vakit geçirirken hem de öğretmeye çalışıyorsunuz. Çocukların motive olabilmeleri açısından çok önemli diye düşünüyorum.”

Müzik.3. “Ben de öğretirken oyunlaştırarak anlatıyorum öğreteceğim bazı şeyleri örneğin notaları öğretirken öğrenciyi kukla gibi yapıyorum ve elini kolunu ben oynatıyorum ve bu durum öğrencilerin dikkatini daha çok çekiyor. Bu bütün derslerde bir öğretim yöntemi metodu haline getirilebilse bence çok işe yarar."

Tablo 4. Derslerinizde eğitsel oyunları kullanıyor musunuz?

Kategori	Alt Kategoriler	Kodlar	(f)	
Derslerde Eğitsel Oyunları Kullanma	Eğitsel Oyunları Kullanma Sıklığı	Nadiren	12	
		Zaman zaman	11	
		Genelde kullanıyorum	9	
		Toplam	32	
	Eğitsel Oyunların Seçimindeki Kriterler		Konuya-Kazanıma göre	19
			Öğrenci isteğine göre	6
			Cinsiyete göre	4
			Öğrenci özelliklerine göre	2
			Oyun süresi, uygulanabilirliği	2
			Yaşa göre	1
			Kültüre göre	1
			Çevreye göre	1
			Öğretmen isteğine göre	1
			Okul kurallarına göre	1
			Toplam	38
			Genel Toplam	70

Araştırmanın 4. sorusu olan “Derslerinizde eğitsel oyunları kullanıyor musunuz?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda, “Derslerde eğitsel oyunları kullanma” kategorisi altında “Eğitsel oyunları kullanma sıklığı”, “Eğitsel oyunların seçimindeki kriterler” olmak üzere iki alt kategori ve bu kategorilere ait kodlar yer almıştır. Eğitsel oyunları derslerde kullanma sıklığını katılımcılar şu şekilde ifade etmişlerdir;

Matematik.3. “Çok fazla kullanmıyorum. Zihinleri çok yorulduğu zamanlarda kullanıyorum o da dinlenme amaçlı. Daha çok konuya göre oyunları seçiyorum.”

Din.3. "Sıklıkla kullanmaya çalışıyorum. Bütün öğrencileri oyunun içine katmaya çalışıyorum. Kazandırmak istediğim kazanımlara dikkat ediyorum."

İngilizce.1. “Çok sık olmasa da zaman zaman kullanıyorum. O anki konunun amacına göre oyunları seçiyorum. Her ünite için kitaplarda tasarlanmış oyunlar var böylece iki üç haftada bir oyun oynatıyorum. İngilizce olduğu için daha çok kelime ve harf oyunları oynatıyorum (adam asma gibi).”

Derslerde eğitsel oyunları kullanma kategorisinin ikinci alt kategorisini ise “Eğitsel oyunların seçimindeki kriterler” oluşturmaktadır. Katılımcılar bu kriterleri şu şekilde ifade etmişlerdir;

Bilişim Tek.3. "Oyun tercihimde öğrencilerin seviyesine uygun olmasına ve anlatmak istediğim konuyu verebilmesine dikkat ediyorum." "Öğrenciye hitap etmesi önemlidir diye düşünüyorum."

Matematik.2."Oyunları her derste değil de öğrencilerin zorlandığı konular olduğunda kullanıyorum."

Din Kült.2. “Evet kullanıyorum. Hepimizin bildiği “istop” oyununu kendi dersime uyarlayarak oynatıyorum. Bilgileri pekiştirmek için özellikle oyunu kullanıyorum. Konuya göre seçiyorum oyunlarımı, okul kurallarına ve çevreye uygun olmasına göre, cinsiyete göre, yaş gurubuna göre, kültüre göre seçiyorum oyunlarımı. Kendi tasarladığım “istop” oyununu oynatıyorum daha çok.”

Tablo 5. Eğitsel oyunlarla neleri kazandırmayı hedefliyorsunuz?

Kategori	Kodlar	(f)
Eğitsel Oyunların Hedefleri	Bilişsel gelişimi sağlama	11
	Öğrenciyi derse katma	5
	Öğrencileri hayata hazırlama	4
	Kendini ifade edebilme	3
	Özgüven kazandırma	2
	Ahlaki ilkeleri benimsetme	2
	Empati kurmayı öğrenme	1
	Yardımlaşma	1
	Duyuşsal gelişim	1
	Mutlu olma	1
	Kurallara uyma	1
	Dersi sevdirmeye	1
	Toplam	33

Araştırmanın 5. sorusu olan “Eğitsel oyunlarla neleri kazandırmayı hedefliyorsunuz?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda, “Eğitsel oyunların hedefleri” kategorisi altında on bir farklı kod yer almıştır.

Fen.3."Her öğrencinin dönüşümlü olarak oyuna dahil olmasını hedefliyorum." "Konuyu hayatla ilişkilendirip zevkli ve etkili öğrenmeyi hedefliyorum."

Türkçe.1. "Kendini ifade edebilme, iletişim becerileri ve özgüveninin gelişmesini hedefliyorum temel olarak."

Müzik.3. "Öğrenciyi derse motive etmeyi amaçlarım." "Öğrencinin sosyalleşmesini ve öğrenmenin kalıcı hale gelmesini hedefliyorum."

Teknoloji Tasarım.2. "Eğlenceli bir öğrenme-öğretme süreci yaşatmayı hedefliyorum."

İngilizce.4."Yabancı dile ilgisini ve sevgisini artırmayı hedeflerim."

Tablo 6. Eğitsel oyunlarla eğitim” tekniğinde kendinizi ne kadar yeterli görüyorsunuz?

Kategori	Kodlar	(f)
Öğretmen Yeterliliği	Lisans Döneminde Oyun Yoluyla Öğretim Eğitimi Verilmelidir	36
	Öğretmenlere Konuyla İlgili Hizmet içi Eğitimi Verilmelidir	36
	Lisans Döneminde Oyun Yoluyla Öğretim Eğitimi Almadım	32
	Kendini Yetersiz Görme	28
	Kendini Yeterli Görme	8
	Lisans Döneminde Oyun Yoluyla Öğretim Eğitimi Aldım	8
	Toplam	148

Araştırmanın 6. sorusu olan “Eğitsel oyunlarla eğitim tekniğinde kendinizi ne kadar yeterli görüyorsunuz?” sorusuna katılımcıların vermiş oldukları cevaplar ve kodlamalar doğrultusunda, “öğretmen yeterliliği” kategorisi altında altı farklı kod yer almıştır.

Din.3."Bu konuda yetersizim. Bu yöntemin çok gerekli olduğunu düşünüyorum ve bu konuyla ilgili eğitim almayı çok isterim."

Fen.2."Yetersizim. Lisans döneminde bu yöntemle ilgili eğitim almadım. Bu konuda ciddi eğitimler ve seminerler verilmelidir."

Bilişim Tek.3. "Yetersizim. Lisans döneminde bu yöntemle ilgili eğitim almadım. Bu konuda eğitim almak isterim, yeniliğe açığım, kendimi geliştirmek istiyorum."

Görsel Sanatlar.2. *"Kendimi çok yeterli görmüyorum. Lisans döneminde bu yöntemle ilgili eğitim almadım. Kesinlikle eğitimde kullanılması gereken bir yöntem ve bu yöntemle ilgili hizmet içi eğitimler verilmelidir."*

Türkçe.1. *"Kendimi yeterli buluyordum ama uygulamadığının farkına vardım. Çok ta yeterli görmüyorum kendimi. Evet lisans döneminde böyle bir eğitim aldık ve bütün öğretmen adaylarına da bu eğitim verilmeli. Hizmet içi eğitim veya kurs ta verilmeli diye düşünüyorum."*

Beden Eğt.2. *"Lisans döneminde bu eğitimi aldığım için kendimi yeterli görüyorum. Her ders için hizmet içi eğitim seminerleri veya kursları verilmeli diye düşünüyorum."*

TARTIŞMA VE SONUÇ

Eğitsel Oyunlara Yönelik Öğretmen Görüşleri ve Yeterliliklerinin incelendiği bu çalışmada; araştırmanın birinci alt problemi olarak katılımcıların oyun algılarının incelenmesi amaçlanmış ve araştırmanın birinci sorusu olan "size göre oyun nedir?" sorusuna verilen cevaplar analiz edilerek "Oyun" kategorisi altında "Tanım olarak oyun", "Araç olarak oyun" ve "Gereklilik olarak oyun" olmak üzere üç alt kategori oluşturabilecek şekilde veriler elde edilmiştir.

Katılımcıların vermiş oldukları cevapların en yoğun şekilde toplandığı alt kategori "Tanım olarak oyun" kategorisidir. Katılımcıların verdikleri cevapların literatürde yer alan oyun tanımlarıyla büyük ölçüde örtüştüğü ve katılımcıların "oyun" kavramı hakkında iyi derecede literatür bilgisine sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Örneğin; Müzik.1. *"Oyun çocuğun enerjisini bir şekilde atma aktivitesidir"* Türkçe.2. *"Özellikle çocukların hayal dünyasını yansıttıkları ve öğrendikleri bir araçtır"* Beden Eğt.3. *"Öğrenmenin ilk adımıdır oyun"* Teknoloji Tasr.2. *"Oyun yaşa göre değişen bir etkinlik. Bebeklerde, çocuklarda ve yetişkinlerde farklı bir kavram ama çocukların en çok ilgisini çeken bir etkinlik hatta bizim yaşlarımızda bile bunu değişik şekillere görmek mümkün maç seyretmek gibi, şans oyunları oynamak gibi"* şeklinde ifade etmişlerdir.

Colliois'e göre oyun, serbestçe kabul edilmiş fakat bağlayıcı olan kurallara göre belli bir alan ve zaman süreci içinde sürdürülen gerilim ve eğlence duygularını içeren, gerçek hayattan farklı olduğu bilinci ile yapılan gönüllü hareket ya da faaliyetlerdir (Akt: Pehlivan, 2012).

Katılımcıların vermiş oldukları cevaplarından yola çıkarak, oyunun birtakım hedeflere ulaşmada veya bir takım çıkarımlar yapmada bir araç olabilecek şekilde yorumlanması dikkat çekmektedir. Örneğin İngilizce.2'nin, "*Oyun çocuğun hayal dünyası ile gerçek dünya arasında bir köprü görevindedir*" cevabı literatürde yer alan şu tanımla örtüşmektedir; "Çocuk oyun yolu ile yalandan rol yapma yeteneği edinir. Oyun gerçek ile bağlantılı, gerçeğe uygun fakat bir rol yapma sürecidir. Oyunda çocuk gerçekle birlikte birtakım fantezilerini ortaya koyar. Fanteziler dünyası içindeki yaşantılar çocuğun yalandan rol yapma becerisini ortaya koyar (Yıldız'dan akt. Pehlivan, 2012).

Oyun kategorisinin son kategorisini ise "Gerekliklik olarak oyun" kategorisi oluşturmuştur. Katılımcılar oyunu, çocuğun farklı yaş dönemlerinde farklı gelişim alanları için bir gerekliklik olarak ifade etmişlerdir. Bu ifadeler literatür tanımlarıyla paralellik göstermektedir. Oyun, çocukluğun gereği ve yakışığıdır. Çocukluk döneminde oyun, temel yaşam ihtiyaçları kadar önemli ve vazgeçilmez olduğu gibi bilişsel, duyuşsal, sosyal ve fiziksel gelişimin en temel aracıdır.

Araştırmanın ikinci alt problemi olarak katılımcıların eğitsel oyun algılarının incelenmesi amaçlanmış ve araştırmanın ikinci sorusu olan "size göre eğitsel oyun nedir?" sorusuna verilen cevapların analizi sonucunda öğretim sürecinin eğlenceli ve daha etkili bir şekilde yürütülebilmesi için eğitim ve oyunun bir birleşimi olarak cevaplandırmışlardır. Ayrıca eğitim hedeflerine ulaşmada önemli bir teknik olarak da değerlendirmişlerdir. Örneğin; Teknoloji Tas.1. "*Eğitsel oyun, insan hayatında bu kadar önemli olan bir kavramın içine eğitimi de katabilmektir yani bu yolla eğitim verebilmektir. Oyunların belli bir amaca göre planlanmasıdır diye düşünüyorum.*" Müzik.3. "*Öğreteceğimiz bir şeyi oyunlaştırarak anlatmak olarak düşünüyorum.*"

Akandere'ye göre (2013) eğitsel oyunlar, eğitimin amaçlarına yönelik oynanan oyunlardır. Eğitsel oyunlarda iki çeşit amaç vardır; birincisi oyuncunun amacı olarak belirginleşir ki, oyuncu oyunun çekiciliği ve zevk verme özelliği içinde oyunu kazanmayı, üstün gelmeyi amaç edinir. İkincisi ise oyunu seçen ve yönetenin amacıdır ki, oyunu planlayan ve uygulayan, oyuncuların kazanma arzularından ve mücadelelerinden faydalanarak, oyunculara bazı yetenekleri kazandırmayı ve geliştirmeyi amaçlar (Hazar, 2000).

Araştırmanın üçüncü alt problemi olarak katılımcıların eğitsel oyunla öğretim hakkındaki görüşleri araştırılmış elde edilen verilerin analizi sonucunda "Eğitsel oyunların eğitimdeki önemi"

kategorisi altında “Öğrenen açısından önemi” ve “Öğreten açısından önemi” olmak üzere iki alt kategori oluşmuştur. Eğitsel oyunların eğitim sürecinde öğrenen açısından çok önemli etkiye sahip olduğunu vurgulayan katılımcılar, özellikle kalıcı öğrenmeyi sağlama, dersi eğlenceli hale getirme, motivasyonu artırma ve öğrenciye yaparak-yaşayarak öğrenme imkânı sunması açısından eğitsel oyunların önemli bir işleve sahip olduğunu vurgulamışlardır. Örneğin; Müzik.3. *"Öğrenmeyi eğlenceli ve kalıcı hale getirmektedir. "Matematik. 4. "Konunun pekişmesi açısından yararlı olacağını düşünüyorum." "Derse karşı en ilgisiz öğrenci bile bu yöntemle etkin hale geliyor. "Sosyal Bilg.4."Bence güzel bir yöntem hem eğlenceli vakit geçirirken hem de öğretmeye çalışıyorsunuz. Çocukların motive olabilmeleri açısından çok önemli diye düşünüyorum."*

Gürsoy ve Arslan’ın (2011) çalışmasında; yabancı dil öğrenirken unutmayı engelleyen en önemli unsur öğrenilenlerin kullanılması ve özellikle dil öğrenen kişinin günlük ihtiyaçlarına cevap veriyor olmasıdır. Öğrenilenlerin oyun içinde kullanılması öğrencilerin dikkatlerini çekeceğini belirtmişlerdir. Bulak vd.’nin (2006) çalışmasında; eğitsel oyunların kullanıldığı grubun başarı ve kalıcılık puanları ortalaması ile geleneksel öğretimin uygulandığı grubun başarı ve kalıcılık puanları ortalaması anlamlı düzeyde farklılık göstermiştir.

“Eğitsel oyunların eğitimdeki önemi” kategorisinin bir diğer alt kategorisini ise “Öğreten açısından önemi” kategorisi oluşturmaktadır. Katılımcılar eğitsel oyunların derslerde kullanılmasının bir çok yararlarından bahsederken, ders sürecinde oyunların belirli bir plan ve program dahilinde yürütülmesi gerektiğini, aksi takdirde beklenen sonucun tam tersi bir sonuç elde edilebileceği yönünde önemli uyarılarda bulunmuşlardır. Örneğin; Din Kült.4. *"Sürekli oyunla eğitim ve öğretim yapmak biraz sıkıntılı. Çok fazla olmasa da aralıklarla kullanmak lazım. Her şeyi oyunla öğretmek için uğraşırsak, o zamanda oyunların çok fazla bir kıymeti kalmıyor. Eğitim öğretimde oyunu ölçülü kullanmak lazım."* İngilizce. 2. *"Kontrollü ve planlı olduğu sürece yani önceden tasarlanarak eğitime dahil edildiği sürece çok katkısı olduğunu düşünüyorum. Ama burada şöyle bir risk te var kontrolsüz olarak sadece derse dahil edilirse faydalı olacağını düşünmüyorum."*

Uğurel ve Morali’nin (2008) çalışmasında; oyunun hem genel olarak bireyin eğitim hayatında(özellikle bilişsel gelişimde) hem de özelde matematik öğreniminde etkili ve fonksiyonel bir modern öğretme-öğrenme aracı olduğu ifade edilmiştir.

Araştırmanın dördüncü alt problemi olarak katılımcıların derslerinde eğitsel oyunları kullanıp kullanmadıklarına yönelik görüşleri incelenmiş, verilen cevaplar doğrultusunda elde edilen veriler analiz edilerek “Derslerde eğitsel oyunları kullanma” kategorisi altında “Eğitsel oyunları kullanma sıklığı” ve “Eğitsel oyunların seçimindeki kriterler” olmak üzere iki alt kategoriye ulaşılmıştır. Katılımcıların çoğunluğu eğitsel oyunları derslerinde "nadiren, zaman zaman ve genelde kullanıyorum” şeklinde ifadeler kullanmışlardır. Nadiren ve zaman zaman ifadelerini kullanan öğretmenler, eğitsel oyunları genellikle her ünite başına bir oyun düşecek şekilde kullandıklarını belirtirken, “genellikle kullanıyorum” ifadesini kullanan katılımcılar konunun özelliğine bağlı olarak hemen her derste kullandıklarını ifade etmişlerdir. Örneğin; İngilizce.1. *“Çok sık olmasa da zaman zaman kullanıyorum. O anki konunun amacına göre oyunları seçiyorum. Her ünite için kitaplarda tasarlanmış oyunlar var böylece iki üç haftada bir oyun oynatıyorum.”* Matematik.2. *“Çok fazla kullanmıyorum. Zihinleri çok yorulduğu zamanlarda kullanıyorum o da dinlenme amaçlı. Daha çok konuya göre oyunları seçiyorum.”*

“Derslerde eğitsel oyunları kullanma” kategorisinin diğer alt kategorisi ise “eğitsel oyunların seçimindeki kriterler” kategorisidir. Katılımcılar derslerinde kullandıkları eğitsel oyunların seçiminde birtakım kriterleri göz önünde bulundurduklarını ifade etmişleridir. Örneğin; Din Kült.2. *“Bilgileri pekiştirmek için özellikle oyunu kullanıyorum. Konuya göre seçiyorum oyunlarımı, okul kurallarına ve çevreye uygun olmasına göre, cinsiyete göre, yaş gurubuna göre, kültüre göre seçiyorum oyunlarımı. Kendi tasarladığım “istop” oyununu oynatıyorum daha çok.”* Sosyal Bilg.2. *“Çok sık olmamakla birlikte kullanmaya çalışıyorum. Konuya göre daha çok seçiyorum ya da kendi isteğime göre belirliyorum.”*

Seçilen oyunun dersin hedeflerine ve öğrencilerin düzeyine uygun olması gereklidir. Oyun sonunda çıkarılması gereken sonuç iyi tasarlanmalıdır. Aksi takdirde çocuk sadece oyun olarak ele alır ve hedeflenen mesajı alamaz. Eğitsel oyunları seçerken; hedef davranışları kazandıracak nitelikte olmasına, öğrencilerin yaşına, cinsiyetine uygun olmasına, sınıf ortamında uygulanacak nitelikte olmasına, öğrencilerce çabuk anlaşılır ve uygulanabilir olmasına, fazla zaman almamasına, öğrencilerin istedik davranışlar kazanmalarını sağlamasına, öğrencinin zevk almasına ve eğlenmesine dikkat edilmesi gerekmektedir. Eğitsel Oyunlar tekniği öğrenmeyi hızlandırır, ilgi uyandırır, güdüleyicidir, unutmayı azaltır, etkin katılımı özendirir (Erçetin, 2007).

Araştırmanı bir diğer dikkat çeken sonucu ise, oyun kriterlerini belirlemede öğretmenlerin o anki psikolojik durumlarının önemli olduğu görüşleridir. Örneğin; Müzik.1. *“Oyun seçimini yaparken aslında beni o anki psikolojim çok önemli sınıfın durumu da çok önemli çünkü her sınıfta o havayı yakalayamıyorsunuz. Sanırım konuya göre daha çok yapıyorum ama her konuya uymuyor bu yöntem. En sık tercih ettiğim oyun çocuğu öğretmen ve kukla yaparak oynatıyorum.”* Bu sonuç eğitim-öğretim sürecinde öğretmenin rolünün ne kadar önemli olduğunun bir göstergesidir.

Araştırmanın beşinci alt problemi olarak eğitsel oyunlar aracılığıyla hedeflenen kazanımların neler olduğuna yönelik katılımcıların görüşleri doğrultusunda verilen cevaplar analiz edilerek “Eğitsel oyunların hedefleri” kategorisi ve bu kategoriye ait kodlar elde edilmiştir. Katılımcıların verdikleri cevapların en çok olarak “Bilişsel gelişimi sağlama” kodunda yoğunlaşması, eğitsel oyunların eğitim-öğretim sürecinin temel hedeflerini gerçekleştirmede ne kadar önemli bir role sahip olduğunu göstermektedir. Örneğin; Müzik.2. *“Öğrenciyi derse motive etmeyi amaçlarım.” “Öğrencinin sosyalleşmesini ve öğrenmenin kalıcı hale gelmesini hedefliyorum.”* “Matematik.1. *“Empati kurmayı öğrenmelerini hedefliyorum öncelikle. Öğrenilenlerin pekişmesi. Yardımlaşarak eksik öğrenmeleri tamamlama.”* “Teknoloji Tasr.1. *“Belli disiplinleri kazandırmayı hedefliyorum. Doğru davranış alışkanlıklarını kazandırmayı hedefliyorum ve bu davranışların kazandırılması bu yolla mümkün diye düşünüyorum.”*

Araştırmanın altıncı alt problemi olarak katılımcıların eğitsel oyunlarla öğretim tekniği konusundaki yeterliliklerinin ne düzeyde olduğu sorusuna cevap aranmış ve katılımcıların vermiş oldukları cevapların analizi doğrultusunda “Öğretmen yeterliliği” kategorisi ve bu kategoriye ait kodlar oluşturulmuştur. Araştırma sonuçlarına göre, Beden Eğitimi ve Türkçe öğretmenleri dışındaki öğretmenler, lisans döneminde “eğitsel oyunlar” konusunda herhangi bir eğitim almadıklarını, bu nedenle eğitsel oyunları derslerinde kullanma açısından kendilerini yetersiz gördüklerini ifade etmişlerdir. Katılımcıların hepsi lisans döneminde öğretmen adaylarına “eğitsel oyunlar” konusunda eğitim verilmesi gerektiğini ifade etmiş ve bu eğitimlerin özellikle alana özgü olması gerektiğini vurgulamışlardır. Araştırmanın bir diğer önemli sonucu ise, katılımcıların hepsinin “eğitsel oyunlar” konusunda bir hizmet içi eğitim veya kursun verilmesi gerektiği noktasında görüş bildirmişlerdir. Örneğin; İngilizce.1. *“Temel bazı şeyler biliyorum ama çok yeterli olduğumu söyleyemem. Lisans döneminde böyle bir eğitim almadım. Öğretmen adaylarına lisans döneminde bu eğitimin verilmesi gerektiğini düşünüyorum.”* Matematik.4. *“Kendimi fazla*

yeterli görmüyorum. Lisans döneminde böyle bir eğitim almadım. Lisans döneminde öğretmen adaylarına böyle bir eğitim verilmeli çünkü öğrencilerin hepsi aynı şekilde öğrenemiyor hepsinin farklı bir öğrenme stili var belki öğrenciler oyunla öğretimle daha başarılı olabilir.” “Müzik.2. “Kendimi yeterli görmüyorum çünkü bu konuda eğitim almadım sadece doğaçlama bizim yaptığımız ve sürekliliği yok ve böyle olduğu için çok sık kullanmıyoruz. Lisans dönemindeki öğretmen adaylarına kesinlikle böyle bir eğitim verilmeli ve aday öğretmen eğitimi sürecinde de verilmeli ve bütün branşlara. Ayrıyeten hizmet içi eğitim seminerleri ve kursları da düzenlenmeli diye düşünüyorum.”

Araştırma sonuçlarına göre öğretmenlerin “eğitsel oyunlar” konusunda genel olarak iyi düzeyde literatür bilgisine sahip oldukları ancak uygulama sürecinde kendilerini yetersiz gördükleri ve bunun nedeninin ise lisans döneminde böyle bir eğitim almadıklarından kaynaklandığı, dolayısıyla ders sürecinde öğretmenlerin “eğitsel oyunları” yeterince kullanamadıkları ve öğretim tekniği açısından bu konuda yetersiz oldukları sonucuna ulaşılmıştır. Bir diğer önemli sonuç ise öğretmenlerin “eğitsel oyunlar” ile ilgili hizmet içi eğitim seminerleri veya kurslara ihtiyaçları olduğunu belirtmeleridir.

Sonuç olarak; öğrenci merkezli eğitim anlayışına göre düzenlenmiş olan bir eğitim sisteminde, öğrencinin eğitim sürecinde aktif olmasına, yaparak-yaşayarak öğrenmesine imkan sunan ve bütün gelişim alanlarına doğrudan hitap eden (bilişsel, duyuşsal, sosyal, devinimsel) en önemli öğretim tekniklerinden biri olan “eğitsel oyunlar” eğitim sürecinin en önemli argümanlarından biridir. Eğitimcilerin ise hedeflenen kazanımlara ulaşabilmede bu tekniği iyi derecede bilmesi ve uygulaması önemlidir. Bu araştırmanın, konu ile ilgili sonraki dönemlerde yapılacak olan çalışmalara yol göstermesi amaçlanmıştır.

- Konu ile ilgili okulların materyal ve fiziki şartlarını araştırarak çalışmalar yapılmalıdır
- Konunun bir diğer hedef gurubunu akademisyenlerin oluşturduğu bir çalışma yapılabilir.

KAYNAKLAR

- Akandere, M. (2013). *Eğitici okul oyunları*. Ankara: Nobel.
- Aslan, N. (1977). *Oyunla eğitim, 100 küçük oyun*. Ankara: Bilim Matbaası.
- Benigno, J. P., & Farrar, M. J. (2012). Determinants of Joint Attention in Young Siblings' Play. *Infant and Child Development*, 21(2), 160-174.
- Bulak, D. A., Emir, S., ve Avcı, C. (2006). Sosyal bilgiler öğretiminde eğitimsel oyunların erişkiye ve kalıcılığa etkisi. *Hasan Ali Yücel Eğitim Fakültesi Dergisi*, 2, 35-51.
- Büyükköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş., ve Demirel, F. (2013). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Charles, C. M. (2003). *Öğretmenler için piaget ilkeleri*. (çev. G. Ülgen). (4. baskı). Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Corbin, A., & Vigarello, J. J. C. G. (2008). *Bedenin tarihi 1, Rönesans'tan Aydınlanma'ya*. (çev.S. Özen). İstanbul: Yapı Kredi Yayınları.
- Coşkun, H., Akarsu, B., ve Kariper, İ. A. (2012). Bilim öyküleri içeren eğitimsel oyunların fen ve teknoloji dersindeki öğrencilerin akademik başarılarına etkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi (KEFAD)*, 13 (1), 93-109.
- Creswell, J.,W. (2014). *Araştırma yaklaşımının seçimi*. Demir, A.B. (Ed.). Nitel, Nicel ve Karma Yöntem Yaklaşımları Araştırma Deseni. Ankara: Eğiten
- Demirel, Ö. (2015). *Öğretim ilke ve yöntemleri öğretme sanatı*. Ankara: Pegem Akademi Dempsey, J. V.,Haynes, L. L., Lucassen, B. A., Casey, M. S. (2002). Forty simple computer games and what they could mean to educators. *Simulationand Gaming*,33(2),157-168.
- Er, A. (2008). Çocuklara yabancı dil öğretiminde sınıf içi etkinlik olarak oyun kullanımı. *KKEFD*, 17, 301-310.
- Erçetin, Ş. (2007). *KPSS eğitim bilimleri*. Ankara: Arın Yayınları.
- Erden, M. (1996). *Sosyal bilgiler öğretimi*. Ankara: Alkım Kitabevi.
- Ertürk, S. (1979). *Eğitimde program geliştirme*. Ankara: Yelkenetepe Yayınları.
- Gürsoy, A. ve Arslan, M. (2011). *Eğitimsel oyunlar ve etkinliklerle yabancılara Türkçe öğretim yöntemi*. 1st International Conference on Foreign Language Teaching and Applied Linguistics Sarajevo, 177-185.
- Hallowell, E. M., ve Ratey, J. J. (2013). *Dikkat eksikliği bozukluğu: çocuktan yetişkinliğe dikkat eksikliği bozukluğunu tanımak ve onunla başa çıkmak*. (çev. İ. K. Yücel). İstanbul: Pozitif Yayınları.
- Hanbaba, L., ve Bektaş, M. (2010). Oyunla öğretim yönteminin hayat bilgisi dersi başarısı ve tutumuna etkisi. *Abant İzzet Baysal Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 12 (1), 115-128.
- Hazar, M. (2000). *Beden eğitimi ve sporda oyunla eğitim*. Ankara: Tutibay.
- Karağaçlı, M. (2011). *Öğretimde kuramlar ve yaklaşımlar*. Ankara: Sage Yayıncılık.
- Kirriemuir, J. ve McFarlane, A. (2004). Literature review in games and learning, report 8, Futurelabseries. [http://admin.futurelab.org.uk/resources/documents/lit_reviews/Games_Review.pdf], Erişim Tarihi: 27 Eylül 2016.
- Koçyiğit, S., Tuğluk, M. N. ve Kök, M. (2007). Çocuğun gelişim sürecinde eğitimsel bir etkinlik olarak oyun. *Kazım Karabekir Eğitim Fakültesi Dergisi*, (16), 324-342.
- Kukul, V. (2013). *Eğitimsel dijital oyunlar kuram, tasarım ve uygulama: Oyunla ilgili tarihsel gelişim ve yaklaşımlar*. (s.20-31). M. A. Ocak (Eds.) içinde. Ankara: Pegem
- Lou, Y., Abrami, P., & D'Apollonia, S. (2001). Small group and individual learning with technology: a meta-analysis. *Review of Educational Research*, 71(3), 449-521.
- Mackey, A. P., Hill, S. S., Stone, S. I., & Bunge, S. A. (2011). Differential effects of reasoning and speed training in children. *Developmental Science*, 14(3), 582-590. [<http://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/j.1467-7687.2010.01005.x>], Erişim Tarihi: 04.02.2016.

- MEB. (2002). *Öğretmen yeterlilikleri. öğretmen yetiştirme ve eğitimi genel müdürlüğü*. Ankara: Milli Eğitim Basımevi.
- Miles, M.B., & Huberman, A. M. (1994), *Qualitative data analysis. international educational and professional publisher*. Thousand Oaks London New Delhi: SAGE
- Nicolopoulou, A. (2004). Oyun, bilişsel gelişim ve toplumsal dünya: piaget, vygotsky ve sonrası. (çev. M. T. Bağlı). *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 37 (2), 137-169.
- Pehlivan, H. (2012). *Oyun ve öğrenme*. Ankara: Anı.
- Rosas, R., Nussbaum, M., Cumsille, P., Marianov, V., Correa, M., Flores, P., Grau, V., Lagos, F., López, X., López, V., Rodriguez, P. & Salinas, M. (2003). Beyond Nintendo: design and assessment of educational video games for first and second grade students. *Computer & Education*, 40 (1), 71-94.
- Sarahan, B. M. (2015). *Nitel araştırma desen ve uygulama için bir rehber*. Selahattin Turan (Eds). Ankara: Nobel.
- Tamer, K., ve Pulur, A. (2001). *Beden eğitimi ve sporda öğretim yöntemleri*. Ankara: Kozan Ofset Mat. San. ve Ti. Ltd. Ş.
- Uğurel, I., ve Moralı, S. (2008). Matematik ve oyun etkileşimi. *GÜ, Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 28(3), 75-98.
- Yıldırım, H., ve Şimşek, A. (2012). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.

Türkiye Süper Ligi'nin Veri Zarflama Analizi ile Değerlendirilmesi

Evaluation of the Turkish Super League with Data Envelopment Analysis

ORİJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Ertuğrul AYYILDIZ¹,

Miraç MURAT²

¹Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul

ORCID:0000-0002-6358-7860

²Karadeniz Teknik Üniversitesi, Trabzon

ORCID:0000-0001-9980-9608

Öz

Milattan önce üçüncü yüzyılda Çin'de ortaya çıkan futbol günümüzde de tüm dünya tarafından ilgiyle takip edilen bir spordur. Taşıdığı sembolik değerlerle ve yarattığı rekabetlerle birlikte günlük hayatın bir parçası haline gelen futbol artık bir endüstriyel alana dönüşmüştür. Hızla artan ilgi beraberinde yatırımları da getirmiştir. Bu gelişmelerle tüm dünyayla birlikte Türkiye'de de futbol piyasası büyümüştür. Ligimizin yayın hakkı yayıncı kuruluş tarafından 2016 yılında 600 milyon dolara satın alınmıştır. Bu da ülkemizdeki futbol ekonomisinin büyüklüğünü ortaya koymaktadır. Çalışma kapsamında futbol ekonomimizin en önemli paydaşları olan Türkiye Süper Ligi'nde yer alan 18 futbol kulübünün 2012-2013 ve 2016-2017 sezonları arasında kalan 5 sezonluk performansı veri zarflama analizi ile incelenerek etkinlikleri ölçülmüştür. Çeşitli finansal (transfer harcaması, yayın gelirleri vb.) ve spor (transfer sayısı, toplam puan vb.) ile ilgili veriler girdi ve çıktı olarak kullanılarak etkinlik değerleri elde edilmiştir. Sonuçlar incelenerek etkin ve etkin olmayan kulüpler bulunmuştur. Bu çalışmanın sonucunda kulüplerin performanslarını değerlendirilerek, geliştirilmeye açık yönlerin belirlenmesi ya da problemleri kısımların düzeltilmesi anlamında kulüp yöneticilerine etkinliklerini arttıracak aksiyonları gösterebilmek amaçlanmıştır.

Anahtar Kelimeler: Futbol, Türkiye Süper Ligi, Veri Zarflama Analizi.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 25.01.2018

Kabul Tarihi: 30.06.2018

Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

Football emerged in China in the third century B.C, is a sport that is followed by all around the world today. Football, which has become part of everyday life with the symbolic values it carries and the competition it creates, has now become an industrial area. Rapidly growing interest has also brought investments. With these developments in Turkey together with the entire world of football market also grew. The broadcastin rights of the league were purchased by the broadcaster in 2016 for 600 million dollars. This reveals the size of the football economy in our country. Within the scope of this study, 5 seasonal performances between 2012-2013 and 2016-2017 of 18 football clubs which are most important stakeholders in our football economy located in Turkish Super League were examined by data envelopment analysis and their efficiency scores were determined. Efficiency scores were obtained by using the data related to various financials (transfer expenditure, broadcasting income etc.) and sports (number of transfers, total points, etc.) as input and output. The results were examined and active and inactive clubs were found. As a result of this study, it is aimed to evaluate the performances of the football clubs, to develop their clubs or to show the actions that will increase the activities to the club managers in the sense of correcting the problematic parts.

Key Words: Football, Turkish Super League, Data Envelopment Analysis.

¹ Sorumlu yazar: Ertuğrul Ayyıldız, ertugrulayyildiz@ktu.edu.tr

GİRİŞ

Günümüzde futbol, tüm dünyada gencinden yaşlısına milyonlarca bireyin ilgiyle takip ettiği bir spor haline gelmiştir. Taraftarlar takımlarının kazanmasını arzularken, futbol kulüpleri sahada başarılı sonuçlar elde edebilmek için futbol oynarlar. Fakat bazen sahada başarı elde etmek, milyar dolarlar düzeyinde büyüklüğü olan futbol piyasasında maddi başarıya dönüşemez. Bu dönüşümü gerçekleştiremeyen kulüplerin saha performansı maddi nedenlerden etkilenecek gelecek dönemlerde başarısızlığa dönüşebilir. Bu durumdaki kulüpler bazen ligden düşerken, kimi durumlarda ise kapanma noktasına gelebilmektedirler. Bu nedenle, saha performansı ve ekonomik performans arasındaki bağlantı, futbol kulüplerinin rekabet gücü için büyük önem taşır (Szymanski ve Kuypers, 2000). Bu konularda karar verici durumunda olan spor yöneticilerinin bir kısmı işin ekonomik kısmına odaklanarak karı maksimize etmeyi amaçlarken, bir kısmı ise taraftar olmalarının da verdiği heyecanla duygusal davranarak sportif başarıya odaklanırlar ve ellerinde kaynakları bu yönde kullanırlar. Vrooman (2000)'a göre ise spor yöneticilerinin yapması gereken, her iki faktörü de göz önünde bulundurarak sportif başarıyı üst düzeyde tutarken kulüplerinin karlılığını da devam ettirebilmektir. Talimciler (2008)'e göre futbol artık sadece spor olmaktan çıkarak endüstriyel bir hal almıştır. Bu bağlamda futbol kulüplerinin performanslarının değerlendirilmesi ilgi çekici bir konu haline gelmiştir. Haas (2003) dünyanın en çok izlenen futbol ligine sahip olan İngiltere'de yer alan kulüplerin performans değerlendirmesini yaparken, Garcia-Sanchez (2007) de büyük kulüplerin yer aldığı İspanya ligi için performans değerlendirmesi yapmıştır. Barros ve Douvis (2009) ise daha düşük bütçeli takımların yer aldığı Yunanistan ve Portekiz kulüpleri incelediği bir çalışma gerçekleştirmiştir. Bahsedilen bu çalışmaların tamamında veri zarflama analizi (VZA) kullanılmıştır. VZA yönteminin ilk izleri 1951 yılına (Debreu, 1951) dayanırken, yöntem Farrell (1957) tarafından geliştirilmiş ve Charnes, Cooper ve Rhodes (1978) tarafından konsolide edilmiştir. VZA'da matematiksel programlama teknikleri kullanılarak çok sayıda benzer girdi ve çıktılar kullanılarak karar verme birimlerinin etkinlikleri değerlendirilir. VZA'nın en önemli avantajı, girdi ve çıktı ağırlıklarının analizi tarafından belirleniyor olmasıdır. Ayrıca, VZA araştırmacıların birden çok girdiyi birden fazla çıktıya dönüştürme, birimlerin verimliliğini araştırmakla ilgilendiği ve parametrik bir analizi engelleyen gözlemlerin az sayıda olduğu durumlarda özellikle uygundur.

VZA, birçok farklı alanda performans değerlendirilmesinde kullanılan başlıca tekniklerdendir. Yöntemin kullanıldığı bazı alanlar; bankacılık (Sherman ve Gold, 1985), sağlık

(Besen 1994), tekstil (Chandra, Cooper, Li ve Rahman, 1998), finans (Berger ve Humprey 1997), otomotiv (Bakırcı, 2006), tedarik zinciri (Tektaş ve Tosun 2010), enerji (Reilly, Davidson, Nozick, Chen ve Guikemea, 2016) şeklinde özetlenebilir. VZA karar verme birimlerinin (örneğin futbol kulüpleri) birbirleriyle kıyaslanmasını sağlayan bir doğrusal programlama tekniğidir (Barros ve Leach, 2006). Bu kıyaslama sonucunda karar verme birimlerinin (KVB) verimlilikleri tespit edilir. Aynı zamanda, VZA verimsiz KVB'ler için de potansiyel iyileştirmeler sunmaktadır (Charnes, Cooper, Lewin ve Seiford, 2013).

Yapılan bu çalışmada, VZA teknikleri kullanılarak Türkiye Süper Ligi'nde yer alan kulüplerin performansları değerlendirilmiştir. Türkiye Futbol Federasyonu'nun resmi sitesinden alınan veriler kullanılarak yapılan değerlendirmede kulüpler için 3 farklı başarı faktörü değerlendirilmiştir. Bunlar sportif başarı, ekonomik başarı ve taraftar ilgisi başlıkları altında toplanabilir.

Futbolun finansal yönünü de içine alan çalışmalar genelde iki farklı kategoride yoğunlaşmaktadır. Birincisi futbol kulüplerinin ekonomik ve finansal yapılarının incelenmesi, ikincisi ise futboldaki sportif başarının, finansal performans üzerindeki etkisinin incelenmesi üzerinedir (Çatı, Es ve Özevin, 2017). Yapılan bu çalışmada ise literatürden farklı olarak, diğer ülkelerin ligleri için yapılan çalışmalar taranmış, Türkiye için kullanılabilir olanları tespit edilmiş ve Türkiye Süper Ligi için daha önce yapılmamış bir değerlendirme ortaya çıkartılmıştır.

VZA çok farklı alanlarda kullanılabilen bir teknik olmakla birlikte, futbol kulüplerinin etkinliklerini değerlendirmek için de sıkça başvurulan bir tekniktir. Çalışmamıza kaynak olması amacıyla literatür taraması sonucu 22 farklı çalışma ilgi çekici bulunmuştur. Ortak noktası aynı turnuvada yarışan takımlar için yapılması olan bu çalışmalardan dikkat çekenleri temel özellikleriyle aşağıda kısaca özetlenmiştir.

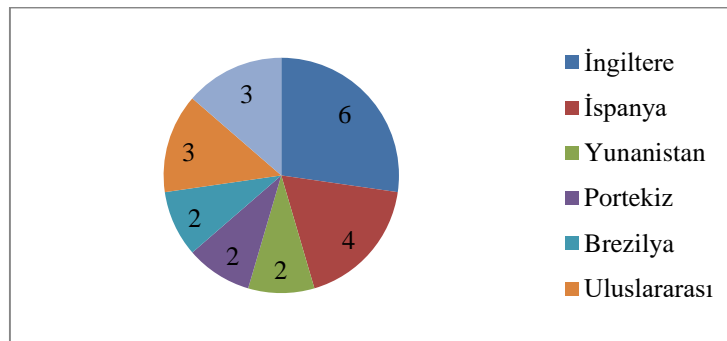
Yenilikçi çalışmalardan birini gerçekleştiren Haas (2003), 2000-2001 yılında İngiltere Ligi'nde yer alan 20 takım için VZA tekniğini uygulayarak değerlendirme yapmıştır. Personel maaşları ve yerel nüfusu girdi olarak belirleyip, bu girdiler sonucunda lig sonunda elde edilen puan, stada gelen seyirci sayısı ve elde edilen gelirleri de çıktı olarak belirlemiştir.

Picazo-Todeo ve Gonzalez-Gomez (2009) İspanya Ligi takımlarına odaklandıkları çalışmada futbol kulüplerinin lig maçları dışında yaptıkları maç (Avrupa kupaları, yerel kupalar) sayısı arttıkça sportif performanslarının düştüğü kanısına varmışlardır.

Barros, Assof ve Sa-Earp (2010) çalışmalarında 2006-2008 yılları arasında Brezilya'nın en üst liginde yer alan kulüplerin performanslarını ele almışlardır. Farklı VZA tekniklerini de kullandıkları çalışmalarında, farklı tekniklerin sonuçları arasında çok büyük farklar olmadığını görmüşlerdir. Ayrıca kulüp performanslarının da oldukça yetersiz olduklarını tespit etmişlerdir.

Djordevic, Vujosevic ve Martic (2015) 2010 dünya kupasında oynanan maçlarda takımların maç içi istatistiklerini (şut, pas vb.) ele alarak çok aşamalı VZA teknikleri uygulamışlardır. Yazarlar çalışmalarında, faktör indirgeme teknikleri kullanarak girdi ve çıktıları belirlemişlerdir.

Ele alınan bu 22 çalışmada değerlendirilmede bulunan ligler Grafik 1'de özetlenmiştir. İncelenen çalışmaların büyük bir kısmının dünyanın en çok izlenen iki ligi olan İngiltere ve İspanya liglerine odaklandığı görülmektedir (Haas, 2003; Barros ve Leach, 2006; Garcia-Sanchez, 2007; Guzman ve Morrow, 2007; Barros ve Douvis, 2009; Picazo-Todeo ve Gonzalez-Gomez, 2009; Gonzalez-Gomez ve Picazo-Todeo, 2010; Barros ve ark, 2010; Barros, ve Garcia-del-Barrio, 2011; Kern, Schwarzmam ve Wiedenegger, 2012; Ribeiro ve Lima, 2012; Halkos & Tzeremes, 2013; Kulikova ve Goshunova, 2013; Kounetas, 2014; Kulikova ve Goshunova, 2014; Flegl, 2014; Rubem ve Brandao, 2015; Roboredo, Aizemberg ve Meza, 2015; Djordevic ve ark, 2015; El-Demerdash, El-Khodary, El-Demerdash ve ark, 2016; Zambom-Ferraresi, Lera-López ve Iráizoz, 2017; Zambom-Ferraresi, García-Cebrián, Lera-López ve Iráizoz, 2017)



Grafik 1. İncelenen çalışmalarda ele alınan ligler

İncelenen çalışmalarda kullanılan girdi ve çıktı değişkenleri farklılıklar göstermekle birlikte en sık karşılaşılan girdi ve çıktı değişkenleri Tablo 1'de özetlenmiştir. Tablodan da görüleceği üzere girdiler üzerinde çeşitlilik fazlayken; çıktı olarak genellikle puan, seyirci sayısı ve gelir kullanılmıştır.

Tablo 1. İncelenen çalışmalarda kullanılan girdi ve çıktı değişkenleri

Değişken	Tür	Karşılaşma Sayısı
Maaş	Girdi	7
Oyuncu Sayısı	Girdi	6
Takım Değeri	Girdi	6
Transfer Harcaması	Girdi	5
Transfer Sayısı	Girdi	5
Sezon Sayısı	Girdi	4
Yerel Nüfus	Girdi	3
Puan	Çıktı	11
Seyirci Sayısı	Çıktı	9
Gelir	Çıktı	7
Sıralama	Çıktı	2

VERİ ZARFLAMA ANALİZİ

VZA modelleri temel olarak kesirli programlama şeklinde ifade edilmektedir. Kesirli programlama modellerinin çözümü için Simpleks algoritmasına benzer standart bir yöntem bulunmamaktadır. Fakat oluşturulan kesirli matematiksel modelin özelliklerinden yola çıkılarak model doğrusal programlama modeli şeklinde ifade edilebilir. Böylece VZA modeli standart bir yöntem yardımı ile çözülebilir (İçöz ve Sönmez, 2014).

VZA ölçeğe göre sabit ve değişken getiri olmak üzere ikiye, bu getirilerin durumlarına göre de üçe ayrılmaktadır. Karar vericinin girdi ve çıktıdan hangisinin üzerine denetimi varsa ona yönelik bir modelleme yapılmaktadır. Ölçeğe göre sabit getiri koşulunda Charnes Cooper Rhodes (CCR) modeli, ölçeğe göre değişken getiri koşulunda ise Banker, Charnes, Cooper (BCC) modeli kullanılmaktadır.

Ölçeğe Göre Sabit Getiri (CCR)

Charnes, Cooper, Rhodes tarafından 1978 yılında ilk kez ABD'deki devlet okullarının verimlilik kıyaslamasını yaparak geliştirilen yöntem, isimlerinin baş harflerinden oluşan CCR modeli şeklinde ifade edilmektedir. CCR yöntemi, regresyon analizinin doğrudan uygulanmadığı,

çok girdinin ve çok çıktının bulunduğu yerlerde girdi ve çıktıların ağırlıklandırılması ile genel bir kıyaslama yapmayı sağlar. Ortaya atıldığında amacı kar elde etmek olmayan bu yöntem toplam etkinlik bulunurken kullanılmaktadır. Bu yöntemde girdi ve çıktının birden fazla olması durumunda etkinlik oranını maksimize edebilecek sanal girdi ve çıktı hesaplanmaktadır. Karar verme biriminin etkinliği en fazla 1 olacak şekilde, ağırlıklandırılmış çıktı / ağırlıklandırılmış girdi olarak ölçülmektedir. CCR yönteminin matematiksel modelleri Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. CCR Modelleri

Girdiye Yönelik CCR Modeli	Çıktıya Yönelik CCR Modeli
Kesirli Model	Kesirli Model
$E_k = \max \frac{(\sum_{r=1}^p u_r Y_{rk})}{(\sum_{i=1}^m v_i X_{ik})} \leq 1$ $u_r \geq \varepsilon, v_i \geq \varepsilon$	$E_k = \min \frac{(\sum_{i=1}^m v_i X_{ik})}{(\sum_{r=1}^p u_r Y_{rk})} \geq 1$ $u_r \geq \varepsilon, v_i \geq \varepsilon$
Doğrusal Model	Doğrusal Model
$E_k = \max \sum_{r=1}^p u_r Y_{rk}$ $\sum_{i=1}^m v_i X_{ik} = 1$ $\sum_{r=1}^p u_r Y_{rj} - \sum_{i=1}^m v_i X_{ij} \leq 0$ $u_r \geq \varepsilon, v_i \geq \varepsilon$	$E_k = \min \sum_{r=1}^m v_i X_{ik}$ $\sum_{r=1}^p u_r Y_{rk} = 1$ $\sum_{r=1}^p u_r Y_{rj} - \sum_{i=1}^m v_i X_{ij} \leq 0$ $u_r \geq \varepsilon, v_i \geq \varepsilon$
Zarflama Modeli	Zarflama Modeli
$E_k = \min \alpha - \varepsilon \sum_{i=1}^m S_i^- - \varepsilon \sum_{r=1}^p S_r^+$ $\sum_{j=1}^n X_{ij} \lambda_j + S_i^- - \alpha X_{ik} = 0$ $\sum_{j=1}^n Y_{rj} \lambda_j - S_i^+ - Y_{rk} = 0$ $\lambda_j \geq 0, S_i^- \geq 0, S_r^+ \geq 0$	$E_k = \max \beta + \varepsilon \sum_{i=1}^m S_i^- + \varepsilon \sum_{r=1}^p S_r^+$ $\sum_{j=1}^n X_{ij} \lambda_j + S_i^- - X_{ik} = 0$ $\sum_{j=1}^n Y_{rj} \lambda_j - S_i^+ - \beta Y_{rk} = 0$ $\lambda_j \geq 0, S_i^- \geq 0, S_r^+ \geq 0$

Modellerin çözümüne göre $E_k = 1$ olduğu zaman etkinliği ölçülmek istenen karar verme biriminin etkin olduğu sonucuna ulaşılır. Diğer durumlarda karar verme birimi etkin değildir denmektedir.

Ölçeğe Göre Değişken Getiri (BCC)

1984 yılında Banker, Charnes, Cooper tarafından ilk kez ortaya atılarak, ismini geliştirenlerin adlarının baş harflerinin birleşiminden alan BCC modeli oluşturulmuştur. BCC modellerinin CCR modellerinden tek farkı ölçeğe göre sabit getiri yerine değişken getiri sağlamasıdır. Yöntemde kullanılan matematiksel modeller Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3. BCC Modelleri

Girdiye Yönelik BCC Modeli	Çıktıya Yönelik BCC Modeli
Kesirli Model	Kesirli Model
$E_k = \max \frac{(\sum_{r=1}^p u_r Y_{rk} - \mu_0)}{(\sum_{i=1}^m v_i X_{ik})} \leq 1$	$E_k = \min \frac{(\sum_{i=1}^m v_i X_{ik} - \mu_0)}{(\sum_{r=1}^p u_r Y_{rk})} \geq 1$
$u_r \geq \varepsilon, v_i \geq \varepsilon, \mu_0: \text{Serbest}$	$u_r \geq \varepsilon, v_i \geq \varepsilon, \mu_0: \text{Serbest}$
Doğrusal Model	Doğrusal Model
$E_k = \max \sum_{r=1}^p u_r Y_{rk} - \mu_0$	$E_k = \min \sum_{r=1}^m v_i X_{ik} - \mu_0$
$\sum_{i=1}^m v_i X_{ik} = 1$	$\sum_{r=1}^p u_r Y_{rk} = 1$
$\sum_{r=1}^p u_r Y_{rj} - \sum_{i=1}^m v_i X_{ij} - \mu_0 \leq 0$	$\sum_{r=1}^p u_r Y_{rj} - \sum_{i=1}^m v_i X_{ij} + \mu_0 \leq 0$
$u_r \geq \varepsilon, v_i \geq \varepsilon, \mu_0: \text{Serbest}$	$u_r \geq \varepsilon, v_i \geq \varepsilon, \mu_0: \text{Serbest}$
Zarflama Modeli	Zarflama Modeli
$E_k = \min \alpha - \varepsilon \sum_{i=1}^m S_i^- - \varepsilon \sum_{r=1}^p S_r^+$	$E_k = \max \beta + \varepsilon \sum_{i=1}^m S_i^- + \varepsilon \sum_{r=1}^p S_r^+$
$\sum_{j=1}^n X_{ij} \lambda_j + S_i^- - \alpha X_{ik} = 0$	$\sum_{j=1}^n X_{ij} \lambda_j + S_i^- - X_{ik} = 0$
$\sum_{j=1}^n Y_{rj} \lambda_j - S_i^+ - Y_{rk} = 0$	$\sum_{j=1}^n Y_{rj} \lambda_j - S_i^+ - \beta Y_{rk} = 0$
$\sum_{j=1}^m \lambda_j = 1$	$\sum_{j=1}^n \lambda_j = 1$
$\lambda_j \geq 0, S_i^- \geq 0, S_r^+ \geq 0$	$\lambda_j \geq 0, S_i^- \geq 0, S_r^+ \geq 0$

Modellerin çözümüne göre $E_k = 1$ olduğu zaman etkinliği ölçülmek istenen karar verme biriminin etkin olduğu sonucuna ulaşılır. Diğer durumlarda karar verme birimi etkin değildir denmektedir.

VZA'nın literatürde yer edinmesini takiben, yöntemin temel kavram ve prensipleri modelin çeşitlenmesini getirmiş, CCR oran modeli, BCC ölçeğe göre getiri modeli, toplamalı model ve çarpmalı model olmak üzere 4 ana model geliştirilmiş ve kullanılmıştır (Aslankaraoğlu, 2006).

UYGULAMA

Çalışmada kullanılan değişkenler belirlenirken, literatürde en sık rastlanan değişkenlere odaklanılmıştır. Ayrıca Türkiye Ligi için belirleyici olduğu düşünülen değişkenler de çalışmaya dahil edilmiştir. Değişkenler belirlenirken Türkiye Süper Ligi'nde yer alan kulüplerin 2012-2013 ile 2016-2017 yılları arasındaki 5 sezon verileri aritmetik ortalamaları alınarak kullanılmıştır. Kıyaslamamanın daha gerçekçi olması amacıyla belirlenen sezonlar arasında en az 3 sezon oynayan kulüpler çalışmaya dahil edilmiştir. Kullanılan değişkenler aşağıda sıralanmıştır.

Takım Değeri: Kulüplerin performansları belirlenirken, sportif başarının en önemli aktörleri kuşkusuz sahada mücadele eden futbolculardır. Sahada mücadele eden takımın kalitesinin de toplam takım değeriyle örtüştüğü söylenebilir. Bu bağlamda takım değeri *girdi* olarak kullanılmıştır. Kullanılan veriler ilgili sezonlar için www.transfermarkt.de sitesinden elde edilmiştir. 5 sezonluk ortalama değer kullanılmıştır.

Transfer Harcaması: Futbol kulüplerinin kuşkusuz en büyük bütçe ayırdığı konu futbolcu transferleridir. Sezon için en büyük yatırım olarak görülen transfer harcaması *girdi* olarak kullanılmıştır. Kullanılan veriler ilgili sezonlar için www.transfermarkt.de sitesinden elde edilmiştir. 5 sezonluk toplam harcama kullanılmıştır.

Transfer Sayısı: Yapılan transferlerin toplam harcaması kadar, takıma katılan oyuncu sayısı da kuşkusuz oldukça önemlidir. Kimi zaman bedelsiz yapılan transferleri de çalışmaya katmak için yapılan transfer sayısı da çalışmaya *girdi* olarak dahil edilmiştir. Takım uyumunda da önemli bir rol oynayan transfer sayısı ile ilgili veriler Türkiye Futbol Federasyonu (TFF)'nin resmi sitesinden (www.tff.org) elde edilmiştir. Elde edilen veriler 5 yıllık toplam transfer sayısı şeklinde çalışmada kullanılmıştır.

Sezon Sayısı: Futbolda ekonomik ve sportif başarı için önemli unsurlardan biri de istikrardır. İstikrarlı futbol kulüplerinin daha başarılı olması beklenmektedir. Bu bağlamda futbol kulüplerinin, ele alınan sezonların kaçında mücadele ettiği de *girdi* olarak çalışmaya dahil edilmiştir. Veriler TFF'nin resmi sitesinden elde edilmiştir.

Stadyum Kapasitesi: Seyircilerin futbol kulüpleriyle bulunduğu nokta stadyumlardır. Ne kadar seyircinin gelebileceği de stadyum kapasitesi ile belirlenmektedir. Bu nedenle modele *girdi* olarak dahil edilmiştir. Veriler TFF'nin resmi sitesinden elde edilmiştir. Stadyum kapasitesi belirlenirken, 5 yıl süresince stadyum değiştiren kulüpler bulunduğu için 5 yıllık ortalama kapasite kullanılmıştır.

Puan: Sportif başarının en büyük ölçütü belki de futbol kulüplerinin sezon boyunca topladığı puanlardır. Literatürde yer alan çalışmalar incelendiğinde de *çikti* olarak kullanılabilir. Değişkenler üzerinde hem fikir olunan bir faktör olan puan çalışmaya *çikti* olarak dahil edilmiştir. Veriler TFF'nin resmi sitesinden elde edilmiş, 5 sezonluk toplam puan kullanılmıştır.

Yayın Geliri: Türkiye'deki sistemde sportif performans ve kulüp tarihiyle ilişkili bir düzenleme ile dağıtılan yayın geliri, kulüplerin en büyük gelir kaynağını oluşturmaktadır. Bu bağlamda yayın geliri çalışmaya *çikti* olarak dahil edilmiştir. Veriler TFF'nin resmi sitesinden elde edilmiştir.

Seyirci Sayısı: Sahada oynanan oyunun kalitesi stadyuma gelen seyirci sayısı ile ilgilidir. Ayrıca maç günü gelirleri de kulüplerin önemli gelir başlıklarından biridir. Çalışmada *çikti* olarak ele alınan seyirci sayısı verileri www.transfermarkt.de sitesinden elde edilmiştir. 5 sezon boyunca stadyuma gelen toplam seyirci sayısı kullanılmıştır.

Transfer Geliri: Günümüzde futbolcu satışları çok büyük değerlerle gerçekleştirilmektedir. Son yıllarda Türkiye'de de futbol kulüpleri futbolcu satışlarından ciddi gelirler elde etmektedir. Bu nedenle çalışmaya *çikti* olarak dahil edilen transfer geliri verileri www.transfermarkt.de sitesinden elde edilmiştir. Transfer gelirleri hesaplanırken, ilgili sezonun sonundaki transferler dikkate alınmıştır.

Çalışmada kullanılan 5 girdi ve 4 çıktının değişken değerleri Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 4. Kullanılan değişken değerleri

Kulüp	Takım Değeri (milyon ₺)	Transfer Sayısı	Transfer Harcaması (milyon ₺)	Sezon Sayısı	Kapasite (bin kişi)	Seyirci Sayısı (bin kişi)	Yayın Geliri (milyon TL)	Puan	Transfer Geliri (milyon ₺)
Akhisar Belediyespor	28.83	77	1.53	5	16597	294.94	196.21	218	7.61
Antalyaspor	41.74	76	4.57	4	18194	470.78	172.82	181	5.77
A. Konyaspor	30.53	59	4.29	4	29716	1000.55	193.08	197	9.94
Başakşehir FK	49.75	41	18.71	4	37357	193.50	235.53	227	18.85
Beşiktaş	126.59	56	61.45	5	34097	1744.51	429.32	345	55.05
Bursaspor	65.63	65	18.38	5	29195	1064.45	210.95	240	37.21
Çaykur Rizespor	32.36	63	8.64	4	15300	294.33	160.39	151	2.20
Eskişehirspor	46.13	66	5.02	4	13520	425.33	116.09	157	17.05
Fenerbahçe	167.13	36	112.93	5	50509	2407.05	469.27	347	57.56
Galatasaray	157.72	51	118.63	5	52600	2299.16	450.60	328	53.72
Gaziantepspor	36.96	93	5.80	5	20285	384.80	171.73	185	5.83
Gençlerbirliği	39.00	77	14.08	5	19209	359.50	194.45	221	10.61
Karabükspor	36.31	67	7.80	4	12400	226.14	148.22	161	4.45
Kasımpaşaspor	46.92	60	22.90	5	14234	238.19	204.45	231	11.00
Kayserispor	40.10	70	9.38	4	32864	570.60	150.43	153	12.44
Mersin İY	28.91	51	1.57	3	22423	266.72	77.05	90	1.26
Sivasspor	41.55	64	8.01	4	15060	443.20	123.88	164	4.36
Trabzonspor	97.79	72	62.53	5	24169	1080.51	263.13	247	40.00

Girdi ve çıktı değişkenlerinin belirlenmesinin ardından, ilgilenilen 5 sezonda en az 3 sezon ligde bulunan 18 futbol kulübü belirlenmiştir. Futbol kulüplerinin ellerindeki potansiyel girdiyi maksimum kar ve sportif başarıya dönüştürmeyi amaçlamalarından dolayı VZA için uygun model çıktı yönlü olarak seçilmiştir. Türkiye Ligi'nde yer alan futbol kulüplerinin toplam etkinlik sonuçları (performans değerlendirmeleri) CCR modeli kullanılarak belirlenmiş, ardından BCC modeli ile de bileşenlerine ayrılmıştır. Her iki aşamada da çıktı yönlü modeller tercih edilmiştir. 18 futbol kulübünün teknik etkinlik sonuçları BCC modeli vasıtasıyla hesaplanmış, ölçek etkinlik sonuçları ise toplam etkinlik sonuçlarının teknik etkinlik sonuçlarına oranlaması ile elde edilmiştir. 18 futbol kulübü ve bu kulüplerin etkinlik sonuçları Tablo 5'te verilmiştir.

Tablo 5. Etkinlik Sonuçları

Kulüp	Toplam Etkinlik	Teknik Etkinlik	Ölçek Etkinlik
Akhisar Belediyespor	1	1	1
Antalyaspor	0.981	1	0.981
Atiker Konyaspor	1	1	1
Başakşehir FK	1	1	1
Beşiktaş	1	1	1
Bursaspor	1	1	1
Çaykur Rizespor	0.893	1	0.893
Eskişehirspor	1	1	1
Fenerbahçe	1	1	1
Galatasaray	0.993	0.998	0.995
Gaziantepspor	0.805	0.824	0.977
Gençlerbirliği	0.952	0.955	0.996
Karabükspor	0.947	1	0.947
Kasımpaşaspor	1	1	1
Kayserispor	0.761	0.831	0.916
Mersin İY	0.770	1	0.770
Sivasspor	0.951	1	0.951
Trabzonspor	1	1	1

Tablo 5'ten görülebileceği üzere 9 futbol kulübü toplam etkin, 14 futbol kulübü teknik etkin ve 9 futbol kulübü de ölçek etkinliğine sahiptirler. Etkinlik sonuçlarına göre toplam etkinlik ortalaması %94, teknik etkinlik ortalaması %98, ölçek etkinlik ortalaması ise %97 olarak hesaplanmıştır. Çalışmada ele alınan futbol kulüplerinin oldukça yüksek etkinlik değerine sahip olduğu söylenebilir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Türkiye Süper Ligi'nde yer alan kulüplerin etkinlikleri, VZA yönteminin en temel iki modeli olan CCR ve BCC modellerinin çıktı yönelimli yapıları kullanılarak belirlenmiştir. Yapılan analiz sonucunda değerlendirmeye tabi tutulan 18 futbol kulübünün, 9'u toplam etkin, 14'ü ise teknik etkin olarak tespit edilmiştir. Sonuçlar incelendiğinde, toplam etkinliğe sahip kulüplerin aynı zamanda ölçek etkinliğine de sahip olduğu görülmüştür.

Etkin olmayan 4 futbol kulübü belirlenmiştir. Bu kulüpler Galatasaray, Gaziantepspor, Gençlerbirliği ve Kayserispor'dur. Değişken değerleri bu kulüpler bazında incelendiğinde Galatasaray'ın üç farklı girdi değişkeninde (transfer harcaması, stadyum kapasitesi ve sezon) en büyük değere sahip iken hiçbir çıktı değişkeninde en büyük değere sahip olmadığı görülmektedir. Gaziantepspor'un ise iki farklı girdi değişkeninde (transfer sayısı, sezon sayısı) en yüksek değere sahip olduğu, tüm çıktı değişkenlerinde ise ortalamanın altında değere sahip olduğu görülmektedir. Bir diğer etkin olmayan kulüp olan Gençlerbirliği ise tüm çıktı değişkenlerinde en küçük değere yakın değerlere sahiptir. Son etkin olmayan kulüp olan Kayserispor'a odaklanıldığında yapılan yatırımlar neticesinde beklenen puan ve transfer gelirinin elde edilemediği görülür.

Etkin olmayan 4 kulüp için hedef çıktılar belirlenmiş ve etkin konuma geçebilmeleri için sağlanması gereken değerler hesaplanmıştır. Bu 4 kulüp için gerekli iyileştirmeler aşağıda sıralanmıştır.

Galatasaray futbol kulübünün seyirci sayısı ve yayın geliri değişkenlerinde yüksek bir değere sahip olmasından dolayı bu iki parametreyi geliştirmesi gerektirmemektedir. Bununla birlikte topladığı puanda %3 (10 puan) ve transfer gelirinde %1 (900 bin euro) iyileştirme sağladığı takdirde etkin konuma ulaşabilecektir. En düşük 2 etkinlik değerinden birine sahip olan Gaziantepspor futbol kulübü seyirci sayısında %21 (81700 kişi), puanda %21 (39 puan), yayın gelirinde %21 (36,47 milyon TL) ve transfer gelirinde %109 (6,36 milyon euro) artışla etkin konuma geleceği görülmektedir. Bir diğer etkin olmayan kulüp olan Gençlerbirliği ise seyirci sayısında %24 (86300 kişi), puanda %5 (10 puan), yayın gelirinde %13 (26 milyon TL) ve transfer gelirinde %18 (1,93 milyon euro) iyileştirmeye etkin konuma gelebilmektedir. En düşük etkinlik değerine sahip olan Kayserispor ise seyirci sayısında %30 (170300 kişi), puanda %23 (36 puan), yayın gelirinde %20 (30,55 milyon TL) ve transfer gelirinde %20 (2,52 milyon euro) artış sağladığı takdirde etkin konuma gelebilmektedir.

KAYNAKLAR

- Aslankaraoğlu, N. (2006). *Veri zarflama analizi ve temel bileşenler analizi ile Avrupa birliği ülkelerinin sıralanması*. Yüksek lisans tezi, Gazi Üniversitesi, Ankara
- Bakırcı, F. (2006). Sektörel bazda bir etkinlik ölçümü: VZA ile bir analiz. *Atatürk Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 20(2), 199-217.
- Barros, C. P., & Douvis, J. (2009). Comparative analysis of football efficiency among two small European countries: Portugal and Greece. *International Journal of Sport Management and Marketing*, 6(2), 183-199.
- Barros, C. P., & Garcia-del-Barrio, P. (2011). Productivity drivers and market dynamics in the Spanish first division football league. *Journal of Productivity Analysis*, 35(1), 5-13.
- Barros, C. P., & Leach, S. (2006). League with data envelopment analysis. *Performance evaluation of the English Premier Football Applied Economics*, 38(12), 1449-1458.
- Berger, A. N., & Humphrey, D. B. (1997). Efficiency of financial institutions: International survey and directions for future research. *European journal of operational research*, 98(2), 175-212.
- Besen, F. B. (1994). *Performans yönetim sistemi ve veri zarflama analizi'nin sağlık sektöründe uygulanması*. Doktora Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Ankara.
- Chandra, P., Cooper, W. W., Li, S., & Rahman, A. (1998). Using DEA to evaluate 29 Canadian textile companies—considering returns to scale. *International Journal of Production Economics*, 54(2), 129-141.
- Charnes, A., Cooper, W. W., Lewin, A. Y., & Seiford, L. M. (Eds.). (2013). *Data envelopment analysis: Theory, methodology, and applications*. USA: Springer Science & Business Media.
- Charnes, A., Cooper, W. W., & Rhodes, E. (1978). Measuring the efficiency of decision making units. *European journal of operational research*, 2(6), 429-444.
- Çati, K., Es, A., & Özevin, O. (2017). Futbol Takımlarının Finansal Ve Sportif Etkinliklerinin Entropi ve Topsis Yöntemiyle Analiz Edilmesi: Avrupa'nın 5 Büyük Ligi ve Süper Lig Üzerine Bir Uygulama. *Uluslararası Yönetim İktisat ve İşletme Dergisi*, 13(1), 199-222.
- Debreu, G. (1951). The coefficient of resource utilization. *Econometrica: Journal of the Econometric Society*, 273-292.
- Djordjevic, D. P., Vujosevic, M., & Martic, M. (2015). Measuring efficiency of football teams by multi-stage DEA model. *Tehnicki Vjesnik-Technical Gazette*, 22(3), 763-771.
- El-Demerdash, B. E., El-Khodary, I. A., Tharwat, A. A., & Shaban, E. R. (2016, May). Performance Evaluation of European Football Teams Using Data Envelopment Analysis. In *Proceedings of the 10th International Conference on Informatics and Systems* (pp. 325-326). ACM.
- Farrell, M. J. (1957). The measurement of productive efficiency. *Journal of the Royal Statistical Society. Series A (General)*, 120(3), 253-290.
- Flégl, M. (2014). Performance Analysis During the 2014 FIFA World Cup Qualification. *Open Sports Sciences Journal*, 7(1), 183-197.
- García-Sánchez, I. M. (2007). Efficiency and effectiveness of Spanish football teams: a three-stage-DEA approach. *Central European Journal of Operations Research*, 15,1, 21-45.
- González-Gómez, F., & Picazo-Tadeo, A. J. (2010). Can we be satisfied with our football team? Evidence from Spanish professional football. *Journal of Sports Economics*, 11(4), 418-442.
- Guzmán, I., & Morrow, S. (2007). Measuring efficiency and productivity in professional football teams: evidence from the English Premier League. *Central European Journal of Operations Research*, 15(4), 309-328.
- Haas, D. J. (2003). Productive efficiency of English football teams—a data envelopment analysis approach. *Managerial and Decision Economics*, 24(5), 403-410.
- Halkos, G. E., & Tzeremes, N. G. (2013). A Two-Stage double bootstrap DEA: The case of the top 25 European football clubs' efficiency levels. *Managerial and decision economics*, 34(2), 108-115.

- İçöz, C., & Sönmez, H. (2014). Avrupa Futbol Liglerinin Etkinliklerinin Veri Zarflama Analizi İle Değerlendirilmesi. *Siirt Üniversitesi İİBF İktisadi Yenilik Dergisi*, 2(1),1-15.
- Kern, A., Schwarzmann, M., & Wiedenegger, A. (2012). Measuring the efficiency of English Premier League football: A two-stage data envelopment analysis approach. *Sport, Business and Management: an International Journal*, 2(3), 177-195.
- Kounetas, K. (2014). Greek football clubs' efficiency before and after Euro 2004 Victory: a bootstrap approach. *Central European Journal of Operations Research*, 22(4), 623-645.
- Kulikova, L. I., & Goshunova, A. V. (2013). Measuring efficiency of professional football club in contemporary researches. *World Applied Sciences Journal*, 25(2), 247-257.
- Kulikova, L. I., & Goshunova, A. V. (2014). Efficiency measurement of professional football clubs: A non-parametric approach. *Life Science Journal*, 11(11), 117-122.
- Picazo-Tadeo, A. J., & González-Gómez, F. (2010). Does playing several competitions influence a team's league performance? Evidence from Spanish professional football. *Central European Journal of Operations Research*, 18(3), 413-432.
- Reilly, A. C., Davidson, R. A., Nozick, L. K., Chen, T., & Guikema, S. D. (2016). Using data envelopment analysis to evaluate the performance of post-hurricane electric power restoration activities. *Reliability Engineering & System Safety*, 152, 197-204.
- Ribeiro, A. S., & Lima, F. (2012). Portuguese football league efficiency and players' wages. *Applied Economics Letters*, 19(6), 599-602.
- Roboredo, M. C., Aizemberg, L., & Meza, L. A. (2015). The DEA game cross efficiency model applied to the Brazilian football championship. *Procedia Computer Science*, 55, 758-763.
- Rubem, A. P. S., & Brandão, L. C. (2015). Multiple Criteria Data Envelopment Analysis—An Application to UEFA EURO 2012. *Procedia Computer Science*, 55, 186-195.
- Sherman, H. D., & Gold, F. (1985). Bank branch operating efficiency: Evaluation with data envelopment analysis. *Journal of banking & finance*, 9(2), 297-315.
- Szymanski, S., & Kuypers, T. (1999). *Winners and losers: the Business Strategy of Football*. London: Viking.
- Talimciler, A. (2008). Futbol değil iş: endüstriyel futbol. *İletişim Kuram ve Araştırma Dergisi*, 26, 89-114.
- Tektaş, A., & Tosun, E. Ö. (2010). Yiyecek İçecek Endüstrisinde Uluslararası Performans Kıyaslaması. *Süleyman Demirel Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 15(1), 29-44.
- Vrooman, J. (2000). The economics of American sports leagues. *Scottish Journal of Political Economy*, 47(4), 364-398.
- Zambom-Ferraresi, F., García-Cebrián, L. I., Lera-López, F., & Iráizoz, B. (2017). Performance evaluation in the UEFA Champions League. *Journal of Sports Economics*, 18(5), 448-470.
- Zambom-Ferraresi, F., Lera-López, F., & Iráizoz, B. (2017). And if the ball does not cross the line? A comprehensive analysis of football clubs' performance. *Applied Economics Letters*, 24(17), 1259-1262.

Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğündeki Örgüt İkliminin Çalışanların Motivasyonu ve Performansı Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*

A Study of the Effects of Organizational Climate in the Provincial Directorate of Youth Services and Sports on Motivation and Performance of Employees

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Okan GÜRGEN¹,
Zeynep ONAĞ¹,

¹Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor
Bilimleri Fakültesi

Öz

Bu araştırmanın amacı, İzmir ve Manisa Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğündeki örgüt ikliminin çalışanların motivasyonu ve performansı üzerine etkisinin incelenmesidir.

Araştırmada veriler İzmir ve Manisa Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğündeki 152 çalışandan anket yoluyla toplanmıştır. Araştırmada ölçme aracı olarak “Örgütsel İklim Ölçeği”, “Çalışan Motivasyonu Ölçeği” ve “Çalışan Performansı Ölçeği” kullanılmıştır. Verilerin analizinde, değişkenler arasındaki farklılıkları inceleyebilmek için T-testinden, Tek Yönlü Varyans (ANOVA) analizlerinden, etki düzeylerini ölçebilmek için ise Regresyon analizinde faydalanılmıştır.

Araştırmanın sonucunda, örgüt ikliminin çalışanların performansları ve motivasyonları üzerinde pozitif yönde ve anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir.

Anahtar Kelimeler: İş Motivasyonu, Çalışan Performansı, Örgüt İklimi, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 24.05.2018
Kabul Tarihi: 13.06.2018
Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

The aim of this study is to examine the effect of the organizational climate in İzmir and Manisa Provincial Directorates of Youth Services and Sports on the motivation and performance of the employees.

The data were collected through questionnaires from 152 employees working in İzmir and Manisa Provincial Directorates of Youth Services and Sports. "Organizational Climate Scale", "Employee Motivation Scale" and "Employee Performance Scale" were used in the study as the tools of measurement. In the analysis of the data, T-test, One-way analyses of variance (ANOVA) were used to examine the differences between variables, Pearson correlation analysis was used to examine the correlations, and Regression analysis was used to measure the effect levels.

When the data of study are examined, it is seen that organizational climate has a moderate and significant effect on employees' performance and motivation.

Keywords: Work Motivation, Employee Performance, Organizational Climate, Provincial Directorate of Youth Services and Sports.

*Bu araştırma MCBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği ABD Yüksek Lisans Öğrencisi Okan GÜRGEN'in “Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğündeki Örgüt İkliminin Çalışanların Motivasyonu ve Performansı Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi” başlıklı tezinden üretilmiştir.

GİRİŞ

Teknolojik gelişmeler, iletişim olanaklarının gelişmesi ve farkındalığın artması ile birlikte, artan rekabetçi ortam özel sektörde faaliyet gösteren firmaları etkilediği gibi kamu kurumlarını da derinden etkilemiştir. Bu ortam ile birlikte, kamuda verimliliğin ve hizmet kalitesinin artırılması birçok kamu yöneticisinin yakından ilgilendiği bir konu haline gelmiştir. Özellikle, birçok sosyal proje uygulayan, sporcu ve gençlerle çok yönlü bir iletişim halinde olan Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlükleri, çalışanlarının performans ve motivasyonlarının artırılmasına yönelik modern yönetim anlayışlarının uygulanması gereken kurumların başında gelmektedir.

Robbins ve Judge (2013) 'ye göre örgüt iklimi, örgüt üyelerinin örgütün çalışma ortamı hakkında paylaştıkları algılamaları ifade eder. Olumlu davranış ve tutumların hakim olduğu bir ortamda çalışan kişiler, örgüt için ellerinden gelenin en iyisini yapmak için daha çok motive olurlar. Aksi durumda ise, olumsuz bir ortama sahip örgütler motivasyonlarını tüketirler (Robbins ve Judge, 2013: 516). Örgüt ikliminin bu yönü, örgütsel düzeyde takım ruhu gibidir. Örgüt üyelerinin, örgüt için neyin iyi olduğu veya işlerin nasıl gittiği gibi konularda ortak hislere sahip olmaları, örgüt üzerinde yaratılacak pozitif etkiyi arttıracaktır. Ancak, örgüt üyelerinin bir kısmının bu duyguları paylaşması ile aynı etki oluşturulamaz. Psikolojik iklim, bireylerin iş doyumunu, katılım, bağlılık ve motivasyon düzeyleri ile güçlü bir şekilde bağlantılıdır. Olumlu bir iklime sahip örgütlerdeki kişiler daha iyi bir performans ortaya koyacakları için, örgütlerinin müşteri memnuniyetini ve mali performansını arttıracaklardır (Robbins ve Judge, 2013: 517). Sağlıklı bir örgüt iklimi, organizasyonun etkinliğinin artmasını garanti etmez. Ancak, örgüt iklimi, organizasyonun tamamında yardımlaşma ve işbirliği ruhunu uyandırmadıkça ve üyeleri istekli ve etkili bir şekilde çalışmaya motive etmek için elverişli bir ortamı hazırlamadıkça, organizasyonun optimum işletme performansına ulaşması mümkün değildir (Mullins, 2010: 749).

Rusu ve Avasilcai'ya (2014) göre, örgüt iklimi ile çalışanların motivasyonu arasında anlamlı ve pozitif bir ilişki vardır. Çalışanların motivasyonlarının iyileştirilmesine katkıda bulunmak için, çalışanların örgütsel hedeflere ulaşmalarını teşvik eden örgütsel iklim faktörlerini belirlemek gereklidir. Örgütsel iklim faktörlerinin çalışanların içsel ve dışsal motivasyonlarına etkisinin belirlenmesi ile çalışanların günlük çalışma faaliyetleri hakkında

olumlu bir tutuma sahip olmaları sağlanır. Örgüt üyelerinin istek ve arzularını teşvik eden bir organizasyon ortamının sağlanması ile çalışanlar daha fazla motive olur ve işlerini daha iyi yaparlar. Bunun sonucunda da örgüt hedeflerine daha kolay ulaşabilirler (Rusu, ve Avasilcai, 2014: 51-53).

Günümüzün rekabetçi ortamında, yöneticiler örgütlerinin bu ortama uyum sağlayarak örgütlerin ayakta kalabilmeleri ve hedeflerine ulaşabilmeleri için çalışanlarının performansını ve motivasyonunu arttıracak çalışmalara yönelmeleri gerekmektedir. Bu bağlamda, bu araştırmanın amacı, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğünde çalışan personelin örgüt iklimi algılarının, motivasyonları ve iş performansları üzerindeki etkisini incelemektir.

Örgüt İklimi Kavramı

Örgüt İklimi kavramı ilk olarak 1930'ların sonlarında sosyal bilimci Kurt Lewin ve arkadaşları tarafından geliştirilmiştir. Lewin'e göre herhangi bir davranışın ortaya çıkabilmesi için kişinin sahip olduğu kişiliği ile çevrenin etkileşime girmesi gerekmektedir (Lewin, Lippitt ve White, 1939; aktaran; Aksoy, 2006: 2). Bu yaklaşımın ortaya konması ile birlikte, çevresel faktörlerin davranış üzerindeki etkisinin önemi anlaşılmıştır. Kişilerin davranışlarını daha iyi anlamak için çevresel faktörlerin anlaşılmasına yönelik yapılan çalışmalar, örgüt iklimi kavramının oluşumu için uygun ortam hazırlamıştır (Doğan, 2009: 3).

Forehand ve Gilmer (1964:362) örgüt iklimini; “bir örgütü diğer örgütlerden farklı kılan, zaman içerisinde giderek yerleşen ve değişmez hale gelen, örgütteki insanların davranışlarını etkileyen ve örgütü tanımlayan özelliklerin bütünü” olarak tanımlamaktadır.

Örgüt kültürü, örgütsel yaşam hakkındaki inanç ve beklentilerdir. İklim ise bu inanç ve beklentilerin yerine getirilip getirilmediğinin bir göstergesidir (Bowditch ve Buono, 1990: 247).

Kamu kurumunda yapılan bu tez çalışmasında, Bilir (2005)'in geliştirdiği, kurumun yapısına uygun olduğu düşünülen beş farklı örgüt iklimi (Bürokratik iklim, hiyerarşi, destekleyici iklim, insan ilişkileri, yenilikçi iklim) boyutu kullanılmıştır (Bilir, 2005: 45).

- Bürokratik İklim: Sorumlulukların, ast ve üst ilişkilerinin kesin çizgilerle belirlendiği, hiyerarşik yapının gelişmiş olduğu, katı süreçlere dayanan, kontrol mekanizmalarının etkili olduğu örgütler bürokratik iklime sahiptir.

- **Hiyerarşi:** Örgüt içindeki astlar ve üstler arasındaki ilişkilerin düzenidir. Hiyerarşinin yüksek olduğu örgütlerde dikey bir yapılanma vardır. Astların üstlerine karşı görev ve sorumlulukları katı bir şekilde belirlenmiştir.
- **Destekleyici İklim:** Destekleyici iklime sahip olan örgütlerde, işbirliği, dostluk, iletişim ve birbirine güven duyguları gelişmiştir. Kişiler arasındaki ilişkiler açık bir şekilde yaşanır. Desteklendiğini hisseden örgüt üyeleri, örgüte karşı görev ve sorumluluklarını daha bilinçli bir şekilde yerine getirir.
- **İnsan İlişkileri:** Bir örgütün sağlıklı bir iklime sahip olabilmesi için insanlar arasındaki iletişimin olumlu olması çok önemlidir. Örgüt içindeki ilişkilerin iyi olması, kişiler arasındaki yardımlaşma ve destek duygusunu geliştirir.
- **Yenilikçi İklim:** Yenilikçi iklime sahip olan örgütler girişimci, sonuç odaklı, risk almaktan çekinmeyen, gayretli olarak tanımlanabilir. Günümüzün rekabetçi ortamı, örgütler için yenilikçi iklime sahip olmanın önemini arttırmaktadır (Bilir, 2005: 30).

Motivasyon Kavramı

Güdüleme, isteklendirme anlamında da kullanılan motivasyon kelimesinin kökeni, hareket anlamına gelen Latince ‘movere’ kelimesinden gelmektedir. Motivasyon, çeşitli ihtiyaçlar tarafından tetiklenen, içimizdeki itici bir güç veya enerjidir. Bu güç, ihtiyaçlarımızı tatmin etmek için hareketlerimizi yönlendirmektedir (Dolan ve Lingham, 2008: 78).

Motivasyon “ihtiyaca bağlı tutku, kişinin arzuladığı hedefleri gerçekleştirmek için fiziksel ve zihinsel enerjisini kullanmasını sağlayan istekler ve arzular” olarak tanımlanır (Kondalkar, 2007:99).

Herhangi bir organizasyonun performansı ve sürekliliği, yöneticilerin çalışanları için motive edici bir ortam yaratabilme yeteneklerine bağlıdır. Ancak insanları motive ve tatmin etmek yöneticiler için zorlu bir süreçtir. Kişileri motive ve tatmin etmek için onların istek ve ihtiyaçlarının farkında olmak gereklidir. Bu nedenle her yöneticinin çalışanlarının ihtiyaçları ve istekleri hakkında bilgi sahibi olması gerekmektedir. Organizasyonların çoğunun temel amacı, çalışanları ile kazan-kazan durumuna gelmektir. Bunun için, işe olumlu bakan çalışanlardan maksimum faydanın sağlanabilmesi ve memnuniyetsiz çalışanların işe karşı daha fazla motive edilmesidir (Jasmi, 2012: 15).

Performans Kavramı

Örgütlerde performans, örgütsel performans ve iş performansı olarak ikiye ayrılır. İş performansı, çalışan performansı olarak da adlandırılmaktadır (Otley, 1999: 362). Örgütsel performans, örgütün hedeflerine başarı ile ulaşmış ve ulaşmadığı olarak tanımlanırken, çalışan performansı ise, tek bir çalışanın gösterdiği başarı olarak tanımlanabilir. Örgütlerin performansı, çalışan performansına (iş performansı) ve organizasyonun çevresel faktörlerine bağlıdır. Çalışan performansı, örgütlerde çoğunlukla öznel olarak ölçülmektedir (Otley, 1999:363). Genel olarak çalışan performansı, kişilik, beceri, bilgi, deneyim ve kabiliyet gibi bireysel faktörlere dayandığı kabul edilir (Vroom, 1964).

Performans; motivasyon, yetenek ve çevre arasındaki etkileşimin bir fonksiyonu olarak tanımlanmaktadır. Motivasyon, yetenek ve çevresel faktörlerin geliştirilmesi ile birlikte performans pozitif olarak etkilenir (Bauer ve Erdoğan: 2012). Brumbach (1988: 387) performansı “Başarılı sonuç veren davranış olarak” olarak tanımlamaktadır. Casio (2006) çalışan performansını, “Belirli bir işte, örgütsel amaç ve misyona dayalı olarak çalışanların başarı derecesi” olarak tanımlamıştır. Bauer ve Erdoğan (2012) performansı, motivasyon, yetenek ve çevre arasındaki etkileşimin bir fonksiyonu olarak betimlemektedir. Motivasyon, yetenek ve çevresel faktörlerin geliştirilmesi ile birlikte performans pozitif olarak etkilenir.

Örgütler hedeflerine ulaşmak ve rekabetçi iş ortamında ayakta kalabilmek için çalışan performanslarını örgüte maksimum fayda sağlayacak şekilde arttırmak zorundadırlar. Çalışan performansı örgütlerin genel performansı için hayati önem taşımaktadır. Bu yüzden çalışanların performanslarını olumlu ya da olumsuz yönde etkileyen faktörlerin bilinmesi örgüt yöneticilerinin hedeflerine ulaşabilmeleri için gereklidir.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Araştırmanın evreni, İzmir ve Manisa Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğünde spor uzmanı, sportif eğitim uzmanı, şef, şube müdürü, memur ve benzer kadrolarda beyaz yaka olarak görev yapan İzmir ilinde 265 Manisa ilinde 100 olmak üzere toplam 265 personeldir. Araştırmanın örnekleme ise, İzmir ve Manisa İl Müdürlüklerinde görev yapan 152 personeldir.

Araştırmanın örneklem seçiminde, basit tesadüfî örnekleme yöntemi kullanılmıştır. Bu örnekleme türünde evrendeki tüm birimlerin örnekleme seçilme olasılığı aynıdır. Dolayısıyla da örnekleme seçilen bir birimin seçimi diğer birimlerin seçimini etkilememektedir (Büyüköztürk vd., 2012) ve örneklem seçim sürecinde tüm birimler listelenerek bu listeden rastgele birimler seçilebilmektedir.

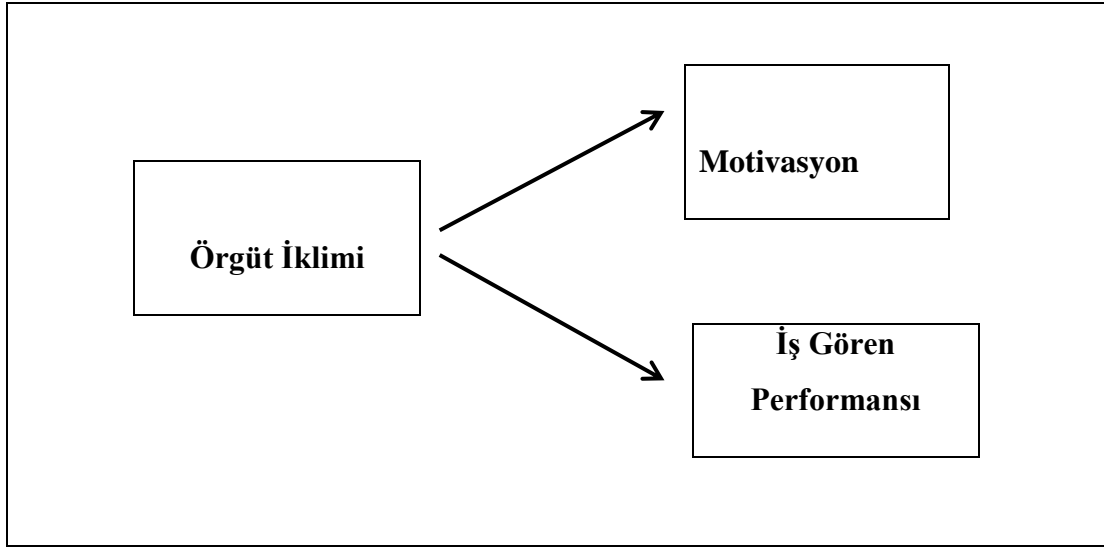
Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplama aracı olarak demografik bilgilerden oluşan anket formuyla birlikte, katılımcıların örgüt iklimi algılarını ölçmek için, 48 sorudan ve 11 alt boyuttan oluşan Bilir (2005)'in "Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'nün Örgüt İklimi ve Çalışanların Katılımla İlgili Algılamaları" isimli araştırması için geliştirmiş olduğu "Örgüt İklimi Ölçeği" kullanılmıştır. Ölçekte, 19 sorudan oluşan Destekleyici İklim, İnsan İlişkileri, Hiyerarşi, Bürokratik İklim, Yenilikçi İklim alt boyutları kullanılmıştır. Bilir (2005)'in çalışmasına göre, tüm ölçeğin güvenilirlik değeri olan Cronbach Alpha değeri ,85 ve alt ölçeklerin Cronbach Alpha değerlerinin kabul edilebilir düzeyde oldukları görülmüştür.

Çalışanların motivasyon seviyelerini ölçmek için, Mottaz (1985) tarafından geliştirilen ve Ertan (2008) tarafından doktora tezi için Türkçeye çevrilen içsel motivasyon ve dışsal motivasyon olmak üzere iki boyuttan oluşan "İş Motivasyonu Ölçeği"nden yararlanılmıştır. Ertan (2008)'nin çalışmasına göre, "İş Motivasyonu Ölçeği"nin Cronbach Alpha değeri, .90 olarak bulunmuştur.

Çalışanların performanslarını ölçmek amacıyla Kirkman ve Rosen (1999), Sigler ve Pearson (2000) tarafından yapılan çalışmalarda kullanılan 4 maddelik "İşgören Performans Ölçeği", Çöl (2008) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Tutar ve Altınöz (2010)'ün çalışmasında, "İşgören Performans Ölçeği"nin Cronbach Alpha değeri, .88 olarak bulunmuşlardır.

Araştırmanın Modeli



Araştırmada çalışanların örgüt iklimi algılarının motivasyonları ve performansları üzerindeki etkisi araştırılmak istenmektedir.

Araştırmanın Hipotezleri

Araştırma kapsamında kabul edilebilirlikleri sınanan hipotezler aşağıda ifade edilmiştir.

Araştırmanın Demografik Değişkenleri İle İlgili Hipotezleri

H1a: Örgüt iklimi açısından cinsiyet değişkenine göre farklılık vardır.

H1b: Motivasyon açısından cinsiyet değişkenine göre farklılık vardır.

H1c: İş gören performansı açısından cinsiyet değişkenine göre farklılık vardır.

H2a: Örgüt iklimi açısından yaş değişkenine göre farklılık vardır.

H2b: Motivasyon açısından yaş değişkenine göre farklılık vardır.

H2c: İş gören performansı açısından yaş değişkenine göre farklılık vardır.

H3a: Örgüt iklimi açısından medeni durum değişkenine göre farklılık vardır.

H3b: Motivasyon açısından medeni durum değişkenine göre farklılık vardır.

H3c: İş gören performansı açısından medeni durum değişkenine göre farklılık vardır.

H4a: Örgüt iklimi açısından eğitim durumu değişkenine göre farklılık vardır.

H4b: Motivasyon açısından eğitim durumu değişkenine göre farklılık vardır.

H4c: İş gören performansı açısından eğitim durumu değişkenine göre farklılık vardır.

H5a: Örgüt iklimi açısından çalışma yılı değişkenine göre farklılık vardır.

H5b: Motivasyon açısından çalışma yılı değişkenine göre farklılık vardır.

H5c: İş gören performansı açısından çalışma yılı değişkenine göre farklılık vardır.

H6a: Örgüt iklimi açısından unvan değişkenine göre farklılık vardır.

H6b: Motivasyon açısından unvan değişkenine göre farklılık vardır.

H6c: İş gören performansı açısından unvan değişkenine göre farklılık vardır.

Araştırmanın Değişkenleri İle İlgili Hipotezleri

H7: Örgüt ikliminin çalışan motivasyonuna etkisi vardır.

H8: Örgüt ikliminin çalışan performansına etkisi vardır.

Verilerin Analizi

Analiz sürecinin ilk aşamasında eksik değer (missing value) incelemesi yapılmıştır. Veri matrisinde uygulamada toplam 152 katılımcının tamamı ölçekteki maddelerin % 10'undan daha fazlasını yanıtlamış oldukları görülmüştür. Bu işlem kontrol edildikten sonra veri matrisindeki madde dağılımlarında eksik değer oranı gözden geçirilmiş ve eksik değer oranının %5'in altında kaldığı gözlenmiş, regresyon atama yöntemi kullanılarak eksik verilere atama yapılmıştır. Bu uygulama sonucunda 152 katılımcı ile analize devam edilmiştir.

Analiz sürecinin bir diğer aşamasında maddelerin univariate normal dağılım özelliklerine ne derece sahip oldukları eğiklik ve basıklık katsayıları hesaplanarak incelenmiştir. Analiz sonuçlarına göre 3'ten büyük eğiklik ve 10'dan büyük basıklık değerlerine rastlanmamıştır. Kline (1998) yapısal modellerde tahmin yöntemlerinin kullanıldığı Monte Carlo benzetim (simulation) çalışmalarına dayalı olarak, eğiklik endeksinin 3'ten, basıklık endeksinin ise 10'dan büyük olması durumunda değişkenlerin normal dağılım özelliği belirtmektedir (Kline,1998:108). Tüm ölçeklerde herhangi bir maddenin bu değerler dışında herhangi bir değer almadığı görülmektedir.

BULGULAR

Tablo 1: Örneklem Grubuna ait Güvenirlilik Katsayıları

Alt Boyutlar	Toplam Madde Sayısı	Cronbach Alfa Güvenirlilik Katsayısı
Örgütsel İklim	19	0,921
Motivasyon	24	0,891
Performans	4	0,866

Ölçeklerde ,70 in altında değer alan herhangi bir alt boyut olmamasından dolayı, ölçeklerin örneklem grubu için güvenilir olduğunu söylemek mümkündür.

Tablo 2: Kişisel Bilgiler Tablosu

Demografik Değişkenler	Kategoriler	n	%	Demografik Değişkenler	Kategoriler	n	%	
Cinsiyet	Erkek	96	63,2	Çalışma Yılı	1-5 yıl	72	47,7	
	Kadın	56	36,8		6-10 yıl	39	25,7	
					11 yıl ve üzeri	41	27,0	
Yaş	20-30 yaş	45	29,6	Unvan	Memur	66	43,4	
	31-40 yaş	69	45,4		Şube Müdürü	7	4,6	
	41 yaş ve üzeri	38	25,0		Şef	12	7,9	
Medeni Durumu	Evli	91	59,9	Sportif Eğitim Uzmanı	Spor Uzmanı	35	23,0	
	Bekar	61	40,1		Diğer	16	10,5	
Eğitim Durumu	Lise Mezunu	24	15,9	Toplam		152	100	
	Lisans Mezunu	128	84,1					

Araştırmanın kişisel bilgiler tablosu incelendiğinde; araştırmaya katılan kişilerin % 63,20’si (n=96) “Erkek”, % 36,80’ i (n=56) “Kadın”, 45 katılımcı (%29,6) 20–30 yaş aralığında, 31–40 yaş aralığında 69 katılımcı (%45.4) , %25,00’ inin (n=38) 41 yaşında veya üzerinde olduğu, % 59,90’nının (n =91) “Evli”, % 40,10’ u (n=61) “Bekar”, %15,9’unun (n=24) Lise mezunu,

Gürgen, O., ve Onağ, Z. (2017). Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğündeki örgüt ikliminin çalışanların motivasyonu ve performansı üzerindeki etkisinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1),87-105.

%84,1' inin (n=128) Lisans mezunu, %47,7' sinin (n=72) 1-5 yıl arasında, % 25,70' inin (n=39) 6-10 yıl arasında, %27,0' ı (n=41) 11-15 yıl arasında çalıştıkları. %43,4'ünün (n=66) Memur , %4,60'ının (n=7) Şube Müdürü, % 7,90'ının (n=12) Şef, %23,0' ının (n=35) sportif eğitim uzmanı ve %10,5'inin ise sportif eğitim uzmanı (n=16) ve diğer (n=16) kadrolarda çalışmakta oldukları görülmektedir.

Tablo 3: Katılımcıların Cinsiyete Göre Örgütsel İklim, Motivasyon ve Performans Ortalamalarının Karşılaştırılması (Bağımsız Örneklem T-test)

Ölçek	Cinsiyet	n	\bar{X}	Ss	sd	t	p
Örgütsel İklim	Kadın	56	2,58	1,00	150	1.316	.19
	Erkek	96	2,68	1,04			
Motivasyon	Kadın	56	3,08	,58	150	,524	.60
	Erkek	96	3,02	,67			
Performans	Kadın	56	4,07	,75	150	.460	.64
	Erkek	96	4,01	,74			

Araştırmaya katılan kadın ve erkeklerin puanlarının karşılaştırılması amacıyla yapılan bağımsız örneklem analizi sonucunda örgütsel iklim ($t_{150}= 1.316, p>.05$), motivasyon ($t_{150}= .524, p>.05$) ve performans puanları ($t_{150}= .460, p>.05$) arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Buna göre, örgütsel iklim, motivasyon ve performans puanlarının cinsiyet değişkeninden etkilenmediğini söylemek mümkündür ($H_{1abc} = Red$).

Tablo 4: Katılımcıların Yaşlarına Göre Örgütsel İklim, Motivasyon ve Performans Puanlarının Karşılaştırılması (Tek Yönlü Varyans Analizi)

	Değişken	N	\bar{X}	Ss	F	p
Örgütsel İklim	20-30	45	2.94	0.74	2.4788	.08
	31-40	69	2.62	0.69		
	41 ve üzeri	38	2.77	0.88		
Motivasyon	20-30	45	3.16	.67	1.322	.27
	31-40	69	2.96	.63		
	41 ve üzeri	38	3.06	.61		
Performans	20-30	45	3.99	.65	2.103	.13
	31-40	69	3.95	.79		
	41 ve üzeri	38	4.25	.75		

Katılımcıların yaş faktörüne göre yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda örgütsel iklim ($F=2.4888, p>.05$), motivasyon ($F=1.322, p>.05$) ve performans ($F=2.103, p>.05$) puanları farklılık göstermemiştir. Buna göre, örgütsel iklim, motivasyon ve performans değerleri bireylerin yaşlarından etkilenmemiştir ($H_{2abc}= Red$).

Tablo 5: Katılımcıların Medeni Durumuna Göre Örgütsel İklim, Motivasyon ve Performans Ortalamalarının Karşılaştırılması (Bağımsız Örneklem T-test)

Ölçek	Medeni Durum	N	\bar{X}	Ss	Sd	t	P
Örgütsel İklim	Evli	91	2.70	.76	150	1.052	.29
	Bekar	61	2.83	.78			
Motivasyon	Evli	91	2.99	.65	150	1.192	.24
	Bekar	61	3.12	.62			
Performans	Evli	91	3.97	.77	150	1.303	.19
	Bekar	61	4.13	.69			

Katılımcıların medeni durumuna göre yapılan bağımsız örneklem analizi sonucunda örgütsel iklim ($t_{150}= 1.052$, $p>.05$), motivasyon ($t_{150}= 1.192$, $p>.05$) ve performans puanları ($t_{150}= 1.303$, $p>.05$) arasında anlamlı fark bulunmamıştır. Buna göre, örgütsel iklim, motivasyon ve performans puanları medeni durum değişkeninden etkilenmemiştir ($H_{3abc}= Red$).

Tablo 6: Katılımcıların Eğitim Durumuna Göre Örgütsel İklim, Motivasyon ve Performans Ortalamalarının Karşılaştırılması (Bağımsız Örneklem T-test)

Ölçek	Eğitim Durumu	n	\bar{X}	Ss	Sd	t	P
Örgütsel İklim	Lise Mezunu	24	2.93	1.37	150	2.822	.03
	Lisans Mezunu	128	2.64	1.07			
Motivasyon	Lise Mezunu	24	3.09	.67	150	.790	.36
	Lisans Mezunu	128	3.04	.63			
Performans	Lise Mezunu	24	4.34	.66	150	2.121	.03
	Lisans Mezunu	128	3.98	.74			

Araştırmaya katılan bireylerin eğitim durumuna göre yapılan bağımsız örneklem analizi sonucunda örgütsel iklim puanları ($t_{150}= 2.822$, $p<.05$) lise mezunları ($\bar{X}_{lise}= 2.93\pm 1.37$) ve lisans mezunları ($\bar{X}_{lisans}= 2.64\pm 1.07$) arasında anlamlı fark olduğu saptanmıştır ($H_{4a}= Kabul$). Lise mezunlarının örgütsel iklim puanları lisans mezunlarından daha yüksek ortalamaya sahip bulunmuştur. Eğitim durumuna göre performans puanlarında ($t_{150}= 2.121$, $p<.05$) da anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir ($H_{4c}= Kabul$). Lise mezunları ($\bar{X}_{lise}= 4.34\pm 0.66$) lisans mezunlarından ($\bar{X}_{lisans}= 3.98\pm 0.74$) daha yüksek ortalama puanla daha yüksek performans düzeyine sahip oldukları tespit edilmiştir. Motivasyon puanlarında ise eğitim durumuna göre fark tespit edilmemiştir ($t_{150}= .790$, $p>.05$), ($H_{4c}= Red$).

Tablo 7: Katılımcıların Çalışma Yıllarına Göre Örgütsel İklim Motivasyon ve Performans Puanlarının Karşılaştırılması (Tek Yönlü Varyans Analizi)

	Değişken	n	\bar{X}	Ss	F	p
Örgütsel İklim	1-5	72	2.86	.76	1.393	.25
	6-10	39	2.63	.69		
	11 yıl ve üstü	41	2.68	.82		
Motivasyon	1-5	72	3.07	.61	.139	.87
	6-10	39	3.01	.70		
	11 yıl ve üstü	41	3.02	.63		
Performans	1-5	72	4.00	.65	1.330	.26
	6-10	39	3.91	.89		
	11 yıl ve üstü	41	4.22	.71		

Katılımcıların çalışma yılı değişkenine göre yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda örgütsel iklim (F=1.393, p>.05), motivasyon (F=. 139, p>.05) ve performans puanları (F=1.330, p>.05) arasında fark tespit edilmemiştir ($H_{5abc} = Red$).

Tablo 8: Katılımcıların Ünvanlarına göre Örgütsel İklim, Motivasyon ve Performans Puanlarının Karşılaştırılması (Tek Yönlü Varyans Analizi)

	Değişken	N	\bar{X}	ss	F	p
Örgütsel İklim	Memur	66	2.79	.81	.911	.48
	Şube Müdürü	7	2.79	.41		
	Şef	12	2.51	.71		
	Sportif Eğitim Uzmanı	35	2.60	.57		
	Spor Uzmanı	16	2.84	.91		
	Diğer	16	3.00	.92		
Motivasyon	Memur	66	3.08	.60	.900	.48
	Şube Müdürü	7	3.27	.49		
	Şef	12	2.96	.71		
	Sportif Eğitim Uzmanı	35	2.87	.51		
	Spor Uzmanı	16	3.11	.76		
	Diğer	16	3.16	.84		
Performans	Memur	66	4.19	.73	1.983	.09
	Şube Müdürü	7	3.82	.51		
	Şef	12	3.75	.86		
	Sportif Eğitim Uzmanı	35	3.80	.71		
	Spor Uzmanı	16	4.09	.66		
	Diğer	16	4.17	.83		

Katılımcıların ünvanlarına göre karşılaştırmak amacıyla yapılan tek yönlü varyans analizi sonucunda örgütsel iklim (F=.911, p>.05), motivasyon (F=.900, p>.05) ve performans puanlarının (F=1.983, p>.05) farklılaşmadığı sonucuna varılmıştır ($H_{6abc} = Red$).

Gürgen, O., ve Onağ, Z. (2017). Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğündeki örgüt ikliminin çalışanların motivasyonu ve performansı üzerindeki etkisinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1),87-105.

Tablo 9. Örgütsel İklimin Performansı Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	Beta	T	p
(Constant)	1.755	.336		5.229	.000
Performans	.248	.082	.240	3.031	.003

R=.240, R2=.058, F=9.187, p=.003

Analiz sonuçları incelendiğinde performansın örgütsel iklimin anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir R=.240, R2=.058, p<0,01. Örgütsel iklimin toplam varyansın %05'inin çalışanların performansları ile açıklandığı ifade edilebilir (H7 Hipotezi = Kabul).

Tablo 10. Örgütsel İklimin Motivasyonu Yordamasına İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart Hata	β	T	p
(Constant)	.640	.249		2.274	.011
Motivasyon Top.	.694	.080	.578	8.686	.000

R=.578, R2=.335, F=75.444, p<.01

Katılımcıların örgütsel iklim ve motivasyon ortalamaları toplam puanına ilişkin regresyon analizi sonuçları Tablo 10'da verilmiştir. Analiz sonuçları incelendiğinde motivasyonun örgütsel iklimin anlamlı bir yordayıcısı olduğu görülmektedir R=.578, R2=.335, p<0,01. Örgütsel iklimin toplam varyansın %33'ünün çalışanların motivasyonları ile açıklandığı ifade edilebilir (H8 Hipotezi = Kabul).

TARTIŞMA

Araştırmanın demografik değişkenlerinin analiz sonuçları incelendiğinde, erkek katılımcılar ile kadın katılımcılar arasında örgüt iklimi, performans ve motivasyon toplam değerleri açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark ortaya çıkmamıştır. Araştırma sonuçları, Altıntaş'ın (2016) ve Tercan'ın (2017) farklı sektörlerde çalışan kişilerin motivasyonlarının ve performanslarının değerlendirilmesine yönelik yaptığı çalışmaların sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Elde edilen sonuçlar neticesinde, örgütsel iklim, motivasyon ve iş performansının cinsiyetler açısından benzerlik gösterebileceği sonucuna ulaşılabilmektedir.

Yapılan araştırmanın sonuçlarına göre, katılımcıların yaşları açısından örgüt iklimi, performans ve motivasyon arasında herhangi anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Araştırma sonuçları, Baytar (2010)'ın, bir bankanın çağrı merkezi müşteri temsilcilerinin performanslarını değerlendirmeye yönelik olarak yaptığı araştırmanın sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Bu iki farklı hizmet sektöründeki çalışma sonuçlarının benzerlik göstermesinin nedeninin, performansın yaş değişkeni açısından farklılaşmadığı, her çalışan için aynı şekilde algılanabildiği düşünülmektedir.

Analiz sonuçlarına göre, katılımcıların medeni durumları açısından örgütsel iklim, performans ve motivasyonları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Araştırma sonuçları, Eymür (2009) ve Tercan'ın (2017) farklı sektörlerde çalışan bireylerin performanslarını değerlendirmeye yönelik olarak yaptığı çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir.

Katılımcıların örgütsel iklim ve performans toplam puanları açısından lise mezunlarının ortalamalarının lisans mezunlarının ortalamalarından anlamlı derecede daha yüksek olduğu bulunmuştur. Ancak, motivasyonları arasında istatistiksel olarak herhangi anlamlı bir farka rastlanmamıştır.

Katılımcıların çalışma yılları değerlendirildiğinde, örgütsel iklim, performans ve motivasyonları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmadığı görülmektedir. Araştırmanın sonuçları, Özden (2013) ve İllez'in (2012) farklı işletmelerde çalışan personelin örgütsel iklim algıları ile Altıntaş'ın (2016) çalışan performansına yönelik olarak yaptığı araştırma sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Çalışma sonucunda çalışanların çalışma yılları değerlendirildiğinde anlamlı bir farkın ortaya çıkmamasının nedeninin, çalışanların kuruma yönelik algılarının, kuruma girdikleri andan itibaren oluşması ve bu algının kişinin kurumdaki çalışma yılına bağlı olamayacağı düşüncesinden kaynaklandığı düşünülmektedir.

Araştırma bulgularına göre, katılımcıların unvanları açısından örgütsel iklim, performans ve motivasyon toplam puanları arasında herhangi bir anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Araştırma sonuçları, Çelik (2015) tarafından, Balıkesir ili Milli Eğitim Müdürlüğü'ne bağlı okullarda görev yapan yönetici ve öğretmenlerin motivasyonlarını değerlendirmek amacı ile yapılan çalışmanın sonuçları ile benzerlik göstermektedir. Örgütsel iklim, performans ve

motivasyon açısından değerlendirildiğinde, birincil amacı kamu yararını gözetmek olan kamu kurumlarında çalışanlarında unvan olarak farklılaşamayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın değişkenleri ile yapılan etki analizleri neticesinde; örgütsel ikliminin motivasyon üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. Araştırma sonuçları, Tataroğlu (2017) ve Ladyong (2014)'un kamu kurumlarında çalışan bireylerin örgüt iklimi algılarının motivasyonları üzerinde pozitif yönde bir etkiye sahip olduğu yönünde buldukları sonuçlar ile benzerlik göstermektedir. Bununla birlikte, farklı sektörlerde faaliyet gösteren örgütler üzerinde yaptıkları çalışmalar ile karşılaştırıldığında da yine benzer şekilde, örgüt ikliminin, çalışanların motivasyonları üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir (Aksoy, 2006; Erdoğan, 2013; Gök, 2009; Haseeb vd., 2016; Öge, 2001; Özkul, 2013; Rusu ve Avasilcaia, 2014;).

Araştırmanın analiz sonuçlarına göre, örgütsel ikliminin çalışanların motivasyonları üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. Demirdöken'in (2017) Gençlik ve Spor Bakanlığında, Vashdi vd. (2011) ve Selamat vd.(2013)'in öğretmenler ile örgüt ikliminin işgören performansı üzerine olan etkisinin incelendiği çalışmalarda, örgüt ikliminin, işgören performansı üzerinde pozitif etkisinin olduğu görülmektedir. Özel sektör de faaliyet gösteren örgütler ile yapılan çalışmalar incelendiğinde de örgüt ikliminin iş performansını pozitif yönde etkilediği sonucuna ulaşıldığı görülmektedir (Avcı,2016; Gök, 2009; Kayar, 2015; Kubendran vd. 2013; Lin ve Liu, 2016).

SONUÇ ve ÖNERİLER

Bu bölümde, araştırmanın bağımlı değişkenleri olan çalışan motivasyonu ve iş performansı ile araştırmanın bağımsız değişkeni olan örgüt iklimi arasındaki ilişkiler incelenmiş ve değişkenler yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim, çalışma yılı ve unvan açısından değerlendirilerek sonuç ve öneriler sunulmuştur.

Araştırmanın sonucunda, örgüt ikliminin, çalışan motivasyonu ve iş performansı üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Örgüt İklimi: Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü çalışanlarının yaş, cinsiyet medeni durum, çalışma yılı, unvan değişkenleri açısından herhangi anlamlı bir farka

rastlanmamıştır. Ancak katılımcıların, eğitim durumları açısından lise mezunlarının ortalamaları lisans mezunlarının ortalamalarından anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur.

Motivasyon: Motivasyon değişkeni incelendiğinde, katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, eğitim, çalışma yılı ve ünvanları açısından anlamlı bir fark olmadığı sonucuna ulaşılmıştır.

İş performansı: İş Performansı değerlendirildiğinde, araştırma bulgularına göre, katılımcıların yaş, cinsiyet, medeni durum, çalışma yılı, ünvanları açısından istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Ancak, katılımcıların eğitim durumları açısından iş performansları arasında anlamlı farklılıklar ortaya çıkmıştır. Buna göre lise mezunu katılımcıların performans düzeyleri lisans mezunu katılımcıların performans düzeylerinden anlamlı derecede daha yüksek bulunmuştur.

Bu çalışmanın ortaya koyduğu bulgular neticesinde araştırmacılara ve kurum yöneticilerine öneriler sunulmaktadır.

Araştırmacılara sunulan öneriler:

1. Bu araştırmanın verileri, İzmir ve Manisa Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü'nden elde edilmiştir. Yapılacak araştırmalara farklı illerin de dahil edilerek araştırmanın kapsamı genişletilebilir.

2. Araştırma da kullanılan Örgüt İklimi, Çalışan Motivasyonu ve Çalışan Performansı Ölçekleri farklı spor örgütlerine uygulanabilir.

3. Örgüt iklimi kavramı, Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü'nde işe bağlılık ve iş tatmini gibi farklı değişkenler ile ele alınıp incelenebilir.

Kurum yöneticilerine sunulan öneriler:

1. Araştırmanın sonucunda, örgüt ikliminin çalışan motivasyonu ve performansı üzerinde pozitif yönde etkisi olduğu görülmektedir. Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğünde çalışan yöneticilerin çalışanlarının motivasyonları ve performanslarını arttırabilmeleri için olumlu bir örgüt iklimi yapısını geliştirmeye yönelik çalışmalar yapmaları önerilmektedir.

2. Sağlıklı bir iklim oluşturabilmek için, kişiler arasındaki iletişimin olumlu olması önemlidir (Bilir, 2005). Yöneticiler tarafından, kişiler arasındaki iletişim, yardımlaşma ve destek duygusunu geliştirmeye yönelik organizasyonlar düzenlenmesi önerilmektedir.

Gürgen, O., ve Onağ, Z. (2017). Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğündeki örgüt ikliminin çalışanların motivasyonu ve performansı üzerindeki etkisinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1),87-105.

3. Çalışan motivasyonunun ve performansının öneminin vurgulanması ve bu konuda personelin bilgilendirilmesi amacıyla hizmet içi eğitim programları düzenlenerek başta yöneticiler olmak üzere çalışanlara eğitim verilmesi önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Aksoy, H. (2006). *Örgüt ikliminin motivasyon üzerine etkisi*. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Altıntaş, H. (2016). *Kamu kurumlarında çalışan performansının değerlendirilmesi ve motivasyonuna etkisi üzerine vergi dairelerinde bir araştırma*. Nişantaşı Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi., İstanbul.
- Avcı, A. (2016). *Stres faktörleri ve örgütsel iklimin çağrı merkezi çalışan performansı üzerine etkileri*. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Bauer, T. & Erdoğan, B. (2012). *An introduction to organizational behavior*. Unnamed Publisher.
- Baytar, Ö. (2010). *İş yaşamında stresin iş gören performansı üzerinde etkileri*, Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.
- Bilir, F.P. (2005). *Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü'nün örgüt iklimi ve çalışanların katılımı ile ilgili algulamaları*. Çukurova Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi. Adana.
- Bowditch, J.L. & Buono, A.F. (1990). *A primer on organizational behaviour*. John Wiley & Sons.
- Brumbach, G.B. (1988). Some ideas, issues and predictions about performance management. *Public Personnel Management*. Winter, 387-402.
- Büyüköztürk, Ş. vd. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (11. Baskı). Ankara: Pegem Akademi.
- Casio, A. (2006). *Managing human resources: productivity, quality of life, profits*. Mcgraw-Hill Irwin.
- Çöl, G. (2008). Algılanan güçlendirmenin işgören performansı üzerine etkileri. *Doğuş Üniversitesi Dergisi*, 9 (1), 35-46.
- Demirdöken, Ç. (2017). *Gençlik ve Spor Bakanlığı'nda örgüt ikliminin işgören performansı üzerine etkisi: alan araştırması*. Hitit Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Çorum.
- Doğan, Ç. (2009). *Örgüt ikliminin iş tatmini üzerine etkisi: bir uygulama*. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Dolan S., Lingham T. (2008). *Fundamentals of international organizational behavior*. Chandos Publishing (Oxford) and New Delhi, India: Sara Books Pvt. Ltd, Oxford, UK.
- Erdoğan, Ş. (2013). *Örgüt iklimi ile çalışanların motivasyonu ve iş tatmini arasındaki ilişkiler. Özel bir hastanede uygulama*. Gediz Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış, Yüksek Lisans Tezi. İzmir.
- Ertan, H. (2008). *Örgütsel bağlılık, iş motivasyonu ve iş performansı arasındaki ilişki: Antalya'da beş yıldızlı otel işletmelerinde bir inceleme*. Kocatepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Doktora Tezi, Afyonkarahisar.
- Eymür, E. (2009). *Örgütsel bağlılık ile işgören performansını incelemeye yönelik bir alan araştırması*. İstanbul Ticaret Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.
- Forehand, G.A. & Gilmer, V.H., (1964). Environmental variation in studies of organizational behaviour. *Psychological Bulletin*, 62 (6), 361-382.

- Gürgen, O., ve Onağ, Z. (2017). Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğündeki örgüt ikliminin çalışanların motivasyonu ve performansı üzerindeki etkisinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1),87-105.
- Gök, S. (2009). *Örgüt ikliminin çalışanların motivasyonuna etkisi üzerine bir araştırma. Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6 (2), 587-605.
- Haseeb, M., Ali, J., Shaharyar, & M., Butt, S. (2016). Relationship, motivation and organizational climate: a case of sustainability. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 6 (7), 102-114.
- İlleez, Z. (2002). *Örgüt ikliminin iş görenlerin örgütsel bağlılıklarına etkisi. konaklama işletmelerinde bir uygulama. Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Ankara.*
- Jasmi, S.A. (2012). *A study on employees work motivation and its effect on their performance and business productivity. dissertation. The British University in Dubai. Faculty of Business.*
- Kayar, S. (2015). *Örgüt iklimi ve örgütsel vatandaşlığın çalışan performansına etkisi. Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.*
- Kirkman, B. L. & Rosen, B. (1999). Beyond self-management: Antecedents and consequences of team empowerment. *Academy of Management Journal*, 42(1), 58-74.
- Kline, R. B. (1998). Software review: Software programs for structural equation modeling: Amos, EQS, and LISREL. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 16(4), 343-364.
- Kondalkar, V.G.(2007). *Organizational Behaviour*. New Delhi: New Age International Publishers.
- Kubendran, V., Nagi, M.S. & Muthukumar, S. (2013). Organisational climate's impact on employee's performance. *Indian Journal of Economics and Development*, 1(3), 76-81.
- Ladyong, B.L. (2014). Organizational Climate and Teachers' Work Motivation: A Case Study of Selected Schools in Prachinburi, Thailand. *Scholarly Journal of Education*, 3(5), 52-57.
- Lewin, K., Lippitt, R., & White, R.K. (1939). Patterns of aggressive behavior in experimentally created 'social climates.' *Journal of Social Psychology*, 10, 271-299.
- Lin, Y. & Liu, N. (2016). High performance work systems and organizational service performance: the roles of different organizational climates. *International Journal of Hospitality Management*, 55 (2016), 118–128.
- Mottaz, J. C. (1985). The relative importance of intrinsic and extrinsic rewards as determinants of work satisfaction. *The Sociological Quarterly*. 26 (3). 365-385.
- Mullins, L.J. (2010). *Management & Organisational Behaviour*. England: Pearson Education Limited. Ninth Edition.
- Otley, D. (1999). Performance management: a framework for management control systems research. *Management Accounting Research*, 10, 363-382.
- Öge, S. (2001). Örgüt iklimi. *Selçuk Üniversitesi İletişim Fakültesi, Akademik Dergisi*, 1(4), 132-143.
- Özden, F. (2013). *Örgüt iklimi ve örgütsel sinizm ilişkisi: Kütahya merkez meslek liseleri üzerine bir araştırma. Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kütahya.*
- Özkuş, Y. (2013). *Örgüt ikliminin motivasyon üzerine etkisi: bir uygulama. Marmara Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul.*
- Pinder, C.C. (1998). *Motivation in work organizations*. NJ: Upper Saddle River.
- Robbins, S.P. & Judge, T.A. (2013). *Organizational Behavior*. United States of America: Pearson Education Limited.
- Rusu, G., Avasilcai, S. (2014). Linking human resources motivation to organizational climate. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 124 (2014), 51 – 58.
- Selamat, N., Samsu, N.Z. & Kamalu, N.S.M. (2013). The impact of organizational climate on teachers' job performance. *Educational Research e Journal*, 2(1), 71-82.

Gürgen, O., ve Onağ, Z. (2017). Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğündeki örgüt ikliminin çalışanların motivasyonu ve performansı üzerindeki etkisinin incelenmesi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1),87-105.

Sigler, T. H., & Pearson, C. M. (2000). Creating an empowering culture: examining the relationship between organizational culture and perceptions of empowerment. *Journal of quality management*, 5(1), 27-52.

Tataroğlu, E.K. (2017). *Örgüt ikliminin motivasyon ile ilişkisi üzerine bir araştırma*. Kırklareli Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kırklareli.

Tercan, S. (2017). *Otantik liderliğin çalışan motivasyonu ve iş performansına etkisi*. İstanbul Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yayınlanmamış, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul.

Tutar, H. ve Altınöz, M. (2010). Örgütsel iklimin işgören performansı üzerine etkisi: ostim imalat işletmeleri çalışanları üzerine bir araştırma. *Ankara Üniversitesi Siyasal Bilgiler Fakültesi Dergisi*, 2 (65),196-218.

Vashdi, D.R., Vigoda-Gadot, E. & Shlomi, D. (2011). *Assessing performance: the impact of organizational climates and politics on public schools' performance*. Blackwell Publishing. Public Administration.

Vroom, V.H. (1964). *Work and motivation*. New York: Wiley.

Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu Öğrencilerinin Epilepsiye İlişkin Bilgi Düzeylerinin İncelenmesi*

Review of the Epilepsy Information Levels of the Students in the Physical Education and Sport Department

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Recep SOSLU^{1†}
Ali ÖZKAN²
Gürkan ELÇİ²

¹Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi,
Karaman

²Bartın Üniversitesi, Bartın

Öz

Bu çalışmanın amacı; Beden Eğitimi Bölümünde öğrenim gören öğrencilerin epilepsi hakkında sahip oldukları bilgi düzeyini belirlemektir. Çalışma, farklı üniversitelerin Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu öğrencilerinden oluşturulmuş ve çalışmaya toplam 685 kişi katılmıştır. Öğrencilere demografik bilgilerinin bulunduğu ve 10 sorudan oluşan epilepsi bilgi düzeyi testi uygulanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 21paket programında analiz edilmiştir. Çalışmaya katılan 685 öğrencinin %67'si erkek ve %33'ü ise kadın öğrenciden oluştuğu saptanmıştır. 'Epilepsi nöbeti geçiren birini gördünüz mü?' sorusuna verilen cevapla, erkeklerin %45,7'si, kadınların ise %50,8'inin gördüğü tespit edilmiştir. 'Gördüğünüz epilepsi nöbeti geçiren birine müdahale ettiniz mi?' sorusuna verilen cevapla; erkeklerin %67'si, kadınların ise %33'ünün müdahale ettiği saptanmıştır. 'Epilepsi ile ilgili olarak hangi kaynaktan bilgi edinme yolunu seçersiniz?' sorusuna verilen cevapla; öğrencilerin %42,6'si internetten, %16,9'u televizyondan, %7,8'i kitap ve gazeteden, %23,3'ü çevresinden, %9,3'ü ise doktordan bilgi edindiği tespit edilmiştir. Ayrıca erkek öğrencilerin %67,2'sinin, kadın öğrencilerin ise %32,8'inin ilkyardım eğitimi aldığı tespit edilmiştir. Bununla birlikte epilepsi bilgi puanı incelendiğinde 100 üzerinden erkeklerin bilgi puanı ortalaması 35,7 ve kadınların ise 36,3 olduğu tespit edilmiştir. Bu çalışma farklı üniversitelerin Beden Eğitimi Bölümü öğrencilerinin epilepsi hakkında bilgi düzeyini belirlemek için hazırlanmış elde edilen sonuçlar incelendiğinde öğrencilerin yaygın olarak epilepsi hakkında yeterli bir bilgi seviyesine sahip olmadıkları belirlenmiştir. Buradan yola çıkarak, egzersizin epilepsili bireylerin nöbet geçirdiği esnada doğru ilkyardımın hem öğrenci hem de sporcularının sağlığını korumada daha güvenli olacakları düşünülmektedir.

Anahtar Kelimeler: Epilepsi, Egzersiz, İlk Yardım.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 09.02.2018

Kabul Tarihi: 30.06.2018

Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

The aim of this study was to determine the level of knowledge of the students in the Physical Education Department have about epilepsy. The study was composed of students of the School of physical education and Sports of different universities and a total of 685 people participated in the study. An epilepsy knowledge level test consisting of 10 questions and demographic information was applied to the students. Data were analyzed in SPSS 21 package program. It was found that 67% of the 685 students were Male and 33% were female students. If you have had epilepsy, it was determined that 45.7% of men and 50.8% of women had epilepsy. You see the question of whether you intervene in epilepsy seizure, 67% of men, and 33% of women intervene in the question was found. To the question from which source you choose the way to obtain information about epilepsy; it was found that 42.6% of the students received information from the internet, 16.9% from television, 7.8% from books and newspapers, 23.3% from the environment, 9.3% from the doctor and 67.2% from the Male students and 32.8% of the female students received first aid. However, when epilepsy information score was examined, it was found that the average of men's knowledge score was 35,7 and 36,3 for women over the face. In this study, it was determined that the students do not have a sufficient level of knowledge about epilepsy in order to determine the level of knowledge about epilepsy of the students in the Physical Education Department of different universities. From here, it is thought that the correct first aid will be safer to protect the health of both the students and the athletes while exercise is epileptic individuals of seizures.

Keywords: Epilepsy, Exercise, First Aid.

* Bu çalışma 22-26 Mayıs 2015 tarihleri arasında Makedonya' da düzenlenen 4. Uluslararası Bilim Kültür ve Spor Kongresi'nde Sözel Bildiri olarak sunulmuştur.

† Sorumlu yazar: Recep SOSLU, recepsosli@gmail.com

GİRİŞ

Epilepsi en yaygın ve ciddi nörolojik hastalıklardan biri olup Dünya nüfusunda yaklaşık 50 milyon, Türkiye’de ise yaklaşık olarak 700 bin epilepsi hastası olduğu bilinmektedir (Soyuer ve Erdoğan, 2011). Epilepsi her yaşta görülebilen ve uzun süreli tedavi ve izleme gerektiren bir nörolojik hastalık olup yaşam kalitesini önemli ölçüde olumsuz etkilemektedir (Aydemir, Özkara, Ünsal ve Canbeyli, 2011; Soslu, 2011). Epilepsili hastalar, genel olarak daha sedanter yaşamaya eğilimlidir. Epilepsi hastaları, nöbetlerin tetiklenebileceği ve nöbet sıklığında artış olabileceği korkusuyla fiziksel aktivite ve spor etkinliklerinden uzak durmaya çalışmışlardır. Belirli önlemler alındığı sürece pek çok epilepsi hastası spor etkinliklerinde bulunabilir. Bu konuda zarar görme olasılığı azdır ve sadece bazı sporlar (Tüplü Dalış, Kayak, Serbest Tırmanış, Araba veya Motosiklet Yarışları, Boks, Karate, Denetimsiz Dalgıçlık, Tek Başına Yamaç Paraşütü ve Paraşütle Atlama, Denetimsiz Dağa Tırmanma) yasaklanmıştır. Bu nedenle epilepsi hastaları spor yapmaya teşvik edilmelidir (Soslu, 2011). Epilepsili bir hastanın spor yapması söz konusu olduğunda nöbete neden olabilecek bazı tetikleyici sebepler göz önünde bulundurulmalıdır. Aşırı yorgunluk, uykusuzluk, yüksek rakımlı yerlerde yapılan spor etkinliklerine bağlı gelişen hipoksi ve elektrolit kaybı sonucu gelişen hiponatremi, dehidratasyona bağlı gelişen hipernatremi, aşırı fiziksel etkinlik ve sıcağa bağlı gelişen hipertermi nöbeti tetiklemeye neden olmaktadır (Soslu, 2015).

Epilepsili kişiler de normal bir hayat yaşama hakkına sahiptir ve kendi seçtikleri bir sporu yapmaya teşvik edilmelidir. Sporun faydalı etkileri sadece nöbet kontrolü değil, aynı zamanda özgüven gelişimi, metabolik kontrolün sağlanması, obezite gelişiminin önlenmesi, stres düzeyinin azaltılması ve kardiyovasküler kapasitenin artırılması üzerinedir. Dahası fiziksel aktivite ve spor, antiepileptik ilaçların osteoporoz ve kilo alma gibi yan etkilerini önleme ve mücadele açısından da klinisyene yardımcıdır (Soslu, 2011).

Epilepsi hastalığıyla ilgili farkındalık yaratmak, doğru bilgi ve davranışlar kazandırmak yaşam kalitesine olumlu katkı sağlamaktadır. Ayrıca epilepsili bireylere sağlanan sosyal destek ve iyi nöbet kontrolü yaşam kalitesini artıran en önemli iki faktördür (Mahrer, I. ve ark., 2013). Okullarda meydana gelen kazalarda öğrencilerin acil durumlarda ya da mevcut hastalığa bağlı gelişebilecek sorunlarda gerekli olan ilk müdahaleyi yapmak öncelikle var olan sağlık personelinin görevidir (Türkiye Cumhuriyeti Sağlık Bakanlığı (TCSB), 2008). Yeterli bir sağlık bilgisiyle donanmış olan öğretmenin, hemşire ve hekime katkısı fazladır (TCSB, 2008; Genç, 2009). Okullarda karşılaşılan acil durumlarda sağlık

personeli olay yerine ulaşmaya kadar ya da birey sağlık kurumuna ulaştırılmaya kadar öğretmenin müdahalesi önem taşımakla birlikte öğretmenlerin bu gibi durumlar için eğitilmeleri oldukça önemlidir (Ateş, 2005). Buradan yola çıkarak Antrenör ve Beden Eğitimi öğretmeni adaylarının karşılaşılabileceği epilepsi nöbeti karşısında nasıl davranmaları gerektiği ve ilkyardım konusunda bilinçli olmaları oldukça önemlidir. Bu çalışma beden eğitimi ve spor yüksekokulunda eğitim-öğretim gören öğrencilerin epilepsi bilgi düzeylerini tespit etmek, elde edilen sonuçlar doğrultusunda uygulanabilir öneriler geliştirebilmek amacıyla planlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırmanın evren ve örneklem seçimi

Araştırmada, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Beden Eğitimi Öğretmenlik Bölümü ile Antrenörlük Eğitimi Bölümünde öğrenim gören öğrencilerin epilepsi bilgi düzeylerini belirlemek için 'Epilepsi Bilgi, Tutum ve Davranışları Ölçeği' kullanılmıştır (Sivri ve Özpulat, 2013). Öğrenciler ile görüşülerek çalışmanın amacı, içeriği, yararları ile süresi hakkında bilgi verilmiş ve araştırmaya katılım gönüllülük ilkesi esas alınarak sağlanmıştır. Araştırmada öğrencilerin tamamına (n=685) ulaşılmıştır. Çalışmaya katılan 685 öğrencinin %67'si erkek, %33'ü ise kadın öğrencilerden oluştuğu saptanmıştır.

Anket formu iki bölümden oluşturulmuştur. Birinci bölüm, "Kişisel Bilgi Formu" başlığı altında öğrencilerin demografik özelliklerini, epilepsi hakkında bilgiyi nereden aldıkları, epilepsili biriyle karşılaşmış ve karşılaşmadıklarını, belirleyen sorulardan oluşturulmuştur. İkinci bölümde ise "Epilepsi Bilgi, Tutum ve Davranışları Ölçeği" başlığı altında epilepsi bilgi düzeylerini ölçmeye yönelik 10 soru yer almaktadır. Epilepsi ile ilgili genel bilgileri içeren ifadelerinin bir kısmının yanına "Evet", "Hayır", "Bilmiyorum" seçenekleri yazılmış, bazıları çoktan seçmeli olarak hazırlanmış ve bir seçeneğin işaretlenmesi istenmiştir. Öğrencilerin bilgi puanlarını saptamak için oluşturulan 10 sorudan her biri, 10 puan olarak değerlendirilerek bilgi puanları 100 puan üzerinden hesaplanmıştır (Sivri ve Özpulat, 2013).

Verilerin analizi

Veriler "SPSS (Statistical Package for Social Sciences) for Windows 21.0" istatistiksel programı yardımıyla analiz edilmiştir. Değerlendirmede yüzde frekans testi kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1: Araştırma grubunun epilepsi bilgi edinme yollarına ait yüzde (%) dağılımları

DEĞİŞKENLER	N	%
Televizyon	116	16,9
Kitap	36	5,3
İnternet	292	42,6
Gazete Dergi	17	2,5
Çevre	116	16,9
Yakınımdan	44	6,4
Doktordan	64	9,3
Toplam	685	100,0

Tablo 1 incelendiğinde; ‘Epilepsi ile ilgili olarak hangi kaynaktan bilgi edinme yolunu seçersiniz?’ sorusuna; katılımcıların %42,6’si internetten, %16,9’u televizyon ve çevre, %9,3’ü doktordan, %6,4’ü yakınımdan, %5,3’ü kitap ve %2,5’inin ise gazeteden, bilgi edindiği tespit edilmiştir.

Tablo 2: Araştırma grubunun epilepsi bilgi sorularına yönelik vermiş oldukları cevapların frekans (N) ve yüzde (%) dağılımları

SORU	CEVAP	N	%
1. Aşağıdakilerden hangisi epilepsi hastalığının belirtisidir?	Yanlış	345	50,4
	Doğru	340	49,6
2. Aşağıdakilerden hangisi epilepsi hastalığının belirtisidir?	Yanlış	469	68,5
	Doğru	216	31,5
3. Aşağıdakilerden hangisi epilepsi hastalığına neden olabilir?	Yanlış	402	58,7
	Doğru	283	41,3
4. Epilepsi hastalığının tedavisi var mıdır?	Yanlış	561	81,9
	Doğru	124	18,1
5. Epilepsi kalıtsal bir hastalık mıdır?	Yanlış	437	63,8
	Doğru	248	36,2
6. Epilepsi hastalığı ömür boyu sürer mi?	Yanlış	445	65,0
	Doğru	240	35,0
7. Epilepsi hastası bilincini kaybetmeden nöbet geçirebilir mi?	Yanlış	526	76,8
	Doğru	159	23,2
8. Aşağıdakilerden hangisi epilepsi nöbetinde uygulanan ilkyardım uygulamalarından biridir?	Yanlış	543	79,3
	Doğru	142	20,7
9. Epilepsi nöbetiyle ilgili yazılanlardan hangisi yanlıştır?	Yanlış	376	54,9
	Doğru	309	45,1
10. Epilepside hangi pozisyonu vermek uygundur?	Yanlış	284	41,5
	Doğru	401	58,5

Tablo 2 incelendiğinde; örneklem grubuna epilepsi bilgi düzeylerini belirlemek için sorulara verdikleri cevaplarının doğru ve yanlış olarak yüzdesel dağılımları verilmiştir. ‘Epilepsi hastalığının belirtisi nedir?’ sorusuna sırasıyla %50,4’ü ile %68,5’i, ‘Epilepsi

hastalığının nedeni nedir?’ sorusuna %58,7’si ‘Epilepsi hastalığının tedavisi var mıdır?’ sorusuna %81,9’u yanlış cevap vermiştir. ‘Epilepsi kalıtsal bir hastalık mıdır?’ sorusuna %63,8’i, ‘Epilepsi hastalığı ömür boyu sürer mi?’ sorusuna %65’i, ‘Epilepsi hastası bilincini kaybetmeden nöbet geçirebilir mi?’ sorusuna %76,8’i, ‘Epilepsi nöbetinde hangileri uygulanan ilkyardım uygulamalarından biridir?’ sorusuna %79,3’ü, yanlış cevap vermiştir. ‘Epilepsi nöbetiyle ilgili yazılanlardan hangisi yanlıştır?’ sorusuna %54,9’u, ‘Epilepsi nöbeti esnasında hastanın hangi pozisyonda olması uygundur?’ sorusuna %41,5’i yanlış cevap vermişlerdir.

Tablo 3: Katılımcılara İlk yardım eğitimi aldınız mı? sorusuna verilen cevapların yüzde (%) dağılımı

İlk yardım eğitimi aldınız mı?	N	%
Evet	460	67,2
Hayır	225	32,8
Toplam	685	100,0

Tablo 3 incelendiğinde; ‘İlkyardım konusunda herhangi bir eğitimi aldınız mı?’ sorusuna katılımcıların %67,2 aldığını, %32,8 ise herhangi bir ilkyardım eğitimini almadığını ifade etmiştir.

Tablo 4: Araştırma Grubunun Epilepsili ile karşılaşma durumu ve ilkyarımda bulunan katılımcı dağılımı

İlkyardım eğitimi aldınız mı?	Epilepsi nöbeti geçiren birini gördünüz mü?	Kaç kez Müdahalede Bulundunuz?			Toplam
		1 kez	2 kez	3 kez	
Evet	1 kez	60	21	1	82
	2 kez	35	14	11	60
	3 kez	18	8	2	28
	4 kez	22	6	19	47
	5 kez	242	0	1	243
	Toplam		377	49	34
Hayır	1 kez	32	9	0	41
	2 kez	29	4	2	35
	3 kez	4	3	3	10
	4 kez	12	3	7	22
	5 kez	117	0	0	117
	Toplam		194	19	12

Tablo 4 incelendiğinde; ilkyardım eğitimi alan ve almayan katılımcıların, ‘Epilepsi nöbeti geçiren birini gördünüz mü? Kaç kez gördünüz ve ilkyarımda bulundunuz mu?’

sorusuna 460 katılımcıların verdiği cevaplar şu şekildedir. 242 kişinin birden fazla epilepsi nöbeti geçiren kişiyi gördüğünü ve en az bir kez ilkyardım müdahalesinde bulunduğu, 117 katılımcının ise gördüğünü ilkyardım eğitimi bilgisi olmadan müdahalede bulunduğu tespit edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Antrenör ve Beden Eğitimi Öğretmen Adaylarının karşılaşabileceği epilepsi nöbeti karşısında nasıl davranmaları gerektiği ve ilkyardım konusunda bilinçli olmaları oldukça önemlidir. Bu çalışma Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda eğitim-öğretim gören öğrencilerin epilepsi bilgi düzeylerini tespit etmek, elde edilen sonuçlar doğrultusunda uygulanabilir öneriler geliştirebilmek amacıyla planlanmıştır.

Eğitim ve meslek hayatını hasta ve sağlıklı insanlara yardım etmeye adanmış sağlık personeli, epilepsili bireylerin ve onların ailelerinin hastalıkla ilgili tüm kararlara ortak katılımlarını sağlayabilmeli ve onların tüm sosyo-kültürel ihtiyaçlarını gözetken bir iletişim kurma bilgi ve becerisine sahip olabilmelidir. Aydın ve Yıldız (2007) yaptıkları çalışmada, yalnızca öğretmenlerin %1,2'sinin epilepsiyle ilgili bir kursa gittiği, %32,4'ünün epilepsi ile ilgili kitap-yazı, broşür, ansiklopedi okuduğu tespit edilmiştir. Baybek, Turasay, Eksen, Bozyer ve Tunç (2004) yaptıkları çalışmada; epilepsili hastaların bilgi aldıkları kaynağa göre dağılımları değerlendirildiğinde; %83,3'ünün hastalıkları ile ilgili bilgiyi doktordan aldığı, gazete-dergi, ebe-hemşire gibi kaynaklardan yararlananların az olduğu, komşu-akrabadan bilgi alan hastanın hiç olmadığı görülmüştür. En yüksek bilgi puanını (32.00±5.25) ebe-hemşireden bilgi alan hastaların aldıklarını tespit etmişlerdir. Özdemir (2012) yaptığı çalışmada; öğrencilerin %62,5'i epilepsi hakkındaki bilgi edinme kaynaklarının okul, %26,5'i de televizyon, internet vb. olduğunu belirtmiştir. Tedrus, Fonseca, Vieira (2007), sağlıkla ilgili bölümlerde okuyan öğrencilerle yaptığı çalışmada (n=258) bilgi kaynaklarının %31,9'unu okul, %29,3'ünü televizyon ve %13'ünü diğer olarak belirtmiştir. Çalışmada 'Epilepsi ile ilgili olarak hangi kaynaktan bilgi edinme yolunu seçersiniz?' sorusuna; öğrencilerin %42,6'si internetten, %16,9'u televizyon ve çevre, %9,3'ü doktordan %6,4'ü yakınımdan, %5,3'ü kitap ve %2,5'i ise gazeteden, bilgi edindiği tespit edilmiştir. Epilepsi ile bilgi edinme yolları incelendiğinde katılımcıların sosyo-ekonomik, epilepsi hastası yakını olması ve daha çok görsel ya da çevrelerinden bilgi edinme yolunu seçtikleri söylenebilir.

İlkyardım bilgilerinin öğrenilmesinde nelerin yapılacağı kadar nelerin yapılmaması gerektiği de öğrenilmelidir. İnsan yaşamı boyunca ilk yardım gerektirecek durumlarla her

zaman karşılaşılabılır. Zamanında yapılacak basit ama etkili ve önemli uygulamalar bütünü olan ilk yardımla hayat kurtarmak mümkün olmaktadır. Duman, Koçak ve Sözen (2013) yaptıkları çalışmada; üniversite öğrencilerinin sağlık ve farklı alanında lisans programında eğitim alan öğrencilere, ilkyardım ve epilepsi bilgi düzeyini araştırmışlar ve sağlık alanı dışında eğitim alan öğrencilerin hem ilkyardım hem de epilepsi hakkında yanlış bilgiye sahip olduklarını saptamışlardır. Yaman ve arkadaşlarının yaptıkları çalışmada; öğretmenlerin %39'unun nöbet sırasında yapılacak uygulamaları bildiği, %12,5'inin kısmen bildiği, %48,5'inin bilmediğini saptamışlardır (Yaman, Arıkan, Çelebioğlu, Özyazıcıoğlu, ve Güdücü, 2001). Öğretmenlerinden az %40'ı yanındaki nesnelere uzaklaştırmak, başını korumak ya da hastaneye götürmek gibi nöbet esnasında yapılması gereken ilk yardım konusunda doğru bilgiye sahip olduklarını belirtmişlerdir (Özpulat ve Sivri, 2013). Bununla birlikte, dili çekme veya dişler arasına nesnelere koyma gibi bazı hatalı bilgilere sahip olduklarını saptamışlardır (Özpulat ve Sivri 2013; Millogo ve Siranyan 2003). Lee, Lee, Chung, Yun & Choi-Kwon (2010) yaptıkları çalışmada; öğretmenlere “sınıfta epilepsili bir öğrenciyi kabul eder misiniz?” sorusuna %42,4'ü hayır cevabını vermiştir. Hayır cevabının nedenine ise %55,4'ü epilepsinin ilkyardım konusunda yeterli bilgiye sahip olmadığını ifade etmişlerdir. Şahin (2011)'de beden eğitimi öğretmenlerinin ve sınıf öğretmenlerinin ilkyardım konusundaki bilgi düzeylerini karşılaştırdığı çalışmada; öğretmenlerin “Epilepsi/sara nöbeti geçiren bir öğrenciyi hangisi yapılmamalıdır?” sorusuna verdikleri cevaplar şu şekildedir. Öğretmenlerin %65,7'sinin “kol ve bacaklara bastırarak kasılmalar önlenmeye çalışılır” seçeneğini, %19,2'sinin “Kasılma henüz tam anlamı ile gerçekleşmemiş ise dişler arasına rulo sargı, kalem vs. konulabilir” seçeneğini işaretlediğini belirtmiştir. Yapılan çalışmada katılımcılara, ‘Epilepsi hastalığının belirtisidir?’ sorusuna sırasıyla %50,4'ü ile %68,5'i, ‘Epilepsi hastalığının nedeni?’ sorusuna %58,7'si ‘Epilepsi hastalığının tedavisi var mıdır?’ sorusuna %81,9'u yanlış cevap vermiştir. ‘Epilepsi kalıtsal bir hastalık mıdır?’ sorusuna %63,8'i, ‘Epilepsi hastalığı ömür boyu sürer mi?’ sorusuna %65'i, ‘Epilepsi hastası bilincini kaybetmeden nöbet geçirebilir mi?’ sorusuna %76,8'i yanlış cevap vermiştir. ‘Epilepsi nöbetinde uygulanan ilkyardım uygulamalarından biridir?’ sorusuna %79,3'ü, ‘Epilepsi nöbetiyle ilgili yazılanlardan hangisi yanlıştır?’ sorusuna %54,9'u, ‘Epilepside nöbet anında hasta hangi pozisyonda olması uygundur?’ sorusuna %41,5'i yanlış cevap vermişlerdir. Ayrıca ‘İlkyardım konusunda herhangi bir eğitim aldınız mı?’ sorusuna katılımcıların %67,2 aldığını, %32,8 ise herhangi bir ilkyardım eğitimini almadığını ifade etmiştir. Çalışma literatür ile paralellik göstermesine rağmen, epilepsi

hakkında hem yeterli bilgi hem de doğru ilkyardım uygulamada yeterli düzeyde olmadığı söylenebilir.

Özdemir (2012) çalışmasına katılan hemşirelik bölümünde öğrenim gören öğrencilere, Epilepsi nöbeti geçiren birini gördüklerinde ne yapacakları sorusuna; %80,1'i başını koruyacağını, %67,6'sı solunum yolunu açık tutacağını, %29,4'ü hastaneye götüreceğini, %15,8'i hareketlerini kısıtlayacağını belirtmiştir. Öğrencilerin konvülsif bir nöbet karşısında uygulaması gereken temel ilkyardım becerilerine sahip olduğu belirtmiştir. Benzer olarak tıp öğrencileri ile yaptıkları çalışmada (n=52) %91'i başını koruyacağını, %40'ı solunum yolunu koruyacağını, %15'i hareketlerini kısıtlayacağını saptamışlardır (Caixeta, Fernandes, Gail, Bell & Sander, 2007). Öğrencilere epilepsili birini tanıma ve epilepsi nöbetine şahit olma durumları sorulduğunda; epilepsili birini tanıma %38,6 ve epilepsi nöbet görme %49,3 olarak saptanmışlardır. Santos, Kumar, Sarma & Radhakrishnan'ın (2007) hemşirelik öğrencileri üzerinde yaptığı çalışmada (n=93); öğrencilerin %47,3'ü epilepsili birini tanıdığını, %34,4'ü epilepsi bir nöbete şahit olduğunu belirtmişlerdir. Gerçekleştirilen çalışmada ise, 'Epilepsi nöbeti geçiren birini gördünüz mü? Kaç kez gördünüz ve ilkyarımda buldunuz mu?' sorusuna cevap olarak 460 katılımcının 242'si birden fazla epilepsi nöbeti geçiren kişiyi gördüğünü ve en az bir kez ilkyardım müdahalesinde bulunduğunu, 117 katılımcı ise gördüğünü, ilkyardım eğitimi olmadan müdahalede bulunduğunu belirtmişlerdir. Temel ilkyardım bilgisi ve epilepsi hakkında yeterli bilgi seviyesinin olmadığı, bununda ilkyardım müdahalesinde bulunulmamasında etkili olduğunu söylenebilir.

Sonuç olarak; Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu'nda öğrenim gören öğrencilerin epilepsi hakkında bilgi düzeyleri araştırılmış elde edilen sonuçlarda yaygın olarak epilepsi hakkında yeterli bir bilgi seviyesine ayrıca epilepsi nöbeti geçiren birine yapılacak ilkyardım konusunda yeterli bilgiye sahip olmadıkları tespit edilmiştir. Buradan yola çıkarak, sporun yaygınlaştığı bir dönemde hem beden eğitimi öğretmenleri hem de antrenörlerin, epilepsili bireylerde nöbet esnasında doğru ilkyardımın öğrenci ve sporcularının sağlığını korumada daha güvenli olacakları önerilmektedir.

KAYNAKLAR

- Ateş, Ç. (2005). *Gaziantep İli Merkeziye Bağlı İlköğretim Okullarında Çalışan Öğretmenlerin İlk Yardım Uygulamalarına İlişkin Bilgi Düzeylerinin Belirlenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Gaziantep Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Gaziantep.
- Aydemir, N., Özkara, Ç., Ünsal, P., & Canbeyli, R. (2011). A comparative study of health related quality of life, psychological well-being, impact of illness and stigma in epilepsy and migraine, *Seizure*, 20(9), 679-685.

- Aydın, K., & Yıldız, H. (2007). Teachers' perceptions in central Turkey concerning epilepsy and asthma and the short-term effect of a brief education on the perception of epilepsy. *Epilepsy Behaviour*, 10(2), 286-90.
- Baybek, H., Turasay, N., Eksen, M., Bozyer, İ., & Tunç, Ö. (2004). Epilepsili hastaların hastalıkları konusundaki bilgi düzeylerinin belirlenmesi. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 13(3)-5134.
- Caixeta, J., Fernandes, P., Gail, S., Bell, W., & Sander, J. (2007). Epilepsy perception among university students. *Arquivos de Neuro-Psiquiatria*, 65(1), 43-48.
- Duman, N.B., Koçak, C., & Sözen, C. (2013). Üniversite öğrencilerinin ilk yardım bilgi düzeyleri ve bunu etkileyen faktörler. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(1).
- Genç, Ü. (2009). *Samsun il merkezindeki lise ve dengi okullarda çalışan öğretmenlerin ilk yardım konusundaki bilgi düzeylerinin belirlenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Lee, H., Lee, Sk., Chung, Ck., Yun, Sn., & Choi-Kwon, S. (2010). Familiarity with, knowledge of and attitudes toward epilepsy among teachers in Korean elementary schools. *Epilepsy & Behavior*, 17(2), 183-7.
- Mahrer-Imhof, R., Jaggi, S., Bonomo, A., Hediger, H., Eggenschwiler, P., Krämer, G., & Oberholzer, E. (2013). Quality of life in adult patients with epilepsy and their family members. *Seizure*, 22(2), 128-135.
- Millogo, A. & Siranyan, A. (2004). Knowledge of epilepsy and attitudes towards the condition among school teachers in Bobo-Dioulasso (Burkina Faso). *Epileptic Disorder*, 6(1), 21-6.
- Nakken, K. O., Solaas, M. H., Kjeldsen, M. J., Friis, M. L., Pellock, J. M., & Corey, L. A. (2005). Which Seizure-Precipitating Factors Do Patients With Epilepsy Most Frequently Report? *Epilepsy & Behavior*, 6(1), 85-89.
- Özdemir Ö. (2012). *Öğrenci hemşirelerin epilepsiye ilişkin bilgi ve tutumlarının değerlendirilmesi*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. İstanbul Bilim Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Şahin, A. (2011). *Karaman İl Merkezindeki Beden Eğitimi Öğretmenlerinin ve Sınıf Öğretmenlerinin İlk Yardım Konusundaki Bilgi Düzeylerinin Karşılaştırılması*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- Santosh, D., Kumar, T. S., Sarma, P. S., & Radhakrishnan, K. (2007). Women with on set of epilepsy prior to marriage: disclose or conceal? *Epilepsia*, 48(5), 1007-1010.
- Sivri, B.B., & Özpulat, F. (2013). Knowledge, attitudes and behaviors of the teachers teaching at primary schools about epilepsy. *Epilepsi*, 19(2), 71-78.
- Soslu, R., Tutkun, E., Kartal, A., Çıplak, M.E., Çekir, R., & Kamuk, Y. U. (2013). The role of grape seed extract in the effect of swimming exercises on epilepsy. *Life Science Journal-Acta Zhengzhou University Overseas Edition*, 4(10), (Yayın No: 3445217)
- Soslu, R. (2011). *Yüzme egzersizinin epilepsiye olan etkisinde bazı antioksidanların rolü*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ondokuz Mayıs Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Samsun.
- Soslu, R. (2014). *Penisilin ile deneysel epilepsi oluşturulan sıçan beyin dokusuna yüzme egzersizi ve üzüm çekirdeği ekstresinin oksidatif stres parametreleri üzerine etkisi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Kırıkkale Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Kırıkkale.
- Soyuer, F., & Erdoğan F. (2011). Physical activity and epilepsy. *Journal of Health Sciences*, 20(1), 77-81.
- T.C. Sağlık Bakanlığı Refik Saydam Hıfzıssıhha Merkezi Başkanlığı Hıfzıssıhha Mektebi Müdürlüğü. (2008). *T.C. Sağlık Bakanlığı Sağlık Hizmetlerinde Okul Sağlığı Kitabı*.
- Tedrus, M., Fonseca, L., & Vieira, L. (2007). Knowledge and attitudes toward epilepsy amongst students in the health area. *Arq Neuro psiquiatr*, 65(4-B), 1181-1185.
- Uysal, S., & Ercan, T. (2005). Epilepsi, Spor, Psikososyal Yaşam. *Türk Pediatri Arşivi*, 40, 68-71.
- Yaman, S., Arıkan, D., Çelebioğlu, A., Özyazıcıoğlu, N., & Güdücü, F. (2001). Öğretmenlerin epilepsiye ilişkin bilgileri ve davranışları. *Atatürk Üniversitesi Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 4(1), 18-24.

Farklı Sürelerdeki Koşu Bandı Egzersizinin Sıçan Kas Dokusundaki Oksidatif Stres Parametreleri Üzerine Etkisi*

The Effect of Different Running Treadmill Exercises on Oxidative Stress Parameters in Rats Muscle Tissue

ORIJİNAL ARAŞTIRMA ORIGINAL RESEARCH

Rahime TAŞ¹
Recep SOSLU^{2†}
Murat TAŞ³
Murat AKYÜZ³
Fazile Nur EKİNCİ AKDEMİR⁴

¹Kazım Karabekir Ortaokulu,
Manisa

²Karamanoğlu Mehmetbey
Üniversitesi Beden Eğitimi ve
Spor Yüksekokulu

³Manisa Celal Bayar
Üniversitesi Spor Bilimleri
Fakültesi

⁴Ağrı İbrahim Çeçen
Üniversitesi, Sağlık
Yüksekokulu

Öz

Bu çalışmanın amacı; farklı sürelerde yapılan koşu bandı egzersizlerinin sıçan kas dokusu üzerinde meydana gelen oksidatif stres parametrelerine etkisini belirlemektir. Sunulan çalışmada ağırlıkları 280-350 gram olan Albino Wistar cinsi 32 adet erkek sıçan kullanılmıştır. Sıçanlara, 13 hafta boyunca koşu bandı egzersiz protokolü, kısa (15 dakika, n:8), orta (30 dakika, n:8) ve yüksek (60 dakika, n:8) düzeyde, beş gün arasında uygulanmıştır. Biyokimyasal çalışmalar için her süpernatanttan süperoksit dismutaz aktivitesi (SOD), malondialdehit (MDA) seviyeleri ve glutatyon (GSH) seviyeleri sırasıyla ELISA kitleriyle her bir rat kas dokusu ikiye tekrarlamalı olarak ölçülmüştür. Deneylerden elde edilen sonuçlar ortalama \pm standart sapma olarak verildi ve 0.05'in altındaki P değerleri, istatistiksel açıdan anlamlı olarak kabul edilmiştir. Gruplar arası farkın önemlilik derecesi tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile ve post-hoc testlerinden "LSD" tekniği kullanılarak belirlenmiştir. Kontrol grubu $23,07 \pm 3,38$ (U/mg protein), Koşu 15 dk. grubu $19,82 \pm 4,77$ (U/mg protein), Koşu 30 dk. $20,88 \pm 4,18$ (U/mg protein) Koşu 60 dk. $22,15 \pm 3,85$ (U/mg protein) SOD değeri olarak tespit edilmiştir. Kontrol grubu $0,43 \pm 0,6$ (nmol/mg protein), Koşu 15 dk. grubu $0,35 \pm 0,3$ (nmol/mg protein), Koşu 30 dk. $0,23 \pm 0,6^{ab}$ (nmol/mg protein), Koşu 60 dk. $0,24 \pm 0,1$ (nmol/mg protein), GSH değeri olarak tespit edilmiştir. Kontrol grubu $0,19 \pm 0,02$ (nmol/mg protein), Koşu 15 dk. grubu $0,12 \pm 0,03$ (nmol/mg protein), Koşu 30 dk. $0,14 \pm 0,01$ (nmol/mg protein), Koşu 60 dk. $0,14 \pm 0,01$ (nmol/mg protein), GSH değeri olarak tespit edilmiştir. Sonuç olarak farklı sürelerde yapılan koşu bandı egzersizi sıçan kas dokusunda meydana gelen oksidatif stres parametreleri üzerinde pozitif etkisinin olduğu tespit edilmiştir. Farklı sürelerde yapılan egzersizler ile birlikte alınan antioksidan desteğinin kas dokusu üzerinde daha etkili olabileceği önerilebilir.

Anahtar Kelimeler: Egzersiz, Antioksidan, Serbest Radikal.

Abstract

Aim of this study was planned to determine the effect of treadmill exercises made on different occasions on the oxidative stress parameters on the rat muscle tissue. In the present study, 32 Male Albino Wistar rats weighing 280-350 grams were used. Rats were administered a treadmill exercise protocol for 13 weeks, short (15 minutes, n:8), moderate (30 minutes, n:8) and long time (60 minutes, n:8) for five days. For each biochemical study, superoxide dismutase activity (SOD), malondialdehyde (MDA) levels and glutathione (GSH) levels from each supernatant were measured in duplicate in each rat muscle tissue by ELISA kits, respectively. Results from the experiments were given as mean \pm standard deviation, and P values below 0.05 were considered statistically significant. The significance level difference between groups was determined using the one-way analysis of variance (ANOVA) test and post-hoc tests using the "LSD" technique. The control group consisted of $23,07 \pm 3,38$ (U/mg protein), 15 min group ($19,82 \pm 4,77$ U/mg protein) and $30,88 \pm 4,18$ (U/Running was determined as SOD value of 60 min 22.15 ± 3.85 (U/mg protein). The control group consisted of $0,43 \pm 0,6$ (nmol/mg protein), 15 minutes group with $0,35 \pm 0,3$ (nmol/mg protein), 30 minutes $0,23 \pm 0,6^{ab}$ (nmol/mg protein), Running 60 min $0,24 \pm 0,1$ (nmol / mg protein), GSH value. The control group consisted of 0.19 ± 0.02 (nmol/mg protein), 15 min group of running 0.12 ± 0.03 (nmol/mg protein), running 30 min 0.14 ± 0.01 (nmol/mg protein), Running was $0,14 \pm 0,01$ (nmol/mg protein), GSH value for 60 min. As a result, it was determined that treadmill exercise performed at different times had a positive effect on the oxidative stress parameters occurring in rat muscle. It may be suggested that the antioxidant supplementation taken with the exercises made at different times may be more effective on muscle tissue.

Keywords: Exercise, Antioxidant, Free Radical.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 10.02.2018

Kabul Tarihi: 30.06.2018

Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

*Bu çalışma 23-26 Kasım tarihleri arasında Manisa' da düzenlenen Dünya Spor Bilimleri Araştırmaları Kongresinde Sözel Bildiri olarak sunulmuştur.

† Sorumlu yazar: Recep SOSLU, receptoslu@gmail.com

GİRİŞ

Egzersizin insan sağlığı üzerine olan olumlu etkileri kabul görmekle birlikte, sporun günlük hayatımıza yerleştirilmesinin önemi gün geçtikçe artmaktadır. Egzersiz ile form tutma; kardiyovasküler hastalıklar, kronik solunum yolu hastalıkları, diabetes mellitus, obezite, kanser, osteoporoz, psikolojik ve anksiyete gibi hastalıkların gelişim riskinin azalmasına yardımcı olurken, bu hastalıkların semptomlarının da kontrol altına alınmasına da katkıda bulunur. Ayrıca egzersiz: Vücuttaki fazla yağları yakmayı; kilo vererek ideal vücut ağırlığına kavuşmayı, kasların kuvvetlenmesini, kan akışını, enerjinin artmasını, dolaşımı, kemik yoğunluğu ve kuvvetini artırır (Soslu, 2014).

Egzersiz, şiddet ve yoğunluğuna bağlı olarak, metabolik süreçleri ve oksijen tüketimini artırarak daha fazla serbest radikal oluşumuna neden olabilir. Serbest radikallerdeki artış antioksidan savunma kapasitesini aşarak lipid peroksidasyonu zincir reaksiyonunu tetikler. Fiziksel yorgunluğa yol açacak düzeydeki egzersiz, çok iyi antrenmanlı atletlerde bile kas dokusunda harabiyete neden olabilir (Taş, Soslu ve Kıyıcı, 2018).

Antioksidanlar, serbest radikallerle tepkimeye girerek, oluşan radikalik zincir reaksiyonunu durduran veya tamamen yok eden ve vücudumuzdaki hayati bileşenlerin zarar görmesini engelleyen moleküllerdir (Soslu, 2014). Antioksidan maddeler (α -tokoferol (vitamin E), β -karoten, Askorbik asit (vitamin C), Folik asit, aktif oksijen oluşumunu engelleyerek ya da oluşan aktif oksijenleri temizleyerek, oksidasyonun teşvik etmiş olduğu zararları hücresel düzeyde engellemekte (DNA bozulmalarını ve yağların peroksidasyonunu azaltan, meydana gelen hasarın tamirinde görev alan), dolayısıyla dejeneratif hastalıkların oluşumunu durdurmaktadır (Soslu, 2014).

Literatürde bakıldığında birçok akut ve kronik koşu bandı çalışma olmasına rağmen, kısa, orta ve uzun süreli uygulanan protokol çalışması oldukça azdır. Buradan yola çıkarak çalışmada, farklı sürelerde yapılan koşu bandı egzersizlerinin sıçan kas dokusu üzerinde meydana gelen oksidatif stres parametrelerine etkisini belirlemek amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Koşubandı (Treadmill) Egzersiz Programı

Sunulan çalışmada ağırlıkları 280-350 gram olan Albino Wistar cinsi 32 adet erkek sıçan kullanılmıştır. Bu sıçanlar Atatürk Üniversitesi Tıbbi ve Cerrahi Araştırma Merkezi'nden temin edilmiştir. Bu merkezde hayvanlar yem ve su kısıtlaması olmaksızın doğal aydınlık-karanlık döngüsünde 80-100 günlük oluncaya kadar yetiştirilmiştir. Günümüzde koşu bandı egzersiz testi, farklı fonksiyon ve kapasitelerin değerlendirildiği klinik yöntem olarak insanlarda ve hayvanlarda yaygın olarak kullanılmaktadır. Sıçanlara, 13 hafta boyunca haftada beş gün Rico'nun (Rico ve ark., 1999) koşu bandı egzersiz protokolü modifiye edilerek, hafif (15 dakika, n:8), orta (30 dakika, n:8) ve yüksek (60 dakika, n:8) düzeyde, haftanın beş günü (pazartesi-cuma), saat 10.00-12.00 arasında uygulanmıştır. Fiziksel egzersiz süreci boyunca oluşma ihtimali olan stresi engellemek amacıyla koşu bandına alıştırmaya egzersizi, her gün beş dakika koşu bandının en düşük hızında 14 gün boyunca uygulanmıştır. Hayvanların koşuya motivasyonunda zorunlu egzersiz devamlılığı sağlamak için elektriksel uyarıcı uygulanarak 1-6 mA arası kademeli elektrik şokundan yararlanılmıştır. Çalışmada, uluslararası CE belgesi olan 4 kulvarlı "May Time 0804 Animal Treadmill" modeli koşu bandı kullanılmıştır.

Kas Dokusunda Yapılan Analizler

Makroskopik analizlerden sonra, rat kas dokuları -80°C'de saklanmıştır. Her ratın 100 mg dokusu spesifik homojenat tamponunda (uygun bufferda) buz üzerinde ultra-turrax ile homojenize edilmiştir. Sonrasında kitteki direktiflere göre santrifüj edilmiştir. Biyokimyasal çalışmalar için her süpernatanttan süperoksit dismutaz aktivitesi (SOD), malondialdehit (MDA) seviyeleri ve glutatyon (GSH) seviyeleri sırasıyla özellikle rat dokusu için dizayn edilmiş yüksek hassasiyetteki Cayman Chemical Superoxide Dismutase Assay Kit Item Number 706002, Cell Biolabs OxiSelect™ TBARS Assay Kit (MDA Quantitation) STA-330 ve Cell Biolabs OxiSelect™ Total Glutathione (GSSG/GSH) Assay Kit STA-312 ELISA kitleleriyle her bir rat karaciğeri ikişer tekrarlamalı olarak ölçülmüştür. Ayrıca uygun tampon ile homojenize edilmiş tüm kas süpernatantlarında bütün datalar her mg protein için ort ± standart sapma olarak gösterilmiştir. Protein tayini: Protein konsantrasyonları ticari protein standartları kullanılarak Lowry metodu ile tespit edilmiştir (Sigma Aldrich, Total protein kit-TP0300-1KT-USA) (Soslu, 2014).

İstatistiksel Analiz

Deneylemlerden elde edilen sonuçlar ortalama \pm standart sapma olarak verilmiş ve 0.05'in altındaki P değerleri, istatistiksel açıdan anlamlı olarak kabul edilmiştir. Gruplar arası farkın önemlilik derecesi tek yönlü varyans analizi (ANOVA) testi ile ve post-hoc testlerinden "LSD" tekniği kullanılarak belirlenmiştir.

BULGULAR

Tablo 1: Rat Kas Dokusunda Ölçülen SOD Miktarı.

GRUP	N	SOD (U/mg protein)
Kontrol grubu	8	23.07 \pm 3.38
Koşu 15 dk	8	19.82 \pm 4.77 ^a
Koşu 30 dk	8	20.88 \pm 4.18 ^a
Koşu 60 dk	8	22.15 \pm 3.85

a:p<0,05

Tablo 1 incelendiğinde; Kontrol grubu 23,07 \pm 3,38 (U/mg protein), Koşu 15 dk. grubu 19,82 \pm 4,77 (U/mg protein), Koşu 30 dk. 20,88 \pm 4,18 (U/mg protein) ve Koşu 60 dk. 22,15 \pm 3,85 (U/mg protein) SOD değeri olarak tespit edilmiştir. Tablo 1'de gruplar arasında SOD miktarında istatistikî açıdan anlamlı bir farklılık yoktur. Ancak Koşu 15 dk'lık grupta; Koşu 30 dk. ve Koşu 60 dk'lık gruba göre SOD miktarında farklılık saptanmıştır.

Tablo 2: Rat Kas Dokusunda Ölçülen GSH Miktarı.

GRUP	N	GSH (nmol/mg protein)
Kontrol grubu	8	0.43 \pm 0.6
Koşu 15 dk	8	0.35 \pm 0.3 ^b
Koşu 30 dk	8	0.23 \pm 0.6 ^{ab}
Koşu 60 dk	8	0.24 \pm 0.1 ^b

a: p<0,001; b:p<0,05

Tablo 2 incelendiğinde; Kontrol grubu 0,43 \pm 0,6 (nmol/mg protein), Koşu 15 dk. grubu 0,35 \pm 0,3 (nmol/mg protein), Koşu 30 dk.0,23 \pm 0,6^{ab} (nmol/mg protein), Koşu 60 dk.0,24 \pm 0,1 (nmol/mg protein), GSH değeri olarak tespit edilmiştir.

Tablo 3: Rat Kas Dokusunda Ölçülen MDA Miktarı.

GRUP	N	MDA (nmol /mg protein)
Kontrol grubu	8	0.19±0.02
Koşu 15 dk	8	0.12±0.03 ^a
Koşu 30 dk	8	0.14±0.01 ^a
Koşu 60 dk	8	0.14±0.01 ^a

a: p<0,05

Tablo 3 incelendiğinde; Kontrol grubu 0,19±0,02 (nmol/mg protein), Koşu 15 dk. grubu 0,12±0,03 (nmol/mg protein), Koşu 30 dk.0,14±0,01 (nmol/mg protein), Koşu 60 dk.0,14±0,01 (nmol/mg protein), MDA değeri olarak tespit edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Egzersiz esnasında oksijen tüketimindeki artış en belirgin değişim olarak göze çarpmaktadır. Bu artışa paralel olarak egzersiz öncesi koşullara göre serbest radikal üretimi hızlanmaktadır. Lipid peroksidasyonu hücre zarlarında çoklu doymamış yağ asitlerine saldıran radikaller tarafından başlatılan bir serbest radikal aracılı zincir reaksiyonu olup bu yüzden oksidatif hasar ile sonuçlanan ve sonunda membran kararlılığını etkileyen bir reaksiyondur (Rokizki, Logemann, Huber, Keck. & Keul, 1994).

Beyinde dâhil olmak üzere, vücudun hemen hemen her sistemi üzerine egzersizin etkili olduğunu bildirmişlerdir (Cotman and Berchtold, 2002; Cotman and Engesser-Cesar, 2002). Egzersizin serebral bölgedeki kan akımını, kan-beyin bariyerinde taşınan amino asit miktarını artırdığını, endojen peptidleri değiştirdiğini ve sinir uyarımın da değişiklikler meydana getirdiği saptamışlardır (Herholz ve ark. 1987; Hollmann ve ark. 1994; Ide, Horn & Secher, 1999). Cotman and Berchtold (2002), egzersizin sinaps ve sinir uçlarını uyardığını ve yaşa bağlı beyin fonksiyonlarındaki dejenerasyonunu da önlediğini tespit etmiştir. Kirana, Subramanyamb & Asha'nın (2003) yaptıkları çalışmada; sıçanlara düşük, orta ve yüksek şiddetle 4 hafta boyunca her gün 20 ve 40 dk (vücut ağırlıkları %2, %3 ve %5' lik oranda artırılmış) yüzme egzersizi uygulamışlar ve 20 dk. düşük yoğunluklu egzersiz yapan sıçanlarda, orta ve yüksek şiddetli egzersiz yapan sıçanlara göre oksidatif strese karşı daha koruyucu etki gösterdiğini saptamışlardır.

Gündüz, Şentürk, Kuru, Aktekin & Aktekin (2004) yaptıkları çalışmada, sıçanlara bir yıl boyunca haftada 5 gün, günde 1 saat yüzme egzersizi yaptırmışlardır. Çalışma sonunda sıçanların böbrek, karaciğer, kalp ve kas dokularını analiz etmiş, SOD aktivitenin egzersiz yapan yaşlı grupta kalp ve gastroknemius kasında yükseldiğini, egzersiz yapan yaşlı grup, genç kontrol grubuna göre akciğerde oluşan SOD aktivitenin daha yüksek olduğunu fakat diğer dokularda herhangi bir farkın olmadığını tespit etmişlerdir.

Fiziksel aktivitelerin sağlığa faydalı etkilerinin olduğu bilinmesine rağmen, egzersizin reaktif oksijen türlerini (ROS) artırarak, oksidatif strese sebep olduğu bildirilmiştir (Kıyıcı ve Kışalı, 2010). Hücre ve dokuların yapısal bütünlüğünün korunmasında ve normal fonksiyonlarını yerine getirmelerinde oksidan ve antioksidanlar büyük önem taşımaktadır. Oksidan ve antioksidanların normal düzeylerinden düşük olması organizmada oksidatif strese yol açar. Oluşan serbest radikaller ve reaktif oksijen molekülleri ise vücudumuzun temel yapısal molekülleri olan lipid, DNA ve proteinlerin oksidasyona maruz kalmasına neden olduğunu bildirmişlerdir (Paz-Elizur ve ark.; Gackowski ve ark., 2003).

Akut ve kronik egzersizden sonra sıçanlarda SOD aktivitesi daha çok iskelet kası, karaciğer, kalp ve diğer dokularda incelenmiştir, plazmada egzersizle meydana gelen SOD değişiklikleri inceleyen çalışmalar sınırlı sayıdadır. Akut tek devrelik egzersizin karaciğer (Ji ve ark., 1990), iskelet kası (Ji ve Fu, 1992), kalp (Ji ve Mitchell, 1994) ve eritrosit (Mena ve ark., 1991; Ohno ve ark., 1988) gibi pek çok dokuda SOD aktivitesini artırmasına rağmen, akut egzersiz ile SOD aktivitelerinin değişmediğini (Tauler ve ark., 2004) veya kalp dokusunda (Gül ve ark., 2006) azaldığını iddia eden çalışmalar da mevcuttur. Çalışmamızda kronik egzersiz yapan sıçanlarda plazma SOD aktivitesi, kontrol ve kronik egzersiz yapanlara kıyasla az orandadır. Antioksidan enzim aktivitesinde gözlenen bu azalma enzimlerin allosterik azalmasını yansıtmaya ilaveten egzersiz esnasında artan oksidatif streste enzimlerin inaktive olmasına bağlanabilir. Elosua ve arkadaşları (2003) insanlarda 30 dakikalık bir egzersizden sonra eritrosit SOD aktivitelerinin azaldığını göstermiş ve bu durumu egzersizin yol açtığı ROS üretiminin enzim aktivitelerinin tükenmesine neden olduğu şeklinde yorumlamışlardır.

Egzersizle beraber serbest radikal üretimi ve antioksidan aktivite artar. Bu artışın egzersizin şiddeti ve süresi ile ilişkili olup olmadığı tartışmalıdır (Ortenblad, Madsen & Djurhuus, 1997; Powers ve Lennon, 1999). Ancak egzersiz sırasında oluşan oksidatif stres nedeniyle kandaki düzeyleri artan serbest radikallerin ortadan kaldırılmasında egzersizin yoğunluğuna da bağlı olarak vücudun antioksidan sistemleri bazen yetersiz kalabilmektedir.

Antioksidan savunma sistemlerinin en üst kapasite sınırına yakın ama onu aşmayacak şekilde sürekli aktivitede bulunmaları halinde, bu sistemin faaliyette olduğunun bir göstergesi olarak kandaki GSH düzeyinin azaldığını bildirmişlerdir (Gohil, Rothfuss, Lang & Packer, 1987).

Egzersizle birlikte GSH düzeyi (Childs, Jacobs, Kaminski, Halliwell & Leeuwenburgh, 2001; Hellsten, Sjodin, Richter & Bangsbo, 1998; Hellsten ve ark., 2001; İnal Akyüz, Turgut, & Getsfrid, 2001; Marzatico, Pansarasa, Bertorelli, Somenzini & Della Valle, 1997; Svensson ve ark., 2002 ve Thompson ve ark., 2003) yaptıkları çalışmalarda deneklerin GSH değerlerinde önemli bir azalma belirlendiğini kaydetmişlerdir. Çolakoğlu ve arkadaşları (1999) ise yaptıkları çalışmada deneklerin GSH değerlerinde önemli bir farklılık tespit edilemediğini bildirmişlerdir. Nitekim yoğun fiziksel egzersiz yapan kişilerin kan GSH düzeylerinde azalma olduğunu kaydeden Gohil ve arkadaşları da (1987) elde edilen birbirinden farklı sonuçların değişik egzersiz programlarından mı, farklı test programlarından mı yoksa diğer farklılıklardan mı kaynaklandığının araştırmaya açık konular olduğunu bildirmişlerdir. Gerek bizim gerekse diğer araştırmacıların (Gohil ve ark., 1987; Hellsten ve ark., 1998; Svensson ve ark., 2002; Thompson ve ark., 2003) kandaki GSH düzeyindeki azalma egzersizle birlikte artan serbest radikal üretiminin, artan antioksidan aktivite ile birlikte GSH gibi antioksidanlar tarafından tamponlanması nedeniyle olabileceğini tespit etmişlerdir. Çalışmamızda GSH düzeyinin 30dk. koşu grubunda daha düşük olduğu tespit edilmiş, bununda 30dk. koşu egzersizlerinde oluşan serbest radikal düzeyin daha fazla olduğunu ve artan serbest radikali tamponlamak için GSH aktivitesinin devreye girerek durdurulmasında etkin olduğunu düşünmekteyiz.

MDA değerlerinin akut ve kronik egzersizle nasıl değiştiğini inceleyen çalışmalarda farklı sonuçlar ortaya konulmuştur. Birçok araştırmada (Davies, Qumtanilha, Brooks & Packer, 1982; Gül ve ark., 2001) akut egzersizle plazma, iskelet kası, karaciğer ve akciğer gibi dokularda MDA değerlerinin arttığı bildirilirken, MDA'nın değişmediğini (Dixon ve ark., 2003; Leaf, Kleinman, Hamilton & Barstow, 1997; Quindry, Stone, King & Broeder, 2003), hatta azaldığını (Kretzschmar, Müller, Hübscher, Marin & Klinger, 1991) öne süren çalışmalar da mevcuttur. Antrenmanın etkisi ile ilgili olarak, düzenli egzersiz sonucunda MDA değerinin azaldığı yönünde olmasına rağmen (Clarkson, 1995) değişmediğini ifade etmiştir (Husain, 2003). Egzersiz çalışmalarının sonuçlarındaki bu farklılık büyük ölçüde egzersizin tipine, şiddetine, sıklığına ve süresine (egzersiz protokollerinin farklılığına) bağlıdır. Farklı tiplerdeki egzersizlerin farklı seviyelerde oksidatif hasara neden olduğu iyi bilinmektedir. Çalışmamızda elde edilen sonuçlarda 15 dk. koşu grubunda diğer gruplara göre MDA seviyesinin daha düşük

olduğu tespit edilmiştir. Bunun mevcut enzimatik antioksidan seviye miktarının başta daha yüksek olduğu ve oluşan MDA seviyesini tamponlayarak daha düşük seviyede tutmuş egzersiz süresi arttıkça oksidasyon arttığı için MDA seviyesinde artış göstermektedir. Sonuç olarak farklı sürelerde yapılan koşu bandı egzersizi sıçan kas dokusunda meydana gelen oksidatif stres parametreleri üzerinde pozitif etkisinin olduğu tespit edilmiştir.

KAYNAKLAR

- Akdemir, F.N.E., Gülçin, İ., Karagöz, B., & Soslu, R. (2016). Quercetin protects rat skeletal muscle from ischemia reperfusion injury. *Journal Of Enzyme Inhibition And Medicinal Chemistry*, 31(2), 162-166. [https://doi.org/10.1016/S0891-5849\(01\)00640-2](https://doi.org/10.1016/S0891-5849(01)00640-2).
- Childs, A., Jacobs, C., Kaminski, T., Halliwell, B. & Leeuwenburgh, C. (2001). Supplementation with vitamin C and N-acetyl-cysteine increases oxidative stress in humans after an acute muscle injury induced by eccentric exercise. *Free Radical Biology and Medicine*, 31, 745-53.
- Clarkson, P.M. (1995). Antioxidants and physical performance. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 35, 131-41. <https://doi.org/10.1080/10408399509527692>.
- Cotman, C.W., & Berchtold, N.C. (2002). Exercise: a behavioral intervention to enhance brain health and plasticity. *Trend Neuroscience*, 25, 295–301. [https://doi.org/10.1016/S0166-2236\(02\)02143-4](https://doi.org/10.1016/S0166-2236(02)02143-4).
- Cotman, C.W., & Engesser-Cesar, C. (2002). Exercise enhances and protects brain function. *Exercise Sport Science Review*, 30, 75–79.
- Çolakoğlu, S., Çolakoğlu, M., Kırkalı, M., Örmən, M., & Akan, P. (1999). E vitamini desteğinin submaksimal egzersizde oksidan stres ve dayanıklılık üzerine etkileri. *Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 1-8.
- Davies, K.J.A., Qumtanilha, A.T., Brooks, G.A., & Packer, L. (1982). Free radicals and tissue damage produced by exercise. *Biochemical, Biophysical Research Communications*, 107, 1198- 1205. [https://doi.org/10.1016/S0006-291X\(82\)80124-1](https://doi.org/10.1016/S0006-291X(82)80124-1).
- Dixon, C.B., Robertson, R.J., Goss, F.L., Timmer, J.M., Nagle, E., & Evans, R.W. (2003). Effect of resistance training status on free radical production and muscle damage following acute exercise. *Medical Science Sports Exercise*, 35, 157. DOI: 10.1097/00005768-200305001-00867.
- Elosua, R., Molina, L., Fito, M., Arquer, A., Sanchez-Quesada, J.L., & Covas, M.I. (2003). Response of oxidative stress biomarkers to a 16-week aerobic physical activity program, and to acute physical activity, in healthy young men and women. *Atherosclerosis*, 167, 327-34.
- Gackowski, D., Speina, E., Zielinska, M., Kowalewski, J., Rozalski, R., & Siomek, A. (2003). Products of oxidative DNA damage and repair as possible biomarkers of susceptibility to lung cancer. *Cancer Research*, 63(16), 4899–902.
- Gohil, K., Rothfuss, L., Lang, J., & Packer, L. (1987). Effect of exercise training on tissue vitamin E and ubiquinone content. *Journal of Applied Physiology*, 63, 1638-41. DOI: 10.1097/00005768-200305001-00867.
- Gül, M., Demircan, B., Taysi, S., Oztasan, N., Gumustekin, K., & Sıktar, E. (2006). Effects of endurance training and acute exhaustive exercise on antioxidant defense mechanisms in rat heart. *Comparative Biochemistry and Physiology-Part A: Molecular & Integrative Physiology*, 43, 239-45.
- Gündüz, F., Şentürk, Ü.K., Kuru, O., Aktekin, B., & Aktekin, M.R. (2004). The effect of one year's swimming exercise on oxidant stress and antioxidant capacity in aged rats. *Physiology Research*, 53, 171-176.
- Hellsten, Y., Sjödin, B., Richter, E.A., & Bangsbo, J. (1998). Urate uptake and lowered ATP levels in human muscle after high-intensity intermittent exercise. *American Journal of Physiology*, 274, 600-6.
- Hellsten, Y., Svensson, M., Sjödin, B., Smith, S., Christensen, A., & Richter E.A. (2001). Allantoin formation and urate and glutathione exchange in human muscle during submaximal exercise. *Free Radical Biology and Medicine*, 31, 1313-22.

Taş, R., Soslu, R., Taş, M., Akyüz, M., ve İkinci Akdemir, F.N. (2018). Farklı sürelerdeki koşu bandı egzersizinin sıçan kas dokusundaki oksidatif stres parametreleri üzerine etkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 115-124.

- Herholz, K., Buskies, W., Rist, M., Pawlik, G., Hollmann, W., & Heiss, W.D. (1987). Regional Cerebral Blood Flow on Man At Rest And During Exercise. *Journal of Neurology*, 234(1), 9-13.
- Hollmann, W., Fischer, H., De Meirleir, K., Herzog, H., Herholz, K., & Feinendegen, L.E. (1994). The Brain: Regional Cerebral Blood Flow, Metabolism And Psyche During Ergometer Exercise. *Fitness And Health: International Proceedings And Consensus Statement*, 490-500. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/3102697>.
- Husain, K. (2003). Interaction of exercise training and chronic NOS inhibition on blood pressure, heart rate, NO and antioxidants in plasma of rats. *Pathophysiology*, 10, 47-56. <https://doi.org/10.1016/j.pathophys.2003.06.001>.
- Ide, K., Horn, A., & Secher, N.H. (1999). Cerebral metabolic response to submaximal exercise. *Journal of Applied Physiology*, 87, 1604-1608. <https://doi.org/10.1152/jap.1999.87.5.1604>.
- Inal, M., Akyüz, F., Turgut, A., & Getsfrid, W.M. (2001). Effect of aerobic and anaerobic metabolism on free radical generation swimmers. *Medical Science Sports Exercise*, 33, 564-567.
- Ji, L.L., Dillon, D., & Wu, E. (1990). Alteration of antioxidant enzymes with aging in rat skeletal muscle and liver. *American Journal of Physiology*, 258, 918-23. <https://doi.org/10.1152/ajpregu.1990.258.4.R918>.
- Ji, L.L. & Fu, R. (1992). Responses of glutathione system and antioxidant enzymes to exhaustive exercise and hydroperoxide. *Journal Applied Physiology*, 72, 549-54. <https://doi.org/10.1152/jap.1992.72.2.549>.
- Ji, L.L., & Mitchell, E.W. (1994). Effects of Adriamycin on heart mitochondrial function in rested and exercised rats. *Biochemical Pharmacology*, 47, 877-85. [https://doi.org/10.1016/0006-2952\(94\)90488-X](https://doi.org/10.1016/0006-2952(94)90488-X).
- Kıyıcı, F., & Kışalı, N.F. (2010). Alp disiplini kayakçılarında sürat egzersizleri sonrası kan antioksidan düzeylerinin incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi Spor Bilimleri Dergisi*, 12 (1), 1-9.
- Kirana, R., Subramanyamb, M.V.V., & Asha, D.S. (2004). Swim exercise training and adaptations in the antioxidant defense system of myocardium of old rats: Relationship To Swim İntensity And Duration Comparative. *Biochemistry And Physiology Part B*, 137, 187-196.
- Kretzschmar, M., Müller, D., Hübscher, J., Marin, E. & Klinger, W. (1991). Influence of aging, training and acute, physical exercise on plasma glutathione and lipid peroxides in man. *International Journal of Sports Medicine*, 12, 218-22.
- Leaf, D.A., Kleinman, M.T., Hamilton, M., & Barstow, T.J. (1997). The effect of exercise intensity on lipid peroxidation. *Medicine and Science Sports Exercise*, 29(8), 1036-1039.
- Marzatico, F., Pansarasa, O., Bertorelli, L., Somenzini, L., & Della Valle, G. (1997). Blood free radical antioxidant enzymes and lipid peroxides following long-distance and lactacidemic performances in highly trained aerobic and sprint athletes. *Journal Sports Medicine Physical Fitness*, 37, 235-239.
- Mena, P., Maynar, M., Gutierrez, J.M., Maynar, J., Timon, J., & Campillo, J.E. (1991). Erythrocyte free radical scavenger enzymes in bicycle professional racers. *Adaptation to training. International Journal of Sports Medicine*, 12(6), 563-6.
- Ohno, H., Yahata, T., Sato, Y., Yamamura, K., & Taniguchi, N. (1988). Physical training and fasting erythrocyte activities of free radical scavenging enzyme systems in sedentary men. *European Journal of Applied Physiology*, 57(2), 173-176.
- Ortenblad, N., Madsen, K., & Djurhuus, M.S. (1997). Antioxidant status and lipid peroxidation after short-term maximal exercise in trained and untrained humans. *American Journal of Physiology*, 272(4), 1258-63.
- Paz-Elizur, T., Krupsky, M., Blumenstein, S., Elinger, D., Schechtman, E., & Livneh, Z. (2003). DNA repair activity for oxidative damage and risk of lung cancer. *Journal of the National Cancer Institute*, 95(17), 1312-1316.
- Powers, S.K. & Lennon, S.L. (1999). Analysis Of Cellular Response To Free Radicals Focus On Exercise And Skeletal Muscle. *The Proceedings of the Nutrition Society*, 58(4), 1025-1033.
- Quindry, J.C., Stone, W.L., King, J., & Broeder, C.E. (2003). The effects of acute exercise on neutrophils and plasma oxidative stres. *Medical Science Sports Exercise*, 35(7), 1139-1145.
- Rico, H., Gervas, J., Hernandez, E.R., Seco, C., Villa, L.F., Revilla, M., & Sanchez-Atrio, A. (1999). Effects of alprazolam supplementation on vertebral and femoral bone mass in rats on strenuous treadmill training exercise. *Calcified Tissue Research*, 65(2), 139-142.

Taş, R., Soslu, R., Taş, M., Akyüz, M., ve İkinci Akdemir, F.N. (2018). Farklı sürelerdeki koşu bandı egzersizinin sıçan kas dokusundaki oksidatif stres parametreleri üzerine etkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(1), 115-124.

Rokizki, L., Logemann, E., Huber, G., Keck, E., & Keul, J. (1994). Alpha-Tocopherol supplementation in racing cyclists during extreme endurance training. *International Journal of Sport Nutrition and Exercise Metabolism*, 4(3), 253-64.

Soslu, R. (2014). *Penisilin ile Deneysel Epilepsi Oluşturulan Sıçan Beyin Dokusuna Yüzme Egzersizi ve Üzüm Çekirdeği Ekstresinin Oksidatif Stres Parametreleri Üzerine Etkisi*. Kırıkkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü/ Doktora Tezi.

Svensson, M.B., Ekblom, B., Cotgreave, I.A., Norman, B., Sjöberg, B., Ekblom, O., Sjödin, B., & Sjödin, A. (2002). Adaptive stress response of glutathione and uric acid metabolism in man following controlled exercise and diet. *Acta Physiologica Scandinavica*, 176(1), 43-56. <https://doi.org/10.1046/j.1365-201X.2002.01008.x>.

Taş, M., Soslu, R., & Kılıcı, F. (2018). The Effect Of Six Weeks Sprint Training On Serum Antioxidant Levels In Soccer Players. *European Journal Of Physical Education And Sport Science*, 4, 1, 35-45.

Tauler, P., Aguilo, A., Gimeno, I., Guix, P., Tur, J.A., & Pons, A. (2004). Different effects of exercise tests on the antioxidant enzyme activities in lymphocytes and neutrophils. *Journal of Nutritional Biochemistry*, 15, 8, 479-84.

Thompson, D., Williams, C., Garcia-Roves, P., McGregor, S.J., McArdle, F., & Jackson, M.J. (2003). Post-exercise vitamin C supplementation and recovery from demanding exercise. *European Journal of Applied Physiology*, 89(3), 393-400.

Üniversitede Öğrenim Gören Sporcuların ve Sedanterlerin Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması*

Comparison of Self-Esteem Levels of Athletes and Sedentary Individuals Who Studied at Universities

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Tülin ATAN¹,
Şaban ÜNVER[†],
Emrah ALLAHVERDİ¹

¹Ondokuz Mayıs Üniversitesi

Öz

Bu araştırmanın amacı, üniversitede okuyan, bireysel ve takım sporu ile uğraşan sporcuların ve sedanterlerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılmasıdır. Çalışmaya Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi'nde okuyan bireysel sporlar ile uğraşan 100 sporcu, takım sporlarıyla uğraşan 100 sporcu ve hiçbir spor branşı ile uğraşmayan Eğitim Fakültesi'nde okuyan 100 sedanter olmak üzere toplam 300 kişi katılmıştır. Çalışmada veri toplama tekniği olarak yüz yüze görüşme, katılımcıların benlik saygısı düzeylerini tespit etmek için Arıcak (1999) tarafından geliştirilen "Benlik Saygısı Ölçeği" kullanılmıştır. Bireysel sporlar ile uğraşan sporcuların alt boyutlardan biri olan "benlik değerinin" ve "depresif duygulanım" değerinin istatistiksel olarak takım sporcularından ve sedanterlerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p<0.0166$). Cinsiyete ve ailenin aylık gelir düzeyine göre benlik saygısı düzeylerinin hiçbir alt boyutunda farklılaşma olmadığı tespit edilmiştir. Bireysel sporlar ile uğraşan sporcuların benlik saygısı düzeyleri takım sporcularından ve sedanterlerden daha yüksek olduğu sonucuna varılmıştır. Cinsiyet ve ailenin gelir düzeyi benlik saygısını etkilememektedir. Yalnız kalanların benlik saygısı düzeyleri ise ailesi ile veya yurttan kalanlara göre daha yüksektir. Bireysel sporlarla uğraşan sporcuların rakibiyle tek başına mücadele etmek zorunda olması daha fazla sorumluluk almasını gerektirmektedir. Bu sorumluluk sporcuya daha fazla kendine güvenme hissi vererek sporcunun benlik saygısını da artırdığı düşünülmektedir. Takım sporu ile uğraşan sporcular da, benzer düşüncelerle takımları için gerekli sorumlulukları aldığında ve kendilerine daha fazla güvendiklerinde, benlik saygılarının yükselmesi kaçınılmaz olacaktır. Ayrıca sedanterlere spor yapmaları için gerekli ortamın sağlanması ve teşvik edici unsurların artırılması gerekliliği ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Benlik saygısı, Sedanter, Sporcu.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 27.02.2018
Kabul Tarihi: 30.06.2018
Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

The objective of this study is to compare the self-esteem levels of athletes who do individual and team sports and sedentary individuals. University of Ondokuz Mayıs Yasar Doğu Faculty of Sport Sciences at studying, a total of 300 individuals, 100 athletes doing individual sports, 100 athletes doing team sports and 100 sedentary individuals who were not doing any sports studying at the Faculty of Education, participated in the study. As a study and data collecting method face to face conversation method, in order to find out the self-esteem levels of the participants, "Self-Esteem Scale" developed by Arıcak (1999) was used. It was found that the "self-worth" and "depressive mood" values of athletes who were doing individual sports were statistically higher than those of athletes doing team sports and sedentary individuals ($p<0.0166$). No differences were found in any of the sub-dimensions of self-esteem levels in terms of gender and family's monthly income. It was concluded that the self-esteem levels of athletes who were doing individual sports were higher than those of athletes who were doing team sports and sedentary individuals. Gender and family's income level do not have an influence on self-esteem. Self-esteem levels of the individuals staying alone are lower than those who stay with their family or in the dormitory. The fact that the athletes who engage in individual sports have to struggle with their opponent alone requires more responsibility. This responsibility is thought to increase the athlete's self-esteem, giving the athlete more sense of self-confidence. If athletes dealing with team sports get the same responsibilities for their teams as well, and they are more confident in themselves, it will be inevitable to raise their self-esteem. It is also necessary for the sedentary individuals to provide the necessary environment for sports and to increase the incentive.

Keywords: Self-esteem, Sedentary, Athlete.

* Bu çalışma 20-22 Ekim 2017 tarihleri arasında Hırvatistan'da düzenlenen "Humanities and Social Sciences Conference" kongrede sözel bildiri olarak sunulmuştur.

† Sorumlu yazar: Şaban ÜNVER, saban.unver@omu.edu.tr

GİRİŞ

Benlik kavramı, bir bireyin kendini algılama şekli, kim ve ne olduğuna, kimliğine ilişkin düşüncesidir (Yavuzer, 2002). Kişinin benliğine yüklediği değeri ifade eden benlik saygısı, bireylerin psikolojik ve sosyal açıdan etkili ve başarılı olmasını sağlayan bir belirteçtir (Yüzgeç, 2014). Benlik saygısı bireylerin kendilerini çeşitli faktörler yardımıyla değerlendirmelerinden sonra ortaya çıkardıkları durumu beğenme derecesidir. Bireyler kendilerini düzgün bir şekilde değerlendirebiliyor, davranışlarının tutarlılığını test edebiliyor ve bunun sonucunda da kendilerinde sağlam bir güven duygusu oluşturabiliyorlarsa doğru bir benlik saygısı düzeyinden bahsedilebilmektedir (Esen, 2012). Benlik saygısı; kısaca kişinin kendini ne kadar önemseydiği, nasıl gördüğü olarak tanımlanan, kişinin kendine soracağı “bir birey olarak kendimi ne ölçüde sevmekte, kabul etmekte ve kendime ne ölçüde saygı duymaktayım” sorularına objektif bir biçimde cevaplandırıp değerlendirme yaptığı bir olgudur (Taşgıt, 2012). Benlik saygısının seviyesi, kişinin okul ve iş hayatındaki başarıları ve becerileri, stres ile başa çıkma etkinliğini, arkadaşlık ve dostluk ilişkilerinin gelişmesini, canlılık ve eğlenebilirlik derecesini etkilemektedir. Benlik saygısını yüksek seviyede ve tutarlı olarak sürdüren normal sağlıklı kişiler, canlılık ve enerjilikle özdeşleşirler. Bu kişiler kendilerine güvenen kişilik yapısındadırlar (Esen, 2012).

Üniversite eğitim süreci, yüksek benlik saygısı yaratmak için hayati öneme sahiptir. Üniversite eğitimi sürecinin, öğrencilerin gerek akademik başarı gerekse kimlik gelişimlerinde yaşamsal bir önemi vardır (Karagözoğlu, Kahve, Koç, ve Adamişoğlu, 2008). Yükseköğrenime başlamak kişiye daha büyük bir güven ve sorumluluk kazandırır. Genç birey, kendi yaşamını kontrol etmek ve geleceği üzerinde etkili olmak konusunda daha fazla sorumluluk alır, bağımsız düşünme becerisini geliştirir ve sorunlarını çözebileceği konusunda güven kazanır (Kahriman, 2005).

Spor kişilerin, topluma uyum sağlaması ve toplumda yer alması; kendine güvenmesi, kendini tanıması ve benlik saygısını geliştirmesi için fırsat yaratmaktadır (Doğan, 2005). Yapılan birçok araştırma, spor faaliyetlerinin psikolojik sağlığa etkisiyle dolayısıyla benlik saygısı üzerinde pozitif etkileri olduğunu destekler niteliktedir. Sporcuların psikolojik olarak gelişimine, spor yapmanın olumlu etkileri olacağı gibi, spor branşının türü, içerisinde barındırdığı bir takım

psikolojik özellikleri de (motivasyon, bireysel mücadele, takım ruhu, konsantrasyon ve motivasyon vb.) sporcunun psikolojik ve ruhsal durumuna farklı yönde etkiler yapabilir (Salar ve ark. 2012). Bu çalışma üniversitede öğrenim gören bireysel ve takım sporları ile uğraşan öğrencilerin yanı sıra sedanter öğrencilerin benlik saygılarının bazı değişkenlere göre karşılaştırılması amacıyla yapılmıştır.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Çalışmaya Ondokuz Mayıs Üniversitesi Yaşar Doğu Spor Bilimleri Fakültesi'nde okuyan bireysel sporlar ile uğraşan 100 sporcu (yaş; 22.06 ± 1.82 yıl), takım sporlarıyla uğraşan 100 sporcu (yaş; 21.59 ± 1.75 yıl) ve hiçbir spor branşı ile uğraşmayan Eğitim Fakültesi'nde okuyan 100 sedanter (yaş; 20.97 ± 1.46 yıl) 187 erkek 113 kadın olmak üzere toplam 300 üniversite öğrencisi katılmıştır. Veri toplama aracı çalışma grubunu oluşturan 300 kişiye yüz yüze uygulanmıştır.

Veri Toplama Aracı

Kişisel Bilgi Formu: Üniversite öğrencilerinin kişisel özelliklerini (yaş, cinsiyet, lisanslı olarak spor yapıyor musunuz, spor branşınız, kaldığınız yer (yurt aile yalnız), ailenizin aylık ortalama geliri) belirlemek için araştırmacı tarafından geliştirilmiştir.

Benlik Saygısı Ölçeği: Araştırmada, veri toplama tekniği olarak yüz yüze görüşme, veri toplama aracı olarak ise; üniversite öğrencilerinin benlik saygısı düzeylerini ölçebilmek için Arıca (1999) tarafından geliştirilen Benlik Saygısı Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek, 5'li likert tipi derecelendirmeye düzenlenmiş ve araştırmaya katılan öğrencilerden her maddeyi okuyup; “tamamen katılıyorum”, “katılıyorum”, “kararsızım”, “katılmıyorum” ve “hiç katılmıyorum” seçeneklerinden birinin işaretlenmesi istenmiştir. Ölçek, beş faktöre ayrılmıştır ve kuramsal olarak benlik saygısının; “benlik değeri”, “kendine güven”, “depresif duygulanım”, “kendine yetme”, “başarma ve üretkenlik” şeklinde boyutları olduğu için ölçekte bu boyutlar oluşturulmuş

ve ifadeler şöyle sıralanmıştır (Arıcak, 1999). Ölçeğin toplam puanlarına ilişkin güvenirlik katsayısı 0.90 olarak bulunmuştur.

1. *Benlik Değeri*: Kendinde olan ve olması gereken özelliklere bir değer verme durumudur. Bu faktörde yedi madde (1, 13, 16, 19, 22, 27, 29) bulunmaktadır.

2. *Özgüven*: Daha çok kendi özelliklerine bir değer atfetme ve bu değerler sayesinde kendini onaylama durumudur. Bu faktör, dokuz madde (5, 8, 9, 10, 11, 17, 20, 21, 25) ile ifade edilmiştir.

3. *Depresif Duygulanım*: Bireyin kendini daha çaresiz, daha zayıf ve güçsüz olduğunu algılaması durumudur. Bu faktör altında beş ifade (3, 4, 6, 12, 31) bulunmaktadır.

4. *Kendine Yetme*: Bireyin zihinsel ve davranışsal anlamda kendi beklentilerini ve hedeflerini gerçekleştirme durumudur. Bu faktör beş madde (14, 15, 24, 26, 30) ile ifade edilmiştir.

5. *Başarma ve Üretkenlik*: Bireyin kendini yeterince başarılı ve faydalı görme durumudur. Bu faktör altı madde (2, 7, 18, 23, 28, 32) ile ifade edilmiştir.

Her alt boyutta da alınan puanın yüksek olması kişinin daha olumlu bir durum içinde olduğu anlamına gelir. Çalışmamızın toplam puanlarına ilişkin hesaplanan Cronbach alfa iç tutarlılık kat sayısı değeri ise incelendiğinde 0.92 olarak görülmüştür. Ölçeğin toplam puan Cronbach değerlerine göre araştırmanın iç tutarlılığına sahip olduğu görülmektedir.

Verilerin Analizi

Verilerin istatistiksel analizinde SPSS 21 paket programı kullanılmıştır. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğine Kolmogorov-Smirnov testi ile bakılmıştır. Verilerin normal dağılım göstermediği tespit edilmiş ve elde edilen bulguların değerlendirilmesinde, iki grup arasındaki farka bakmak için Mann Whitney-U testi kullanılmıştır ($p < 0.05$). Üç grup arasındaki farka bakmak amacıyla Kruskal-Wallis testi kullanılmış ve Bonferroni düzeltmesi yapılmıştır ($p < 0.0166$). Araştırmada elde edilen verilerin istatistiksel analizi SPSS 21.0 versiyonunda yapılmıştır. Veriler Ortalama (Ort) ve Standart Sapma (SS), Medyan, Minimum ve Maksimum şeklinde verilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Sporcu ile Uğraşanlar ve Sedanterlerin Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

		N	Ort	SS	Medyan	Min	Max	p
Benlik Değeri	Bireysel (1)	100	27.646	5.752	29	10.00	35.00	0.016*
	Takım (2)	100	25.970	4.784	26	15.00	35.00	
	Sedanter (3)	100	26.258	5.216	27	12.00	35.00	
Özgüven	Bireysel (1)	100	35.222	7.126	36	10.00	45.00	0.015*
	Takım (2)	100	32.930	6.036	33	18.00	45.00	
	Sedanter (3)	100	34.202	5.255	34	22.00	45.00	
Depresif Duygulanım	Bireysel (1)	100	19.767	4.568	21	8.00	25.00	0.010*
	Takım (2)	100	18.217	4.227	19	7.00	25.00	
	Sedanter (3)	100	18.674	3.676	19	9.00	25.00	
Kendine Yetme	Bireysel (1)	100	20.404	4.287	21	5.00	25.00	0.043
	Takım (2)	100	19.257	3.879	20	9.00	25.00	
	Sedanter (3)	100	19.887	3.314	20	11.00	25.00	
Başarma ve Üretkenlik	Bireysel (1)	100	23.798	4.531	24	9.00	30.00	0.175
	Takım (2)	100	22.9307	3.886	23	15.00	30.00	
	Sedanter (3)	100	23.3596	3.606	23	15.00	30.00	

* $p < 0.5/3 = 0.0166$

Tablo 1’de bireysel sporlar ile uğraşan sporcuların alt boyutlardan “benlik değerlerinin” ve “depresif duygulanım” değerlerinin istatistiksel olarak takım sporcularından ve sedanterlerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.0166$). Bireysel sporlar ile uğraşan sporcuların özgüven değerlerinin takım sporları ile uğraşanlardan istatistiksel olarak daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p < 0.0166$). “Kendine yetme” ve başarıma ve üretkenlik” alt boyut değerlerinin ise bireysel, takım sporcularında ve sedanterler arasında istatistiksel olarak farklılık göstermediği tespit edilmiştir ($p > 0.0166$).

Tablo 2. Cinsiyete Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

	Cinsiyet	N	Ort	SS	Medyan	Min	Max	p
Benlik Değeri	Erkek	187	26.52	5.03	27	13.00	35.00	0.300
	Kadın	113	26.82	5.77	28	10.00	35.00	
Özgüven	Erkek	187	34.20	5.96	34	18.00	45.00	0.972
	Kadın	113	33.92	6.81	34	10.00	45.00	
Depresif Duygulanım	Erkek	187	18.87	4.27	19	7.00	25.00	0.980
	Kadın	113	18.92	4.15	19	9.00	25.00	
Kendine Yetme	Erkek	187	19.89	3.81	20	11.00	25.00	0.862
	Kadın	113	19.74	4.01	20	5.00	25.00	
Başarma ve Üretkenlik	Erkek	187	23.45	3.95	23	14.00	30.00	0.659
	Kadın	113	23.18	4.20	23	9.00	30.00	

Üniversite öğrencilerinin cinsiyetlerine göre benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması Tablo 2’de verilmiştir. Cinsiyete göre benlik saygısı düzeylerinin hiçbir alt boyutunda farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Tablo 3. Kaldığınız Yere Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

		N	Ortalama	SS	Medyan	Min	Max	p
Benlik Değeri	Yurt (1)	104	27.26	5.42	28	10.00	35.00	0.098
	Aile (2)	81	25.63	5.11	26	13.00	35.00	
	Yalnız (3)	115	26.75	5.25	27	12.00	35.00	
Özgüven	Yurt (1)	104	34.60	6.35	34.5	10.00	45.00	0.172
	Aile (2)	81	33.00	5.70	33.5	18.00	45.00	
	Yalnız (3)	115	34.41	6.50	35	21.00	45.00	
Depresif Duygulanım	Yurt (1)	104	19.17	4.44	20	7.00	25.00	0.011*
	Aile (2)	81	17.71	4.02	18	8.00	25.00	
	Yalnız (3)	115	19.42	4.04	20	9.00	25.00	
Kendine Yetme	Yurt (1)	104	20.08	4.21	21	5.00	25.00	0.010*
	Aile (2)	81	18.82	3.53	19	11.00	25.00	
	Yalnız (3)	115	20.31	3.71	21	12.00	25.00	
Başarma ve Üretkenlik	Yurt (1)	104	23.50	4.19	24	9.00	30.00	0.091
	Aile (2)	81	22.53	3.84	22.5	15.00	30.00	
	Yalnız (3)	115	23.78	3.98	24	15.00	30.00	

*p<0.0166

Üniversite öğrencilerinin kaldıkları yerlere göre benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması Tablo 3’te verilmiştir. Yurtta kalan veya yalnız kalan öğrencilerin “depresif duygulanım” ve “kendine yetme” alt boyutlarının ailesi le birlikte kalan öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir (p<0.0166).

Tablo 4. Ailenin Aylık Gelirine Göre Benlik Saygısı Düzeylerinin Karşılaştırılması

	Aylık Gelir	N	Ort	SS	Medyan	Min	Max	p
Benlik Değeri	2500TL altı	142	26.91	4.95	27	12.00	35.00	0.492
	2500 TL ve üstü	158	26.39	5.57	27	10.00	35.00	
Özgüven	2500TL altı	142	34.07	6.22	34	18.00	45.00	0.817
	2500 TL ve üstü	158	34.13	6.32	35	10.00	45.00	
Depresif Duygulanım	2500TL altı	142	19.07	4.31	20	7.00	25.00	0.433
	2500 TL ve üstü	158	18.73	4.16	19	8.00	25.00	
Kendine Yetme	2500TL altı	142	19.75	3.75	20	9.00	25.00	0.578
	2500 TL ve üstü	158	19.91	3.99	20	5.00	25.00	
Başarma ve Üretkenlik	2500TL altı	142	23.37	3.64	23	15.00	30.00	0.957
	2500 TL ve üstü	158	23.34	4.35	23	9.00	30.00	

Üniversite öğrencilerinin ailelerinin aylık gelir düzeyine göre benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması Tablo 4'te verilmiştir. Gelir düzeyi 2500 TL altı veya üzeri olan ailelerin çocuklarının benlik saygısı düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılığın olmadığı bulunmuştur ($p>0.05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışmamızda bireysel spor ve takım sporu ile uğraşanların ve sedanterlerin benlik saygısı düzeyleri karşılaştırılmıştır. Benlik değeri, kendinde olan ve olması gereken özelliklere bir değer verme durumudur. Çalışmamızda bireysel sporlar ile uğraşan sporcuların alt boyutlardan biri olan benlik değerlerinin takım sporcularından ve sedanterlerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum bireysel sporlar ile uğraşanların kendinde olan ve olması gereken özelliklere daha fazla değer verdiklerini göstermektedir.

Özgüven, daha çok kendi özelliklerine bir değer atfetme ve bu değerler sayesinde kendini onaylama durumudur. Çalışmamızda bireysel sporlar ile uğraşan sporcuların özgüven değerlerinin takım sporları ile uğraşanlardan fazla olduğu tespit edilmiştir. Bu durum bireysel sporlar ile uğraşanların kendi özelliklerine daha çok bir değer atfettiklerini ve bu değerler sayesinde kendini onaylama durumlarının daha fazla olduğunu gösterir.

Depresif duygulanım bireyin kendini daha çaresiz, daha zayıf ve güçsüz olduğunu algılaması durumudur. Puan yükseldikçe bu durumun daha az yaşandığı anlamına gelir. Çalışmamızda bireysel sporlar ile uğraşan sporcuların depresif duygulanım değerlerinin istatistiksel olarak takım sporcularından ve sedanterlerden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu durum bireysel sporlarla uğraşanların kendilerini daha az düzeyde çaresiz, zayıf ve güçsüz olduğunu gösterir.

Literatürde çalışmamızın bu bulgusunu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır (Polat, 2014). Polat'ın çalışmasına düzenli olarak egzersiz yapan 200 kadın ve hiç egzersiz yapmayan 200 kadın olmak üzere 400 kadın katılmıştır. Benlik saygısı ölçeğine bakıldığında egzersiz yapmayan grup ile 25 ay ve üzeri süredir düzenli olarak egzersiz yapan grup arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir. Düzenli olarak egzersiz yapan grubun benlik saygısı, egzersiz yapmayanlara göre daha yüksektir. Araştırmaya katılan 400 kişinin geneli alınarak yapılan

analizde, aktif spor geçmişi olanların, olmayanlara göre daha yüksek benlik saygısı ve beden memnuniyetine sahip oldukları görülmektedir. Yine çalışmamızı destekleyen başka bir çalışmada spor yapan erkek ergenlerin Benlik saygısı puan ortalamaları, spor yapmayan erkek ergenlerden daha yüksek; yine spor yapan kız ergenlerin benlik saygısı puan ortalamaları, spor yapmayan kız ergenlerden daha yüksek bulunmuştur (Bal, 2015). Gün (2006), spor yapan ve spor yapmayan 12-14 yaş aralığındaki ergenlerin benlik saygıları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla yapmış olduğu çalışmada spor yapanların spor yapmayanlara göre benlik saygılarını daha yüksek bulmuştur. Spor yapmanın benlik saygısını yükseltmede yararlı olduğu belirtilmiştir.

Sporun ve spor yapma bilincinin, bireylerin başta kişilik özelliklerinin gelişiminde büyük katkısı olduğunu, bireylerin öncelikle kendi sosyalleşmeleri adı altında birçok etkiye dayanarak çok çeşitli faydalar sağlayan, gerek sağlık açısından, gerek yeterli fiziksel gelişime ulaşmada büyük katkısı olması açısından, gerekse de sağlam bir ben yaratma, kişilik oluşturma açısından bireylere faydası kaçınılmazdır (Esen, 2012).

Çalışmamızda cinsiyete göre benlik saygısı düzeyleri karşılaştırılmıştır. Cinsiyete göre benlik saygısı düzeyinin hiçbir alt boyutunun farklılaşmadığı yani cinsiyetin benlik saygısını etkilemediği görülmüştür. Daha önce yapılan araştırmalarda benlik saygısının cinsiyete göre anlamlı bir fark yarattığını gösteren sonuçlar (Ceviz 2009; Esen 2012) olduğu gibi herhangi bir farka ulaşılmayan sonuçlara da (Yüzgeç, 2014; Çevik ve Atıcı; 2009, Eriş ve İkiz; 2013; Ünver ve ark. 2014) rastlanılmıştır.

Yapılan bir çalışmada benlik saygısı değişkeni ile cinsiyet arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamıştır (Yüzgeç, 2014). Çevik ve Atıcı (2009) 532 lise 3. sınıf öğrencilerinin benlik saygılarını bazı değişkenlere göre incelemiş ve öğrencilerin benlik saygısının cinsiyete göre anlamlı bir farklılık göstermediğini belirtmiştir. Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılan bir çalışmada seçkisiz yöntemle seçilen 152 kız ve 148 erkek olmak üzere toplam 300 öğrenci araştırmanın örneklemini oluşturmaktadır. Bulgulara göre cinsiyete ve karşı cinsten arkadaşına sahip olmaya göre benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeylerinin farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır (Eriş ve İkiz, 2013). Günümüzde çocuk yetiştirme tutumlarında; ebeveynler tarafından cinsiyet farkı gözetilmemesinin, erkek çocuğun kızlardan daha fazla değere ve ayrıcalıklara sahip

olmamasının, kız çocuklara daha esnek davranılmasının, benlik saygısı ve cinsiyet arasında bir ilişki bulunmaması üzerinde etkili olduğu düşünülebilir (Dilek, 2007).

Ceviz (2009) ise erkeklerin benlik saygısı düzeyini kadınlara göre daha yüksek tespit etmiştir. Yine başka bir çalışmada cinsiyet değişkenine göre erkek öğrencilerin benlik saygısı düzeyi kadın öğrencilerin benlik saygısından yüksek bulunmuştur (Esen, 2012). Bu çalışmalarda bizim çalışmamızdan farklı sonuçlar bulunmasının nedenlerinden biri deneklerin yaşadıkları bölge, eğitim düzeyi ve yaşları gibi etkenler rol oynayabilir.

Çalışmamızda üniversite öğrencilerinin kaldıkları yerlere göre benlik saygısı düzeyleri incelenmiştir. Yurtta kalan veya yalnız kalan öğrencilerin “depresif duygulanım” ve “kendine yetme” alt boyutlarının ailesi ile birlikte kalan öğrencilere göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bu sonuç ailesiyle birlikte kalan öğrencilerin kendini daha çaresiz, daha zayıf ve güçsüz hissettiğini göstermektedir. Yine ailesiyle birlikte kalan öğrencilerin zihinsel ve davranışsal anlamda kendi beklentilerini ve hedeflerini gerçekleştirme durumlarının daha az olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

Çalışmamızda üniversite öğrencilerinin ailelerinin aylık gelir düzeyine göre benlik saygısı düzeyleri incelenmiştir. Gelir düzeyi 2500 TL altı veya üzeri olan ailelerin çocuklarının benlik saygısı düzeyleri arasında farklılığın olmadığı bulunmuştur. Yani ailelerinin gelir düzeyinin öğrencilerin benlik saygısı düzeylerini etkilemediği görülmüştür.

Yüzgeç’in (2014) çalışmasında benlik saygısı değişkeni ile sosyo-ekonomik düzey arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanılmamıştır. Yılmaz (2000) çalışmasında öğrencilerin gelirleri ile benlik saygısı puan ortalaması arasında istatistiksel yönden önemli bir sonuç bulamazken, Yılmaz’ın çalışması (2000) ile çalışmamız paralellik göstermektedir. Yüzgeç’in (2014) araştırmasına katılan deneklerin benlik saygısı puanları ortalamalarının gelir düzeyi değişkenine göre anlamlı bir farklılık göstermediğini belirtmiştir.

Ancak gelir düzeyinin benlik saygısını etkilediğini belirten çalışmalar da bulunmaktadır. Torucu (1999), gençlerin sosyo-ekonomik düzeyi ve ana-baba tutumlarındaki farklılıklarını belirleyip benlik saygısına etkisini araştırmıştır. Araştırma sonucunda, sosyoekonomik düzeyleri yüksek olan öğrencilerin benlik saygısı puanları sosyoekonomik düzeyleri düşük olanlara göre

anlamli ölçüde yüksek bulunmuştur. Çalışmamız ile Torucu'nun (1999) çalışmasında farklı sonuçlar bulunmasının nedeni denek grubunun yaşları olabilir. Çalışmamıza katılan deneklerin yaş ortalaması 22 iken Torucu'nun çalışmasındaki denek grubu 13-14 yaşlarındadır.

Sonuç olarak bireysel sporlar ile uğraşan sporcuların benlik saygısı düzeyleri takım sporcularından ve sedanterlerden daha yüksektir. Sporcuların hepsi hangi branşı yaparsa yapsın, kişisel doğal eğilimleri ve kişilik özelliklerine bağlı olarak, farklı durumlara farklı tepki gösterirler. Takım sporları sporcunun, sosyalleşme, insanlarla iyi iletişim kurma, birlikte kazanma ve kaybetme, takım çalışması yapma ve yardımlaşma gibi özelliklerinin gelişmesine katkı sağlar. Bireysel sporlar ise sporcunun, irade gelişimi, kendini aşma becerisi, kendisiyle mücadele etme ve özgüven kazanma gibi özelliklerini geliştirir. Bireysel sporlarla uğraşan sporcuların rakibiyle tek başına mücadele etmek zorunda olması daha fazla sorumluluk almasını gerektirmektedir. Bu sorumluluk sporcuya daha fazla kendine güvenme hissi vererek sporcunun benlik saygısını da arttırdığı düşünülmektedir. Takım sporuyla uğraşan sporcular da takımları için benzer düşüncelerle gerekli sorumlulukları aldıklarında ve kendine daha fazla güvendiklerinde benlik saygılarının yükselmesi kaçınılmaz olacaktır. Ayrıca sedanterlere spor yapmaları için gerekli ortamların sağlanması ve teşvik edici unsurların artırılması gerekmektedir. Ailesiyle birlikte kalamayıp yalnız başına kalan öğrencilerin benlik saygısı düzeyleri ise ailesi ile veya yurtda kalanlara göre daha yüksektir. Bu durum öğrencilerin ailesinden uzakta yaşıyor olmasının verdiği rahatlıkla kendini baskı altında hissetmemesinden kaynaklı kendine fazla güvenmesinin yansıması olabilir. Dolayısıyla çocuğuyla beraber yaşayan aileler bu konuda çocuklarına gerekli sorumlulukları verip onların baskı altında tutulma düşüncesine kapılmamalarını hissettirerek özgüveninin artmasını sağlayabilirler. Araştırma önerisi olarak; uygulama yurt içinde ve yurtdışında farklı üniversitelerde okuyan takım ve bireysel spor yapan sporcular ile sedanterler olmak üzere daha geniş bir örneklem üzerinde gerçekleştirilebilir.

KAYNAKLAR

- Arıca, O. T. (1999). *Grupla psikolojik danışma yoluyla benlik saygısı ve mesleki benlik saygısının geliştirilmesi*. Doktora tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Bal, E. Y. (2015). *Spor yapmanın ergenlerin benlik saygısı ve öz yeterliliklerine etkisi*. Yüksek lisans tezi, Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Mersin.
- Ceviz, F. H. (2009). *Orta yaş ve yaşlılıkta dindarlık, mistik tecrübe ve benlik saygısı*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Atan, T., Ünver, Ş., ve Allahverdi, E. (2018). Üniversitede öğrenim gören sporcuların ve sedanterlerin benlik saygısı düzeylerinin karşılaştırılması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1), 125-135.

- Çevik, G. B., ve Atıcı, M. (2009). Lise 3. sınıf öğrencilerinin benlik saygılarının bazı değişkenler açısından incelenmesi, *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 6(1), 399-352.
- Dilek, H. (2007). *Farklı eğitim programlarına devam eden lise II. sınıf öğrencilerinin benlik saygısı ile anne-babalarının benlik saygısı arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Doğan, O. (2005). *Spor Psikolojisi*. Adana: Nobel Kitapevi, 13-38.
- Eriş, Y. ve İkiz, F. E. (2013). Ergenlerin benlik saygısı ve sosyal kaygı düzeyleri arasındaki ilişki ve kişisel değişkenlerin etkileri. *Turkish Studies*, 8(6), 179-193.
- Esen, C. A. (2012). *Spor yapan ve yapmayan üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeylerinin incelenmesi (Muğla Üniversitesi Örneği)*. Yüksek lisans tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sosyal Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Gün, E. (2006). *Spor yapanlarda ve spor yapmayan ergenlerde benlik saygısı*. Yüksek lisans tezi, Çukurova Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Adana.
- Karagözoğlu, Ş., Kahve, E., Koç, Ö., ve Adamişoğlu, D. (2008). Self-esteem and assertiveness of final year Turkish university students. *Nurse Education Today*, 28, 641-649.
- Kahriman, İ. (2005). Karadeniz Teknik Üniversitesi Trabzon Sağlık Yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygıları ve atılganlık düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *C.Ü. Hemşirelik Yüksekokulu Dergisi*, 9(1), 24-32.
- Polat, G. (2014). *Düzenli egzersiz yapan kadınlarda egzersizin benlik saygısı ve beden memnuniyeti üzerine etkisi*. Yüksek lisans tezi, Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi, Kahramanmaraş.
- Salar, B. Hekim, M. Tokgöz, M. (2012). 15-18 yaş grubu takım ve ferdi spor yapan bireylerin duygusal durumlarının karşılaştırılması. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 4(6), 123-135.
- Taşgit, M. S. (2012). *Üniversite öğrencilerinin benlik saygısı ve karar verme düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek lisans tezi. Karamanoğlu Mehmet Bey Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- Torucu, B. (1999). *13-14 Yaşındaki gençlerin sosyo-ekonomik düzey ve anne-baba tutumlarındaki farklılıkların belirlenip özsaygıya etkisinin araştırılıp karşılaştırılması*. Yüksek lisans tezi. Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Ünver, Ş., Çavuşoğlu, G. ve İslamoğlu İ. (2014). Spor bilimleri ve ilahiyat fakültesi öğrencilerinin benlik saygısı ve psikosomatik belirtilerinin karşılaştırılması. *International Journal of Science Culture and Sport, Special Issue 2*, 261-270.
- Yavuzer, H. (2002). *Eğitim ve gelişim özellikleriyle okul çağı çocuğu*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Yılmaz, S. (2000). *Hemşirelik yüksekokulu öğrencilerinin benlik saygısı ve atılganlık düzeyi arasındaki ilişki*. Yüksek lisans tezi, Atatürk Üniversitesi, Erzurum.
- Yüzgeç, S. (2014). *Benlik saygısı ile mistik tecrübe arasındaki ilişki üzerine bir araştırma*. Yüksek lisans tezi, Marmara Üniversitesi, İstanbul.

Yüzücülerde Antrenman Sonrası Oluşan Dehidrasyonun Kan Parametreleri Üzerine Etkisinin Araştırılması *

Analyzing The Effect of Dehydration After Training to Blood Parameters on Swimmers

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Deniz ÖCAL¹,

Defne ÖCAL KAPLAN^{2†},

¹Milli Eğitim Bakanlığı, Beden Eğitimi Öğretmeni, Ankara

²Kastamonu Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Kastamonu

Öz

Çalışmanın amacı, yüzücülerdeki antrenman sonrası sıvı kaybına bağlı ağırlık değişiminin kandaki, sodyum (Na⁺), potasyum (K⁺) ve klor (Cl⁻) düzeylerine etkisini ortaya koymaktır. Çalışmaya Ankara İli'nde aktif olarak yüzme sporuyla uğraşan 31 gönüllü (9 kadın, 22 erkek) yüzücü katılmıştır. Katılımcıların yaşları 13-16 yıl arasında (erkeklerde 14.40±1.44 yıl, kadınlarda 14.33±1 yıl), boy uzunlukları 166.00±6.61 cm (erkeklerde 166.66±6.61 cm ve kadınlarda 160.95±4.82 cm), spor yaşları 6.41±1.31 yıl olarak ölçülmüştür. Havuz ısısı 23°C, nemlilik %97 olarak ayarlanmıştır. Katılımcıların antrenman öncesi ve sonrası vücut ağırlıkları (kadınlarda AÖ: 48.96±5.79kg, AS: 47.33±5.51kg; erkeklerde AÖ: 59.30±5.89 kg, AS: 57.43±5.79 kg), kan sodyum (Na⁺) (kadınlarda AÖ: 142.77±1.64 mmol/L, AS: 140.88±2.14 kg; erkeklerde AÖ: 143.40±1.91 mmol/L, AS:141.66±2.10 mmol/L), kan potasyum (K⁺) (kadınlarda AÖ: 4.77±0.21 mmol/L, AS: 4.87±0.21 mmol/L; erkeklerde AÖ: 4.71±0.2 mmol/L, AS: 4.80±0.17 mmol/L), kan klor (Cl⁻) (kadınlarda AÖ: 108.0±1.22 mmol/L, AS: 106.22±1.09 mmol/L, erkeklerde AÖ: 105.72±2.31 mmol/L, AS: 103.90±2.61 mmol/L) olarak ölçülmüştür. Daha sonra elde edilen veriler SPSS 15.0 programı kullanılarak ilişkileri incelenmiştir. Sonuç olarak yüzücülerde uzun süreli ve yoğun interval antrenman programı ile kandaki Na⁺ ve Cl⁻ iyonlarında azalma ve K⁺ iyonlarında ise artışın anlamlı seviyede olduğu gözlemlenmiştir (p<0.05). Kaybedilen sıvı ve elektrolitlerin yerine konması sporcunun, sağlığı ve performansının korunması için son derece önemlidir. Vücut sıvılarının azalması ile performansta düşme, termoregülasyonda bozulma, sıcağı tolera edememe gibi çeşitli fizyolojik durumlar ortaya çıkmaktadır. Bu durumlardan korunmak ve düzeltmek için sporcuların gün içerisinde düzenli olarak belirli aralıklarla sıvı tüketmeye özen göstermesi kendilerine özel bir sıvı alım planı oluşturmaları gerekmektedir.

Anahtar Kelimeler: Dehidrasyon, Sodyum, Potasyum, Klor, Egzersiz, Terleme.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 01.03.2018

Kabul Tarihi: 30.06.2018

Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

The aim of the study to identify the level of changes in blood sodium (Na⁺), potassium (K⁺) and chlorine (Cl⁻) due to dehydration after training in swimmers. 31 swimmers (9 female, 22 male) which are training in Ankara City participated in this study. The ages of the subjects vary between ages 13-16, (in male 14.40±1.44 years and in female 14.33±1 years), their height vary between 166.00±6.61 cm (in male 166.66±6.61 cm and in female 160.95±4.82 cm) and their total training time is 6.41±1.31 years. The pool temperature is fixed to 23°C and the humidity to 97%. The before and after training analyses of the subjects yielded the following results, body weight (BW) (in female BT:48.96±5.79 kg, AT: 47.33±5.51 kg, in male BT: 59.30±5.89 kg, AT: 57.43±5.79 kg), blood sodium (Na⁺) (in female BT: 142.77±1.64 mmol/L, AT: 140.88±2.14 kg, in male BT: 143.40±1.91 mmol/L, AT: 141.66±2.10 mmol/L), blood potassium (K⁺) (in female BT: 4.77±0.21 mmol/L, AT: 4.87±0.21 mmol/L, in male BT: 4.71±0.2 mmol/L, AT: 4.80±0.17 mmol/L), blood chloride (Cl⁻) (in female BT: 108±1.22 mmol/L, AT: 106.22±1.09 mmol/L, in male BT: 105.72±2.31 mmol/L, AT: 103.90±2.61 mmol/L). the obtained data were analyzed using the SPSS 15.0 program. As a result, dehydration induced Na⁺ and Cl⁻ ions increase and K⁺ ion reduce in blood after long-term exercise was determined as significant in swimmers (p<0.05). Replacement of lost fluids and electrolytes is extremely important for the athlete's health and performance. As the body fluids decrease, the performance decreases, the thermoregulation deteriorates, the the tolerance of the temperature decreases and various physiological conditions arise. In order to protect and improve these situations, athletes should take regular measures to consume liquids at regular intervals throughout the day. And they need to create and apply a special fluid intake plan.

Keywords: Dehydration, Sodium, Potassium, Chloride, Exercise, Sweat.

* Bu çalışma 23-25 Ekim 2008 tarihleri arasında Bolu'da düzenlenen 10. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde poster bildiri olarak sunulmuştur.

† Sorumlu yazar: Defne ÖCAL KAPLAN daphneocal@gmail.com

GİRİŞ

Yüzme, eğlenceli, dinlendirici ve yapılırken hemen tüm kas gruplarının kullanıldığı, kişinin su içerisinde belirli bir mesafeyi kat edebilmesi için yaptığı anlamlı hareketler bütününden oluşur. Spor alanında yüzme ise, su içerisinde sporcunun belirli mesafeleri serbest, sırt, kurbağalama, kelebek ve karışık tekniklerle en kısa zamanda kat edebilme yeteneği olarak tanımlanır (Colwin, 1992; Wiener, 1981).

Yüzme diğer spor dallarına göre sakatlık riskinin daha düşük olduğu ve motorik özelliklerin de gelişimine katkısı olan bir spor branşıdır. Yüzmede sportif verimin elde edilebilmesi için sporcu adayının küçük yaşlarda başlaması, iyi teknik bilgisi olan bir antrenör tarafından çalıştırılması, aile ve okul çevresinden destek alması gerekmektedir. Yüzmenin özellikle çocuk ve adolesanlarda bedensel gelişime faydaları son zamanlarda bilim insanlarının merak konusu olmaktadır (Kaplan, 2016; Gomez-Bruton ve ark., 2016; Szark-Eckardt, Napierała, Eksterowicz, Zukow & Łukaszewski, 2017). Yüzme sporu ile ilgilenen bir sporcunun başarılı olmak için kaliteli antrenman programları ile düzenli antrenman yapması, dinlenmesine ve beslenmesine çok dikkat etmesi gerekmektedir (Hanula, 2001).

Günümüzde spora olan ilgi giderek artarken, sporun geniş kitlelerce benimsenmesiyle birlikte yaygınlaşması ve buna bağlı olarak sporcu beslenmesi ve sıvı alımı da önem arz eden konulardan biri haline gelmiştir. Su ile çevrili olduklarını düşündüklerinden dolayı birçok yüzücü antrenman sırasında veya yarışmalarda sıvı alımına hiç dikkat etmemektedirler. Buna rağmen, sıcak havuz suyu, ortam ısısının yüksek olması, yüksek nem gibi ortam durumları yüzücülerde dehidrasyonun 30 dakika gibi kısa bir sürede başlamasına neden olur. Bu da yüzücülerin antrenman verimini olumsuz yönde etkiler (Eroğlu, 1997). Bu durum yüzme dışında yüksek yoğunluklu egzersiz yapan sporcularda yaklaşık olarak 0.3 lt/saat olarak görülmesine rağmen yüzme sporunda ortam ısısı ve nem oranının da etkisiyle kaybedilen sıvı miktarı artmaktadır (Armstrong, 2005; Maughan ve Shirreffs, 2004). ACSM'ye göre, sporcunun antrenman sırasındaki ısı kaybı, radyasyon, konveksiyon kondüksiyon ve evaporasyon sonucu oluşur. Sıcak ve kuru ortamda metabolik ısının uzaklaştırılması için buharlaşma değeri %80'in üzerine çıkar. Terleme hızı, vücut büyüklüğüne, antrenmanın şiddetine, çeşidine, ortamın sıcaklığına, nemine, ortama sağlanan uyuma göre maksimum olarak saatte 1.8 kg olabilmektedir (ACSM, 1996) .

Bir saatlik yoğun bir yüzme antrenmanında sıvı kaybı 2 lt'ye kadar ulaşabilmekte bu durumda sıvı kaybı öncelikle dolaşım sistemini etkilemektedir. Besinlerin hücrelere iletim hızında düşme olmakta ve dolayısıyla yorgunluk ve etkileri daha çabuk ortaya çıkmaktadır (Ersoy, 2004; Paker, 1996).

Egzersiz sırasında karbonhidrat ve yağların metabolizması vücut ısısının yükselmesine sebep olur. Artan vücut ısısı, yüzeysel kılcıl damarların genişlemesi ve terleme yoluyla düşürülmeye çalışılır. Ayrıca artan kan kalp atım hızı ve kan basıncı kanın böbreklerden daha hızlı süzülmesine ve ikincil sıvı kayıplarına sebep olur (Carlton ve Orr, 2015).

Organizma sıcak günlerde, oldukça fazla enerji kaybetmeye meyillidir. Bunun büyük çoğunluğu, vücuttaki sıvı kaybından kaynaklanır. Vücut sıvılarının dengede tutulmasında en önemli elektrolitler Na^+ , Cl^- ve K^+ 'dur. Vücutta yeterli elektrolit bulunmadığında, kas krampları, halsizlik ve apatiyi de içeren yetersizlik semptomları gözlenebilir. (Gil-Antunona, Zenarruzabeitia & Comacho, 2009). Vücutta su kas gibi metabolik aktivitelerin çok olduğu dokularda fazlasıyla kullanılır. Kas hücrelerindeki elektrik stimülasyonu, bu sıvılardaki eriyik durumda bulunan elektrolit minerallerinin (sodyum, potasyum, kalsiyum, klor ve magnezyum) sinir ve kas hücre çeperinden geçerek yer değiştirmesi ile gerçekleşir (Casa ve ark., 2000). Terle birlikte vücuttan; su, sodyum, potasyum, kalsiyum, magnezyum gibi mineraller atılmaktadır. Dayanıklılık çalışmalarında, uzun süren antrenmanlarda ve sıcak iklimlerde mineral kaybı artmaktadır. Örneğin 90 dk'lık bir futbol antrenmanı sırasında terleme ile ortalama 1-4 litre sıvı vücuttan atılmakta, atılan bu terin her litresi için 1.5 gr tuz kaybedilmekte, sodyumla beraber potasyum ve magnezyum kaybı da olmaktadır (Guyton ve Hall, 2001). Uzun süre boyunca yapılan fiziksel aktivite ile aşırı terlemeden dolayı Na^+ konsantrasyonu genellikle yüksek kalır hatta tüm vücut suyu ve Na^+ açıklığı süreye bağlı bir şekilde kademeli olarak artar (Bergeron, 2008). Antrenman veya müsabaka süresince yeterli hidrasyonun sağlanması optimal performansın sağlanmasına, termal stresin azaltılmasına, plazma volümünün korunmasına, yorgunluğun gecikmesine, dehidrasyon ve terlemeye bağlı sakatlıkların önlenmesine yardımcı olur (Evans, James, Shirreffs & Maughan, 2017).

Sporcular üzerinde, dehidrasyon durumunun belirlenmesinde avantaj ve dezavantaj sağlayan birçok yöntem vardır. Bunların aralarında altın standartta birçok belirleme yöntemi arasından en yaygın olanı, kan parametrelerinin analizidir (Armstrong, 2005).

Yapılan çalışma ile yüzücülerde antrenman sonrası kilo kaybına bağlı olarak kas kasılması ve performans üzerinde etkili olan, kandaki Na⁺, K⁺ ve Cl⁻ düzeylerindeki değişimleri tespit etmek ve sporcu sağlığı konusunda gelecekte yapılacak çalışmalara ilham olmak amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Grubu

Ankara İli'nde benzer özelliklere ve antrenman yaşına sahip, sağlıklı 13-16 yaş arası 22 erkek ve 9 kadın toplam 31 yüzücü gönüllü sporcudan oluşmaktadır.

Veri Toplama Yöntemleri

Takım antrenörleri ve velilerle yapılan bir ön görüşmeden sonra sporcular ile toplantı yapılarak çalışmanın protokolleri ve amacı açıklanmış, gönüllü olanlar çalışmaya dâhil edilmişlerdir. Araştırmaya katılan sporcuların demografik verileri hazırlanan bilgi formuna kaydedilmiştir.

Demografik veriler: Çalışmaya katılan yüzücülerin doğum tarihleri, spor yaşları, haftalık antrenman süreleri, metabolik bir hastalıklarının olup olmadığı, herhangi bir diyet yapısı yapmadıkları gibi bireysel soruların cevapları alınmış ve çalışma grupları içinde homojenlik sağlanmıştır.

Antropometrik Ölçümler

Boy Uzunluğu: Yüzücülerin boy uzunluğu ölçümleri 0.01 cm hassasiyetindeki Harpenden marka antropometre ile çıplak ayak ve mayolu olarak cm cinsinden alınmıştır (Lohman, Roche & Martorell, 1988).

Vücut Ağırlığı: Denekler mayolu iken %0.1 sapma gösteren Tefal marka dijital tartı aleti kullanılarak ölçüm alınmıştır. Ölçüm esnasında deneklerin kuru ve çıplak ayaklı olmalarına dikkat edilmiştir. Antrenman sonrasında yine yüzücülerden kuru bir mayo giymeleri istenerek vücut ağırlıkları tekrar ölçülmüş ve sonuçlar kaydedilmiştir.

Laboratuvar Testleri

Kan Örnekleri: Sporculardan kan örnekleri yüzme havuzunda bulunan sağlık odasında, hemşire tarafından sporcu oturur pozisyonda iken antrenman öncesi sol kol, antrenman sonrası sağ koldan olmak üzere iki kez 10 ml'lik şırınga ile alınmıştır. Alınan kanların her biri Vacutainer ® (Baxter, McGraw Park, IL) model tüplere boşaltılarak korunmaya alınmıştır. Bu alınan örnekler daha sonra Şereflikoçhisar Devlet Hastanesi Laboratuvarları'nda analiz edilmiş alınan kan örneklerinden dehidrasyon durumunu belirlemede kullanılan testlere bağlı olarak kandaki Na⁺, K⁺, Cl⁻ elektrolitlerine bakılmıştır.

Uygulanan Antrenman Programı: Antrenman programında yüksek yoğunluklu 80 dakika sürede 3000 metre mesafeli bir yüzme programı uygulanmıştır. Bu antrenmanın tercih edilmesinin sebebi egzersiz sırasında performansa yönelik yüksek yoğunluklu aralıklı yüklenmeler içeren antrenmanın vücutta yüksek metabolik ısı üretilmesine, dolayısıyla önemli miktarda sıvı kaybına ve hipertermiye neden olmasıdır. Yaptırılan antrenman programı daha önce dehidrasyonun etkilerini ölçmek için diğer bilim adamlarının uygulamış oldukları antrenman programlarına benzer şekilde uzun süreli ve yoğun interval antrenman programı içerecek şekilde düzenlenmiştir (Sawka ve Montain., 2000; Taimura ve ark., 1999).

Interval antrenman ile organizma üzerindeki etki yüklenme aralıkları ile gerçekleştirilmektedir. Interval antrenmanın karakteristik özelliği çalışma ve dinlenmenin ya da yüksek ve alçak yüklenmeli devrenin sistemli olarak değişimidir. Antrenmanın devamı ne kadar iyi ve tempo mesafesi ne kadar kısa ise verilen dinlenme süresi o kadar kısadır.

Isınma evresinde programda belirtilen 1000 m serbest yüzme (crawl stroke) ve 400 m karışık (100 m kelebek ayak drili, 100 m kurbağa ayak dirili, 100 m sırt ayak drili ve 100 m serbest ayak drili) 30 dk'lık süre içinde yaptırılmıştır.

Yüklenme Evresi 1: Her tekrar 50 m mesafe olmak üzere 20 tekrar sonucu toplam 1000 m yüzdürülmüştür. Her tekrarda yüzdürülen 50 m mesafeyi yüzücülerden 50 sn içinde yüzmeleri istenmiş, her tekrar arası 1 dk dinlenme verilerek toplam 40 dk olarak uygulanmıştır. Katılımcıların kalp atım sayıları her tekrarda (Erkek:182.23±4.44, Kadın:182.58±4.06) ölçülmüştür. Dinlenme aralığında kalp atım sayılarının 120-130'a düşmesinden sonra (Erkek:124.92±3.91, Kadın:124.45±3.91) yeni tekrara başlanmıştır.

Yüklenme Evresi 2: Yoğun interval antrenman programı 4 tekrar üzerinden uygulanmıştır. Her tekrar 500 m mesafeyi 8 dk 30sn sürede kat edilecek şekilde yaptırılmıştır. Her tekrar arası 2 dk dinlenme verilmiştir. Toplam 2000 m mesafe 40 dk içinde tamamlanmıştır. Katılımcıların kalp atım sayıları her tekrarda (Erkek:183.45±4.11, Kadın:183.56±3.73) ölçülmüştür. Dinlenme aralığı kalp atım sayılarının 120-130'a kadar düşmesinden sonra (Erkek:124.95±3.61, Kadın:124.44±3.70) yeni tekrara başlanmıştır. Soğuma evresinde ise 200 m'yi 5 dk'yı aşmayacak şekil yüzmeleri istenmiştir.

Katılımcıların bu süre içerisinde herhangi bir sıvı alımına yöntem gereği izin verilmemiştir. Havuz ısısı 23°C, nem oranı %97 olarak belirlenmiştir.

İstatistiksel Analiz

Elde edilen verilerin, ön test – son test araştırma dizaynında istatistiki olarak aritmetik ortalamaları, standart sapmaları hesaplanmış, t-testi kullanılarak, gruplar arasındaki merkezi yönelim farklarının karşılaştırılması sağlanmıştır. Sonuçların anlamlılık seviyeleri (p<0.05) olarak kabul edilerek SPSS 15.0 programında analiz edilmiştir.

BULGULAR

Araştırma örneklemini oluşturan 31 yüzücünün yaşları ortalaması 14.38±1.08 yıl, boy uzunlukları ortalaması 166.00±6.61 cm ve spor yaşları ortalaması 6.41±1.31 yıl olarak kaydedilmiştir.

Tablo 1. Kadın ve Erkek Yüzücülerde Ortalama ve Standart Sapma Değerleri

	Kadın Yüzücüler (N=9)	Erkek Yüzücüler (N=22)
	Ortalama ± ss	Ortalama ± ss
Yaş (yıl)	14.33±1.00	14.40±1.14
Spor yaşı (yıl)	6.55±1.01	6.36±1.43
Boy uzunluğu (cm)	160.95±4.82	166.66±6.61

Denek grubunun boy, yaş ve antrenman yaşı ile ilgili cinsiyet bazındaki verileri tablo 1'de gösterilmiştir.

Tablo 2. Kadın ve Erkek Yüzücülerin Ortalama ve Standart Sapma Değerleri ile Antrenman Öncesi – Sonrası İstatistik Sonuçları

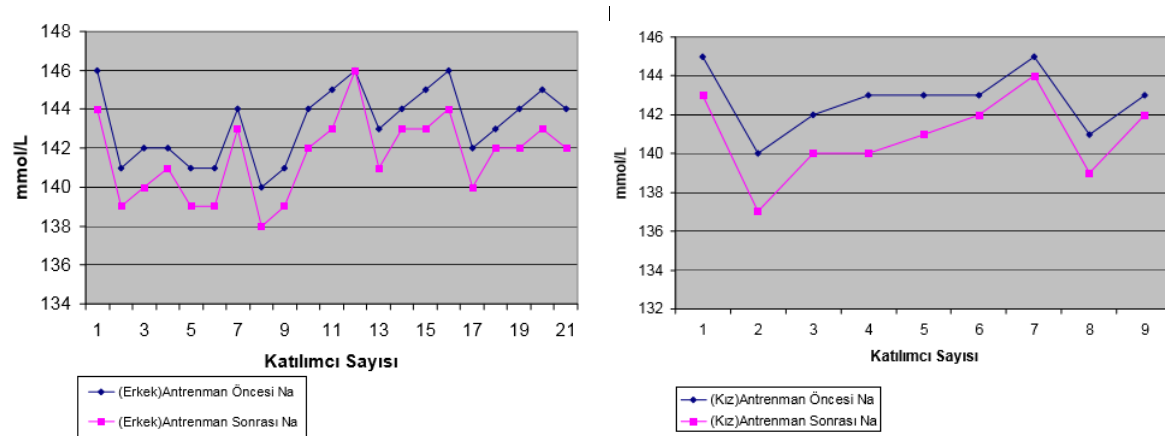
	Kadın Yüzücüler (N=9)				Erkek Yüzücüler(N=22)			
	Ortalama ± ss		t	p	Ortalama ± ss		t	p
	Ant. Öncesi	Ant. Sonrası			Ant. Öncesi	Ant. Sonrası		
Vüc. Ağır. (kg)	48.96±5.79	47.33±5.51	9.485	.000*	59.3±05.89	57.43±5.79	30.427	.000*
Kan Na⁺ değeri	142.77±1.64	140.88±2.14	7.249	.000*	143.40±1.91	141.66±2.10	14.714	.000*
Kan K⁺ değeri	4.76±0.21	4.87±0.21	-4.264	.000*	4.71±0.20	4.80±0.17	-6.856	.000*
Kan Cl⁻ değeri	108.00±1.22	106.22±1.09	8.000	.000*	105.72±2.31	103.90±2.61	11.640	.000*

*p<0.05

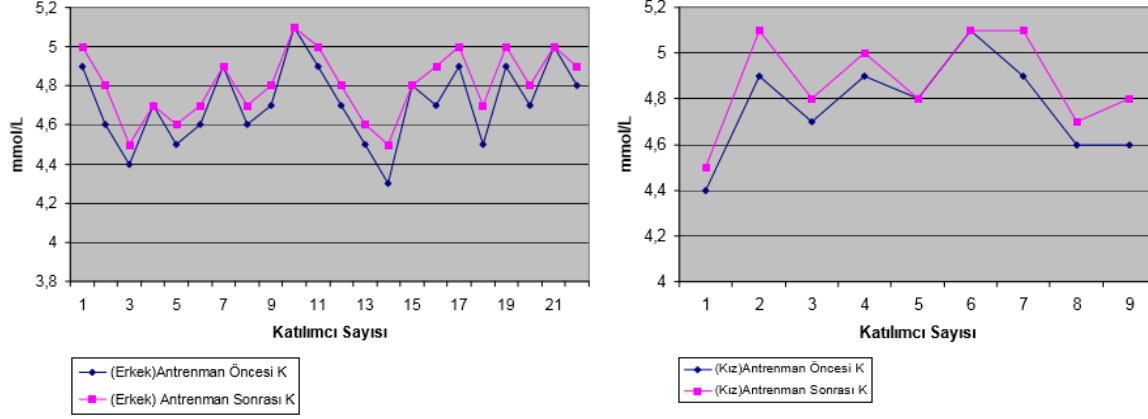
Yapılan araştırmamın kapsamında gerçekleştirilen ölçümlerin sonuçları, yüzme sporuyla profesyonel olarak uğraşan kadın ve erkek yüzücülerin 80 dk'lık uzun süreli ve yoğun interval antrenman programı içeren bir antrenman sonucunda vücut ağırlığında anlamlı bir düşüş tespit edilmiştir (Tablo 2).

Bağımsız gruplar arasında kan parametreleri ölçümlerinin ön ve son testleri karşılaştırıldığında anlamlı bir farklılığın olup olmadığını gösteren gruplar arasındaki merkezi yönelim farklarının karşılaştırılmasını sağlayan t testi verileri tablo 2'de gösterilmektedir.

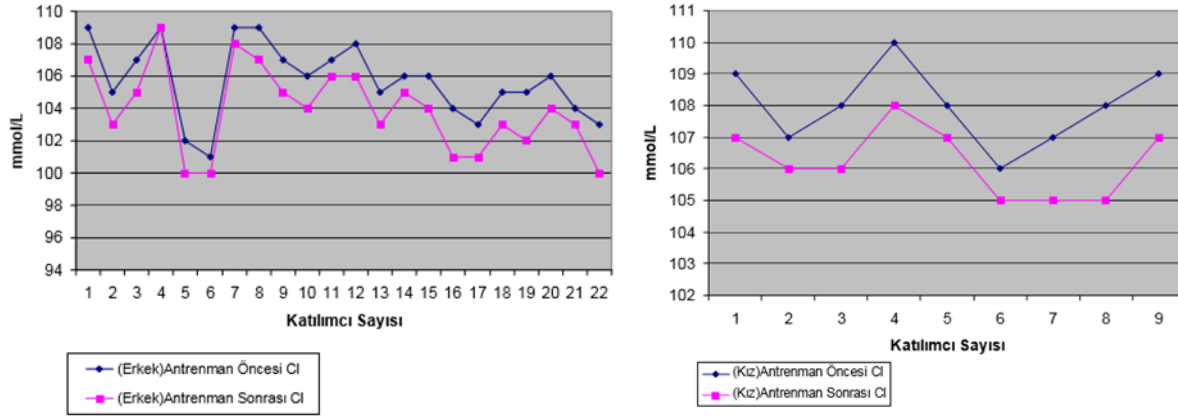
Test sonuçlarına göre kan Na⁺, K⁺ ve Cl⁻ değerleri konusunda anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Sonuçlar Grafik 1,2,3'te cinsiyet bazında ayrıntılarıyla sunulmuştur. Araştırma grubunun hem kadın hem erkek deneklerinde antrenman öncesinde ve 80 dk süreli antrenman sonrasında kan Na⁺ ve Cl⁻ değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir düşüş, K⁺ değerinde ise anlamlı bir yükseliş görülmüştür (p<0.05). Test sonuçları tablo 2'de sunulmaktadır.



Grafik 1. Araştırma Grubunun Antrenman Öncesi ve Sonrası Na⁺ Değerlerindeki Değişim



Grafik 2. Araştırma Grubunun Antrenman Öncesi ve Sonrası K⁺ Değerlerindeki Değişim



Grafik 3. Araştırma Grubunun Antrenman Öncesi ve Sonrası Cl⁻ Değerlerindeki Değişim

TARTIŞMA VE SONUÇ

Konu ile ilgili yapılan çalışmalara bakıldığında sporcularda dehidrasyonun merak konusu olduğu ve önem kazandığı görülmektedir. Vücut sıvı kaybı daha çok sıklet sporları gibi kilo düşme gerektiren sporlarda ön plana çıkmakta, bu yöndeki araştırmalar hızla artmakta ve önem kazanmaktadır. Yüzme bu örneklere dâhil olarak dehidrasyonun yüksek derecede görülmesinden dolayı antrenman esnasında sıvı alımının önem kazandığı sporlardan biridir. Son zamanlarda antrenman öncesi, süresi ve sonrasında sıvı alımıyla ilgili yayınların ve eğitimin artmasıyla

birlikte yavaş yavaş dehidrasyon ve sıvı alımına hem antrenörler hem de sporcular gerekli önemi vermeye başlamışlardır (Eroğlu, 1997; Sağlam, 1993).

Egzersizde terleme ile birlikte organizmada su kaybedilmesi dehidrasyona neden olur. Akut ve kronik olmak üzere iki tür dehidrasyon söz konusudur. Egzersiz esnasında çeşitli nedenlerden dolayı kaybedilen suya akut, ancak yapılan egzersiz sonrası kaybedilen suyun 24 saatte yerine konulması ile oluşan duruma kronik dehidrasyon adı verilir (Üstdal ve Köker, 1998).

Çalışmada elde edilen sonuçlar dikkate alındığında, dehidrasyonun yüzücülerde büyük oranda etkili olduğu görülmektedir. Çalışmanın sonucunda genel olarak yüzücülerin vücut ağırlıklarında ve dehidrasyonun değerlendirildiği parametrelerde önemli ve istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık gözlenmiştir.

Shirreffs (2003) yaptığı çalışmada yüzme sporuyla uğraşanlarda vücut sıvı kaybının meydana geleceğini belirtmiştir. Bazı araştırmacılar, vücut ağırlığındaki 1gr'lık değişim 1ml'lik su miktarı değişimine denk geleceğini söylemektedirler. Buna benzer yapılan diğer araştırmalarda da 60-90 dk süreli ve interval antrenmanlar yaptırılmış ve sonucunda katılımcıların vücut ağırlıklarında %2-6 arası azalma olduğu gözlemlenmiştir (Davis ve ark., 1988; Galloway, 1999; Jose, Rodriguez, Below,& Coyle, 1997).

Edwards ve ark., (2007) 11 katılımcıya orta şiddetli sıvı kaybı olana kadar 90 dk antrenman yaptırmış ve bunun sonucu olarak deneklerde %1.5-2'lik bir vücut ağırlık kaybı oluştuğunu gözlemlemişlerdir. Bu durum, antrenman sırasında deneklerin dışardan herhangi bir yiyecek veya içecek almaları engellendiği için kaybettikleri bütün ağırlığın vücut sıvısından olduğunu ortaya koymaktadır. Sporcuların kondüsyon seviyesi, yaptıkları antrenmanın şiddeti de vücutlarında üretilen ısı ve ter miktarını etkilemektedir. İyi antrenmanlı sporcular, çok çabuk terleyecek ve antrenmansız sporculara oranla daha fazla ter üretmeye başlayacaklardır. Antrenman yoğunluğu arttıkça, daha fazla ısı ve ter oluşturacaktır (Houtkooper, 1989; Latzka ve ark., 1997; Maresh ve ark., 2004).

Gerçekleştirilen çalışmada denekler vücut ağırlıklarının yaklaşık olarak ortalama 3.24 ± 0.1 'ini yani 1.82 ± 0.35 kg kaybetmişlerdir. Hargreaves ve Febbraio (1998) yaptıkları çalışmada 2 saatlik antrenman sonunda deneklerin vücut ağırlıklarında 1.45 ± 0.3 kg'lık bir düşüş gözlemlenmiş ve çalışmayı destekleyici veriler elde etmişlerdir. Ayrıca International Olympic

Comittee (1990) tarafından yayımlanan bildiride, kas aktivitesi ve ısı açığa çıkmasıyla vücut iç ısısının yükseleceği, buna bağlı olarak deride kan damarlarının sempatik sinir sistemiyle uyarılarak refleks vazodilatasyon oluşturacağı bildirilmiştir. Çalışmada elde edilen sonuçlar yüzücülerde antrenmana bağlı olarak dehidrasyon oluşacağı sonucunu desteklemektedir.

Yapılan çalışma sonucunda dehidrasyon durumunu belirlemek için özellikle kan parametrelerinden sodyum (Na^+), potasyum (K^+) ve klor (Cl^-) değerlerine bakılmış deneklerin antrenman öncesi ve sonrası Na^+ değerleri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<0.05$). Literatürde yapılan bir çok çalışmada yüksek yoğunluklu egzersizler sırasında oluşan dehidrasyon sonucunda kan plazmasında bulunan Na^+ miktarında anlamlı bir düşme olduğu ortaya konulmaktadır (Mitchell, Phillips, Mercer, Baylies & Pizza, 2000; Sejersted ve Sjøgaard, 2000; Sharpy, 2006).

Ohira, Girandola & Ikawa (1981) yapmış oldukları çalışmada antrenman sırasında sadece dışardan ortam ısısını 35°C 'a çıkararak kişilerin vücut sıvılarından kaybetmelerini sağlamışlar ve kan parametrelerine baktıklarında kan Na^+ miktarında bir düşüş kaydetmiş ve 20 dk sonrasında kan Na^+ düzeyinin kendini toparladığını gözlemlemişlerdir. Ebert ve ark., (2007) tepe tırmanmalı bisiklet sürücülerine 2 saat bisiklet treadmill ergometresinde bisiklet sürdürdükten sonra %2.4'lük bir vücut ağırlığı kaybı sağlamışlardır. Deneklerin kan parametreleri sonucunda elde edilen Na^+ düzeylerinde anlamlı bir düşme kaydedilmiştir. Rivera, Rowland, Ramírez-Marrero, Santacana & Vann (2006) yaptıkları çalışmada 18 kadın katılımcıyla ortam sıcaklığı 33.4°C , %60 VO_2^{max} 'da yaptırdıkları antrenman sonucunda kadınların kan Na^+ düzeylerinde düşüş elde etmişlerdir. 23°C sıcaklıkta ve %70 MaxVO_2 seviyesinde yapılan ölçümlerde 426 gr ile 1665 gr arasında değişen terleme miktarları ölçülmüştür (Hoey, 1998). Weschler (2006) yaptığı araştırmada sporcuların 3 saatlik bir çalışmada 34°C sıcaklıkta %60 VO_2^{max} 'da yaptırdığı antrenman sonucunda vücut sıvısından kaybedilen Na^+ miktarına bakmış ve oluşan düşüşü karşılamak için nasıl bir sıvı takviyesi yapılması gerektiği hakkında sonuçlar elde etmiştir. Noakes ve ark., (2005) 2135 sporcunun kan hematokrit değerlerini inceledikleri çalışmada, deneklerin bir bölümüne dehidrate olup sıvı kısıtlaması uygulanırken bir kısmına da sıvı takviyesi yapılmıştır. Bunun sonucunda sıvı takviyesi uygulanan sporcularda kan Na^+ miktarında anlamlı bir düşüş olmazken, dehidrate olan grupta kan sodyum miktarında anlamlı bir düşüş gözlemlemişlerdir. Twerenbold ve ark., (2003) çalışmalarında, 13 kadın deneğe 4 saat süreyle koşu egzersizi yaptırmış ve her saat başında bu kadınlara değişik miktarlarda sodyum içeren sıvı

takviyesinde bulunmuş ve her saat başında üre ve kan parametrelerine bakmışlardır. Elde edilen sonuçlarda sıvı kısıtlamalı sürelerde elde edilen sonuçlarda kan Na⁺ değerlerinde anlamlı bir düşme gözlemlenirken, sıvı takviyeli zamanlarda ise anlamlı bir değişikliğin olmadığı ortaya çıkmıştır. Mack ve Jimenez (2003) yaptıkları çalışmada 8 sağlıklı deneğe vücut ağırlıklarının %2.7'sini kaybettirecek şekilde treadmill egzersizi yaptırmış ve önce sıvı kısıtlamalı sonra sıvı takviyeli bir ölçüm dizayn etmişlerdir. Toparlanma sırasında 3 saat boyunca deneklerden üre ve kan örnekleri toplamış ve sonuç olarak deneklerin kan sodyum değerlerinde anlamlı bir düşme gözlemlenmişlerdir. Toparlanma süreci içerisinde sıvı takviyeli ölçümlerde kan Na⁺ değerlerinin daha hızlı toparlandığını ortaya koymuşlardır. Gerçekleştirilen çalışmada elde edilen sonuçlar literatürdeki benzer çalışmalarla paralellik göstermektedir.

Yapılan çalışmada deneklerin antrenman öncesi ve sonrası kan potasyum (K⁺) değerlerinde anlamlı bir artış olduğu belirlenmiştir (p<0.05). Antrenmana bağlı vücut sıvı kaybı durumunda kaslardaki K⁺ alışverişi yüzünden kan potasyum miktarında anlamlı bir artış olduğunu ortaya koyan çalışmalar mevcuttur (Costil, Cote & Fink, 1976; Sejersted & Sjogaard, 2000).

Ohiro, Girandola & Ikawa (1981) yapmış oldukları çalışmada egzersiz sırasında ortam sıcaklığının 35°C'a artırarak antrenman ve ortam ısısına bağlı olarak deneklerin vücut sıvılarını kaybetmelerini sağlamışlardır. Elde ettikleri sonuçlara göre kan K⁺ miktarında anlamlı bir artış gözlemlenmiştir. Benzer şekilde bir çok araştırmada, egzersiz ve ısı aklimatizasyonu sonucu kan parametrelerinde K⁺ düzeylerinde bir artış olduğu ortaya konulmuştur (Ebert ve ark., 2007; Kenefick ve ark., 2004; Rivera ve ark., 2006).

Mack ve Jimenez (2003) yaptıkları çalışmada 8 sağlıklı deneğin vücut ağırlıklarının %2'si oranında düşmesi sonrasında toparlanma süreci içerisinde sıvı takviyeli ölçümlerde kan K⁺ değerlerinin daha hızlı toparlandığını gözlemlenmişlerdir. Noakes ve ark., (2005) sporcuların kan hematokrit değerlerini inceledikleri çalışmanın sonunda sıvı takviyesi uygulanan sporcularda kan K⁺ miktarında anlamlı bir artış olmazken, dehidrate olan grupta kan potasyum miktarında anlamlı bir artış olduğunu belirtmişlerdir. Morgan, Patterson & Nimmo (2004), 8 erkek deneğe 2 saat boyunca 38°C sıcaklıkta bisiklet egzersizi yaptırmışlar, deneklere bu süre içinde sıvı kısıtlaması uygulamışlar ve kan potasyum miktarlarında anlamlı bir artış gözlemlenmişlerdir. Daha sonra aynı deneklere sıvı kısıtlaması uygulanmadan tekrarlanan çalışmada kan K⁺

düzeyinde anlamlı bir artış olmadığını belirtmişlerdir. Maresh ve ark., (2004) yaptıkları çalışmada sıcak ortamlarda egzersiz yapan 10 erkek katılımcı ile 90 dk, 33°C sıcaklıkta 5.6 km/saat hızda 33 derece eğimde yapılan egzersiz sonucunda kişilerin susama hisleri ve kan parametrelerini incelemişler ve kan K⁺ değerlerinde bir artış bulmuşlardır. Yapılan çalışmada deneklerin kan potasyum değerinde anlamlı bir artış gözlenmiştir ve elde edilen sonuçlar literatürdeki benzer çalışmalarla paralellik göstermektedir.

Yapılan çalışmada deneklerin antrenman öncesi ve sonrası kan Klor (Cl⁻) değerlerinde anlamlı bir düşüş olduğu belirlenmiştir (p<0.05). Egzersiz ve ortam sıcaklığına bağlı olarak ortaya çıkan dehidrasyon sonucunda kandaki klor miktarında anlamlı düzeyde düşüş meydana gelmektedir (Costill, Cote & Fink, 2006; Ohiro ve ark., 1981). Maresh ve ark., (2004) yaptıkları çalışmada, sıcak ortamlarda egzersiz yapan 10 erkek katılımcıya yaptırılan egzersiz sonucunda kişilerin susama hisleri ve kan parametreleri incelenmiş elde edilen sonuçlarda kan Cl⁻ değerlerinde bir düşüş gözlemlenmiştir.

Noakes ve ark., (2005) araştırmalarındaki deneklerin bir bölümüne dehidrate olup sıvı kısıtlaması uygulanırken bir kısmına da sıvı takviyesi yapmışlardır. Bunun sonucunda sıvı takviyesi uygulanan sporcularda kan Cl⁻ miktarında anlamlı bir düşüş olmazken, dehidrate olan grupta kan Cl⁻ miktarında anlamlı bir düşüş görülmüştür. Benzer şekilde yüksek yoğunluklu egzersizler sırasında oluşan dehidrasyon sonucunda kan plazmasında bulunan Cl⁻ miktarında anlamlı bir düşme kaydedilmiştir (Mitchell ve ark., 2000; Sejersted ve Sjøgaard, 2000; Sharpy, 2006). Kenefick, Hazzard, Mahood & Castellani (2004) egzersiz yaptırdıkları sporcuların %2-4 arası vücut ağırlığı kaybetmelerini sağlamış daha sonra deneklerin kan hematokrit parametrelerinde kan Cl⁻ düzeylerinde bir düşme olduğunu gözlemlemişlerdir.

Rivera ve ark., (2006) kadınlarda yaptırdıkları antrenman sonucunda kan Cl⁻ düzeylerinde düşüş elde etmişlerdir. Çalışmada deneklerin kan Cl⁻ değerlerinde bir düşüş olduğu tespit edilmiştir. Bu durumun egzersiz sonrası vücut sıvı kaybına bağlı olarak ortaya çıktığı literatürdeki araştırmalar ile desteklenmektedir. Elde edilen veriler daha önce yapılan araştırmaların sonuçları ile uyumluluk göstermektedir.

Yapılan çalışmada, incelenen literatür bilgisi ve yapılmış olan çalışmaların verileri ışığında antrenman sonucu vücut sıvı kaybının atletik performansı düşürdüğü, aynı zamanda sporcuların yaşamlarını riske sokarak ölümlere bile neden olabileceği öngörülmektedir. Sıvı

dengesinin sağlanması ve dehidrasyonun önlenmesi sporcunun performansı kadar genel sağlığının korunmasında son derece önemlidir. Bu nedenle sadece sporcular için değil aynı zamanda antrenör ve yardımcı ekip için de sporcuların antrenmana bağlı vücut sıvı kaybını belirlemek ve buna göre performanslarını izlemek çok önemli bir kriter oluşturacaktır.

KAYNAKLAR

- American College of Sports Medicine. (1996). Position Stand on Exercise and Fluid Replacement. *Medicine & Science in Sports Exercises*, (28), 1-7.
- Armstrong, L.E. (2005). ACSM: *Hydration Assessment Technique*. (II), 40-54.
- Bergeron, M. F. (2008). Muscle cramps during exercise-is it fatigue or electrolyte deficit? *Current Sports Medicine Reports*, 7(4), 50-55.
- Carlton, A. & Orr, R.M. (2015). The effects of fluid loss on physical performance: A critical review. *Journal of Sport and Health Science*, 4(4), 357-363.
- Casa, D.J., Armstrong, L.E., Hillman, S.K., Montain, S.J., Reiff, R.V., Rich, B.S.E., Roberts, W.O. & Stone, J.A. (2000). National athletic trainers' association position statement: fluid replacement for athletes. *Journal of Athletic Training*, 35(2), 212-224.
- Colwin, C.M. (1992). *Swimming into the 21st century*. Merica: Leisure Press. Champaign, Illinois; ix-xv.
- Costill, D.L., Cote, R. & Fink, W. (1976). Muscle water and electrolytes following varied levels of dehydration in man. *Journal of Applied Physiology*, 40(1), 6-11.
- Davis, J.M., Lamb, D.R., Pate, R.R., Slentz, C.A., Burgess, W.A. & Bartoli, W.P. (1988). Carbohydrate-electrolyte drinks: Effects on endurance cycling in the heart. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 48(4), 1023-1030.
- Ebert, T.R., Martin, D.T., Bullock, N., Mujika, I., Quod, M.J., Farthing, L.A., Burke, L.M. & Withers, R.T. (2007). Influence of hydration status on thermoregulation and cycling hill climbing. *Medicine & Science in Sports Exercises*, 39(2), 323-329.
- Edwards, A.M., Mann, M.A., Marfell-Jones, M.J., Rankin, D.M., Noakes, T.D. & Shillington, D.P. (2007). Influence of moderate dehydration on soccer performance. *British Journal of Sports Medicine*, 41(6), 385-391.
- Eroğlu, İ. (1997). Uzun süreli performans ve sıvı kullanımının performansa etkisi. *Atletizm Bilim ve Teknoloji Dergisi*, 26(2), 36-43.
- Ersoy, G. (2004). *Egzersiz ve spor yapanlar için beslenme*. 3. Baskı. Ankara: Nobel Yayınevi.
- Evans, G.H., James, L.J., Shirreffs, S.M. & Maughan, R.J. (2017). Optimizing the restoration and maintenance of fluid balance after exercise-induced dehydration. *Journal of Applied Physiology*, 122(4), 945-951.
- Galloway, S.D. (1999). Dehydration, rehydration, and exercise in the heat: Rehydration strategies for athletic competition. *Canadian Journal of Applied Physiology*, 24(2), 188-200.
- Gil-Antunano, N.P., Zenarruzabeitia, Z.M. & Comacho, A.M.R. (2009). *Food, nutrition and hydration in sports*, (1st ed.), Madrid: Consejo Superior de Deportes.
- Gomez-Bruton, A., Montero-Marín, J., González-Agüero, A., García-Campayo, J., Moreno, L.A., Casajús, J.A. & Vicente-Rodríguez, G. (2016). The Effect of Swimming During Childhood and Adolescence on Bone Mineral Density: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Sports Medicine*. 46(3), 365-379.
- Guyton, A.C. & Hall, J.E. (2000). *Medical Physiology*. (Çev. Hayrünisa Çavuşoğlu), (1. Baskı). Ankara: Nobel Yayınevi.

- Hanula, D. (2001). *The swim coaching bible*. USA: Human Kinetics.
- Hargreaves, M. & Febbraio, M. (1998). Limits To Exercise Performance In Heat. *International Journal of Sports Medicine*, Suppl 2, 115-116.
- Hoey, J. (1998) Wrestling hyperthermia and dehydration. *Canadian Medical Association journal*, 158(9), 1171.
- Houtkooper, L. (1989). *Swimmers sweat*. Swimming World. 7:25.
- International Olympic Committee. (1990). *Sports medicine manual*. Canada: Hurford Enterprises Lmd. 36-41.
- Jose, G., Rodriguez, M., Below, P.R. & Coyle, E.F. (1997). Dehydration markedly impairs cardiovascular function in hyperthermic endurance athletes during exercise. *Journal of Applied Physiology*, 82(4), 1229-1236.
- Kaplan, D.Ö. (2016). Analyzing the effects of 16 weeks swimming exercises of children aged 7-13 on anthropometric measurements and somatotype. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 18(2), 8-14.
- Kenefick, R.W., Hazzard, M.P., Mahood, N.V. & Castellani, J.W. (2004). Thirst sensations and AVP responses at rest and during exercise-cold exposure. *Medicine & Science in Sports Exercises*, 36(9), 1528-1534.
- Latzka, W.A., Sawka, M.N., Montain, S.J., Skrinar, G.S., Fielding, R.A., Matott, R.P. & Pandolf, K.B. (1997). Hyperhydration: Thermoregulatory effects during compensable exercise-heat stress. *Journal of Applied Physiology*. 83(3), 860-866.
- Lohman, T.G., Roche, A.F. & Martorell, R.M. (1988). *Antropometric standardization reference manual*. ABD: Champaign, Human Kinetics Books.
- Mack, G.M. & Jimenez, C. (2003). Plasma volume regulation after exercise or heat stress. *Medicine & Science in Sports Exercises*, 35(4), 707-709.
- Maresh, C.M., Gaberree, C.L., Armstrong, L.E., Judelson, D.A., Hoffman, J.R., Castellani, J.W., Kenefick, R.W., Bergeron, M.F. & Casa, D.J. (2004). Effect of hydration status on thirst, drinking, and related hormonal responses during low-intensity exercise in the heat. *Journal of Applied Physiology*, 97(1), 39-44.
- Maughan, R. & Shirreffs, S. (2004). Exercise in the heat: challenges and opportunities. *Journal of Sports Sciences*, 22(10), 917-927.
- Mitchell, J.B., Phillips, M.D., Mercer, S., Baylies, H.L. & Pizza, F.X. (2000). Postexercise rehydration: Effect of Na⁺ and volume on restoration of fluid spaces and cardiovascular function. *Journal of Applied Physiology*, 89, 1302-1309.
- Morgan, R.M., Patterson, M.J. & Nimmo, M.A. (2004). Acute effects of dehydration on sweat composition in men during prolonged exercise in the heat. *Acta Physiologica*, 182(1), 37-43.
- Noakes, T.D., Sharwood, K., Speedy, D., Hew, T., Reid, S., Dugas, J., Almond, C., Wharam P. & Weschler, L. (2005). Three independent biological mechanisms cause exercise-associated hyponatremia: Evidence from 2135 weighed competitive athletic performances. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 102(51), 18550-18555.
- Ohira, Y.R., Girandola, N. & Ikawa, S. (1981). Responses of leukocytes and other hematologic parameters to thermal dehydration. *Journal of Applied Physiology*, 50(1), 38-40.
- Paker, H.S. (1996). *Sporda beslenme*. Ankara: Gen Matbaacılık.
- Rivera, A.M., Rowland, T.W., Ramirez-Marrero, F.A., Santacana, G. & Vann, A. (2006). Exercise tolerance in a hot and humid climatized girls and women. *International Journal of Sports Medicine*, 27(12), 943-950.
- Sağlam, F. (1993). Futbolcuların beslenme alışkanlıkları. *Spor Bilimleri Dergisi*, 4(2), 34.
- Sawka, M.N. & Montain, S.J. (2000). Fluid and electrolyte supplementation for exercise heat stress. *The American Journal of Clinical Nutrition*, 72(2), 564-572.
- Sejersted, O.M. & Sjøgaard, G. (2000). Dynamics and consequences of potassium shifts in skeletal muscle and hearth during exercise. *Physiological Reviews*, 80(4), 1411-1481.

- Sharpy, R.L. (2006). Role of sodium in fluid homeostasis with exercise. *The Journal of the American College of Nutrition*, 25(3), 231-239.
- Shirreffs, S.M. (2003). Markers of hydration status. *European Journal of Clinical Nutrition*, 57(2), 86-89.
- Szark-Eckardt, M., Napierała, M., Eksterowicz, J., Zukow, W. & Łukaszewski, R. (2017). Somatic characteristics and motor capacity of 10-year swimming pools from basic school no. 60 in Bydgoszcz. *Collegium Antropologicum*, 41(3), 1-16.
- Taimura, A., Matsumoto, T., Lee, J.B., Othman, T., Yamauchi, M., Sugawara, M. & Kosaka, M. (1999). Effects of fluid ingestion during intermittent high intensity swimming exercise on thermoregulatory responses and performance. *Tropical Medicine*, 41(2), 65-73.
- Twerenbold, R., Knechtle, B., Kakebeeke, T., Eser, P., Muller, G., P von Arx, P., Knecht, H., Rehrer, N. & Speedy, D. (2003). Effects of different sodium concentrations in replacement fluids during prolonged exercise in women. *British Journal of Sports Medicine*, 37(4), 300-303.
- Üstdal, K. M. & Köker, A. H. (1998). *Sporla yüksek performans nasıl kazanılır?* İstanbul: Nobel Tıp Kitap Evleri.
- Weschler, L.B. (2006). What can be conclude regarding water versus sports drinks from the Vrijens-Reher experiments? *Journal of Applied Physiology*, 100(4), 1433-1434.
- Wiener, H.S. (1981). *Total swimming*. New York: Simon & Schuster.

Beden Eğitime Yönelimin Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbilişsel Farkındalık Düzeylerine Etkisi: Lise Öğrencileri Örneği*

The Effects of Orientation to Physical education on Metacognitive Awareness Levels towards Physical Activity: Example of High School Students

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Lale YILDIZ^{†1},

Olca KİREMİTÇİ²,

A. Meliha CANPOLAT²

¹ Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi

² Ege Üniversitesi, İzmir

Öz

Bu çalışma, lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik üstbiliş farkındalık düzeylerinin, beden eğitimi derslerine yönelimleri ile etkileşimini ve mevcut durumun özel-devlet okul ve cinsiyet değişkenleri açısından olası farklarını incelemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. Çalışmaya, yaş ortalaması 15.5±.99 olan 244'ü kız ve 157'si erkek olmak üzere toplam 401 lise öğrencisi katılmıştır. Çalışmada, Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi (Kiremitçi, 2013) ile Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbiliş (Kiremitçi, 2016) ölçekleri kullanılmıştır. Elde edilen verilerin analizinde, betimsel istatistik, normallik testi ve basit doğrusal regresyon analizi uygulanmıştır. Analiz sonuçları, genel örneklem için çabasız sonuca yönelim boyutu negatif, diğer tüm boyutların pozitif yönde üstbilişsel farkındalığı yordama özelliğine sahip olduğu belirlenmiştir (p<.05). Cinsiyet değişkeni ayrıştırıcı bir değişken olarak dikkate alındığında, kız öğrencilerde öğrenci merkezli öğrenme yönelimi, erkek öğrencilerde ise yarışma yönelimi en etkili katsayıya sahip alt boyutlar olarak hesaplanmıştır (p<.05). Özel-devlet okul farklılığına göre ise, ortak bir şekilde öğrenci merkezli öğrenme yönelimi en yüksek kat sayıya sahip alt boyut olarak dikkat çekmektedir (p<.05). Elde edilen sonuçlar, motivasyonel yönelimlerin üstbilişsel farkındalık üzerindeki etkisinin, ancak öğrenci merkezli bir öğrenmenin gerçekleştirilebilmesi ile mümkün olacağını göstermektedir.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, fiziksel aktivite, motivasyonel yönelim, üstbilişsel farkındalık, lise öğrencileri.

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 27.03.2018

Kabul Tarihi: 30.06.2018

Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

This study was carried out for the purpose of examining the interaction between the metacognitive awareness levels of high school students towards physical activities and the differences in the current situation in respect of the school type and gender variables. A total of 401 high school students were involved in the study, 244 of whom were female and 157 of whom were male with the average age of 15.5 ±.99. In the study, the scales of Learning and Performance Orientation in Physical Education Classes (Kiremitçi, 2013) and Metacognition towards Physical Activities (Kiremitçi, 2016) were used. Descriptive statistics, normality test and simple linear regression analysis were applied. In the analysis of obtained data. The results of the analysis indicate that the dimension of effortless orientation to result is negative for the general sample and all other dimensions positively have the feature of predicting metacognitive awareness (p<.05). When gender variable was considered as a distinguishable variable, student-centered learning orientation in girls and competition orientation in boys were assessed to be the sub-dimensions with the most effective coefficient (p<.05). In accordance with the difference in school types, student-centered learning orientation gets the attention as the sub-dimension with the highest coefficient in public and private school students (p<.051). The obtained results indicate that the effects of motivational orientations on metacognitive awareness levels can be possible only with conducting a student-centered learning.

Keywords: Physical education, physical activity, motivational orientation, metacognitive awareness, high school students.

* Bu çalışma 19-22 Ekim 2017 tarihleri arasında Antalya'da düzenlenen Uluslararası 9. Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

† Sorumlu yazar: Lale Yıldız, laleyildiz84@gmail.com

GİRİŞ

Biliş, kısaca ‘bilme’ ve ‘farkında olma’ şeklinde ifade edilebilir. Eğitim alanında ise, bilginin kazanılması ve kullanılması sürecini tanımlamaktadır. Öğrencilerin, algılama, depolama ve bilgileri işleme vb. süreçleri etkin kullanarak öğrenmenin en yüksek şekline ulaşması eğitimin temel hedefleri arasındadır (Akpınar, 2011). Bu noktada, bilişsel faaliyetlerin birçoğunda önemli bir rol oynayan “üstbiliş” kavramı da geliştirilmelidir. Selçuk (2000), üstbilişi, “bireyin bilişsel süreç ile ilgili bilgisi ve farkındalığı” olarak tanımlamaktadır. Bireylerin kendi öğrenmelerinin ve öğrenme süreçlerinin farkında olmaları ve kendilerine geri bildirimler verebilmeleri başarılarını destekleyen özellikler arasındadır (Doğan, 2013). Beden eğitimi ve spor faaliyetlerinin, bireylerin yaşamla kurdukları bağı güçlendirdiği göz önüne alınırsa, öğrencilerin katılım gösterdikleri sportif etkinliklere ilişkin bilgi, duygu ve hareket düzeyinde farkındalık oluşturması sağlanmalıdır (Ergül, Tınaz ve Ertaç, 2016). Çünkü öğrenciler, karmaşık bilişsel etkinlikleri ve problemleri çözmeye sürecinde düşünerek üst bilişsel farkındalık düzeyini geliştirebilirler (Karakelle, 2010). Tuzcuoğlu ve Özcan (2014) üstbilişsel farkındalık üzerine yapmış oldukları çalışmada, lisanslı olarak takım ve bireysel spor yapan öğrencilerle spor yapmayan öğrencileri karşılaştırmış ve spor yapan öğrenciler lehine anlamlı fark bulmuşlardır.

Öğrencilerin etkin ve sağlıklı bir yaşam tarzı sağlamaya yönelik oluşturdukları bireysel farkındalık ile beden eğitimi ve spora katılımı için gerekli becerileri de geliştirdikleri düşünülmektedir. Beceri gelişimi sürecinde ise, öğrencinin benimsediği öğrenme yöneliminin etkin bir rolü bulunabilir. Bireylerin öğrenci merkezli ya da öğretmen merkezli öğrenme yönelimlerine ilişkin farkındalığını oluşturması, bedensel etkinlik düzeylerinde yükselmelerin yaşanmasına olanak verebilir. Bunun yanı sıra bireylerin hata yapmaktan kaçınıyor olması, başarısızlık korkusu ya da sürekli yarışma ortamına yöneliyor olması durumlarına ilişkin geliştirilen farkındalıklar olumlu bir öğrenme ikliminin oluşmasında kilit rol oynayabilir (Çalık ve Kurt, 2010; Engür, 2013). Beden eğitimi alanında yapılmış çalışmalarda, bireylerin daha iyisini yapma çabası, memnuniyeti, daha az sıkılması ve içsel bir güdülenme sağlaması ile “öğrenme yönelimi” arasında; can sıkıntısı, çabadan ziyade yetenekle başarma inancı ve derse ilişkin olumsuz bir tutum ile “performans yönelimi” arasında ilişkiler olduğunu vurgulamaktadır (Todorovich ve Curtner-Smith, 2003; Theodosiou ve Papaioannou, 2005). Son yıllarda eğitimde bireyselliğin ve birey nasıl öğrenir? sorusunun öne sürülmesiyle birlikte, beden eğitimi

derslerindeki öğrenme yönelimlerinin incelenmesi gereken bir kavram olması ve öğrencilerin üstbilişsel farkındalıklarının fark edilmesi önemsenmektedir. Ders içerisinde konuyu oldukça iyi öğrenmeyi hedefleyen ya da diğer öğrencilerden daha kötü seviyede olmaktan kaçınan öğrencilerin daha çok üst biliş stratejileri kullandıkları açıklayan çalışmalar göze çarpmaktadır (Aydın ve Yerdelen, 2015). Bu bağlamda, lise öğrencilerinin fiziksel aktiviteye yönelik üstbilişsel farkındalık düzeylerinin beden eğitimi derslerine yönelimleri ile ilişkisini incelemek ve özel ile devlet okulları arasındaki farkları belirlemek araştırmacılar tarafından değerli bulunmuştur. Bu çalışma, beden eğitimi derslerine yönelik farkındalıkların belirlenmesi, geliştirilmesi ve ilerleyen çalışmalara temel oluşturması bakımından önem taşımaktadır.

YÖNTEM

Çalışma Grubu

Çalışmaya, İzmir ilinde öğrenim gören, 244'ü (%60.8) kız ve 157'si (%39.2) erkek olmak üzere toplam 401 lise öğrencisi katılmıştır. Öğrencilerin 204'ü (%50.9) özel ve 197'si (%49.1) devlet okulunda öğrenim görmektedir, yaş ortalaması $15.58 \pm .99$ olarak hesaplanmıştır.

Veri Toplama Aracı

Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi Ölçeği, Papaioannou (1994), tarafından geliştirilmiş ve Kiremitci (2013) tarafından Türkçe'ye uyarlanmıştır. Ölçek 27 madde 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Bunlar, Öğrenci Merkezli Öğrenme Yönelimi (7 madde), Öğrencilerin Yarışma Yönelimi (5 madde), Öğrencinin Hataları Hakkında Endişe Duyması (5 madde), Öğretmen Merkezli Öğrenme Yönelimi (6 madde), Çabasız Sonuca Yönelim (4 madde). Ölçek yargıların beş değerlendirme basamağına (1=Hiç katılmıyorum – 5=Tamamen Katılıyorum) göre yanıtlanmaktadır. Ölçeğin alt boyutlarına ilişkin güvenirlik katsayısı değerleri .78 ve .89 arasında değişmektedir (Kiremitci, 2013).

Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbiliş Ölçeği, Settanni, Magistro and Rabaglietti, (2012) tarafından geliştirilmiş, Kiremitci (2016) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Ölçek, 10 maddeden oluşmakta ve tek boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin maddeleri 4'li likert tipi (1=Tamamen

Katılmıyorum; 4= Tamamen Katılıyorum) ile değerlendirilmektedir. Ölçeğin güvenirlik katsayısı .80 olarak hesaplanmıştır (Kiremitçi, 2016).

Verilerin Analizi

Verilerin istatistiksel analizi ve değerlendirilmesi sırasında ilk olarak, çalışmada temel alınan değişikliklere ilişkin betimsel analiz, daha sonra üstbilişsel farkındalık ve beden eğitimi derslerine yönelim puanlarının normallik testi uygulanmıştır. Cinsiyet ve özel-devlet okul değişkenlerinin etkisini belirlemek amacıyla basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 21. paket programından faydalanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1: Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbiliş ve Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi Testlerinin Betimleyici İstatistikleri

Ölçüm Araçları	Alt boyutlar	n	X	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbiliş	Toplam	401	3.81	.73	-.884	.995
Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi	Öğrenci Merkezli Öğrenme Yönelimi	401	3.50	.83	-.422	-.357
	Öğrencilerin Yarışma Yönelimi	401	3.41	.77	-.291	-.071
	Öğrencinin Hataları Hakkında Endişe Duyması	401	3.62	.88	-.622	.188
	Öğretmen Merkezli Öğrenme Yönelimi	401	3.51	.83	-.484	.013
	Çabasız Sonuca Yönelim	401	2.90	.87	.008	-.342

Tablo 1’de katılımcıların ölçeklere ilişkin alt faktörlerden aldıkları ortalama puan değerleri incelendiğinde; tüm test parametrelerine ilişkin tanımlayıcı istatistiklerin normal dağılım varsayımının karşılandığı görülmektedir.

Tablo 2: Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi (X_{1-5}) ve Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbiliş İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	Bağımlı Değişken			
	Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbiliş			
Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi(X_{1-5})	B	β	t	p
Sabit	1.80		9.63	.000
Öğrenci Merkezli Öğrenme Yönelimi (X_1)	.282	.318	5.19	.000
Öğrencilerin Yarışma Yöneliminin (X_2)	.145	.153	2.62	.009
Öğrencinin Hataları Hakkında Endişe Duyması (X_3)	.097	.116	2.24	.025
Öğretmen Merkezli Öğrenme Yönelimi (X_4)	.117	.133	2.32	.021
Çabasız Sonuca Yönelim (X_5)	.081	-.096	-2.18	.030

$F = 39.529$ ($p=.000$), $R^2 = .333$, $\Delta R^2 = .325$

Beden eğitimi derslerine yönelim alt boyutlarının, üstbilişsel farkındalık düzeyini nasıl açıkladığını test etmek amacıyla tüm örneklem grubundan elde edilen veri setine basit doğrusal regresyon analizi uygulanmış ve üst biliş üzerinde “Çabasız sonuca yönelim” alt boyutunun negatif, diğer alt boyutlarınsa pozitif yönde yordayıcı özelliğine sahip olduğu belirlenmiştir. Ayrıca beden eğitimine yönelim alt boyutlarının, üstbilişsel farkındalık düzeyini % 33’nü açıkladığı görülmektedir (Tablo 2).

Tablo 3: Cinsiyete Göre Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi (X₁₋₅) ve Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbilişe İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

KIZ				
Bağımsız Değişkenler	Bağımlı Değişken			
	Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbiliş			
Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi (X₁₋₅)	B	β	t	p
Sabit	2.12		8.64	.000
Öğrenci Merkezli Öğrenme Yönelimi (X ₁)	.321	.391	5.00	.000
Öğrencilerin Yarışma Yönelimi (X ₂)	.067	.074	.997	.320
Öğrencinin Hataları Hakkında Endişe Duyması (X ₃)	.142	.168	2.62	.009
Öğretmen Merkezli Öğrenme Yönelimi (X ₄)	.047	.057	.789	.431
Çabasız Sonuca Yönelim (X ₅)	-.110	-.142	-2.45	.015
F = 22.235 (p=.000), R² = .318, ΔR² = .304				
ERKEK				
Bağımsız Değişkenler	Bağımlı Değişken			
	Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbiliş			
Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi (X₁₋₅)	B	β	t	p
Sabit	1.31		4.45	.000
Öğrenci Merkezli Öğrenme Yönelimi (X ₁)	.223	.227	2.24	.026
Öğrencilerin Yarışma Yönelimi (X ₂)	.273	.272	2.93	.004
Öğrencinin Hataları Hakkında Endişe Duyması (X ₃)	-.027	-.031	-.352	.725
Öğretmen Merkezli Öğrenme Yönelimi (X ₄)	.255	.264	2.80	.006
Çabasız Sonuca Yönelim (X ₅)	-.021	-.022	-.326	.745
F = 19.535 (p=.000), R² = .393, ΔR² = .373				

Tablo 3 incelendiğinde; cinsiyet değişkeni ayrıştırıcı olarak değerlendirilmiştir ve kız öğrencilerde “Öğrenci Merkezli Öğrenme Yönelimi”, “Öğrencinin Hataları Hakkında Endişe Duyması” yapılarının üst bilişsel farkındalık düzeyine pozitif öngörü sağladığı, “Çabasız Sonuca Yönelim” negatif öngörü sağladığı belirlenmiştir. Erkek öğrencilerde ise, “Öğrenci Merkezli Öğrenme Yönelimi”, “Öğrencilerin Yarışma Yönelimi” ve “Öğretmen Merkezli Öğrenme Yönelimi” yapılarının üstbiliş farkındalık düzeyine pozitif öngörü sağladığı saptanmıştır.

Tablo 4: Okul Türüne göre Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi (X_{1-5}) ve Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbiliş İlişkin Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

ÖZEL				
Bağımsız Değişkenler	Bağımlı Değişken			
	Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbiliş			
Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi (X_{1-5})	B	β	t	p
Sabit	2.40		7.98	.000
Öğrenci Merkezli Öğrenme Yönelimi (X_1)	.301	.353	3.90	.000
Öğrencilerin Yarışma Yönelimi (X_2)	.033	.032	.386	.700
Öğrencinin Hataları Hakkında Endişe Duyması (X_3)	.116	.138	1.83	.068
Öğretmen Merkezli Öğrenme Yönelimi (X_4)	.054	.061	.699	.485
Çabasız Sonuca Yönelim (X_5)	-.125	-.157	-2.37	.019
F = 12.387 (p=.000), R² = .238, ΔR² = .219				
DEVLET				
Bağımsız Değişkenler	Bağımlı Değişken			
	Fiziksel Aktiviteye Yönelik Üstbiliş			
Beden Eğitimi Sınıflarında Öğrenme ve Performans Yönelimi (X_{1-5})	B	β	t	p
Sabit	1.30		5.27	.000
Öğrenci Merkezli Öğrenme Yönelimi (X_1)	.280	.300	3.52	.001
Öğrencilerin Yarışma Yönelimi (X_2)	.238	.256	3.23	.001
Öğrencinin Hataları Hakkında Endişe Duyması (X_3)	.069	.082	1.15	.252
Öğretmen Merkezli Öğrenme Yönelimi (X_4)	.140	.158	2.09	.038
Çabasız Sonuca Yönelim (X_5)	-.024	-.027	-.464	.643
F = 30.971 (p=.000), R² = .448, ΔR² = .433				

Özel-devlet okul ayrıştırıcı değişkeni dikkate alınarak uygulanan basit doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 4’te görülmektedir; özel okulda öğrenim gören öğrencilerde “Öğrenci Merkezli Öğrenme Yönelimi” yapısının üstbilişsel farkındalık düzeyine pozitif öngörü sağladığı, “Çabasız Sonuca Yönelim” de negatif öngörü sağladığı belirlenmiştir. Devlet okulunda öğrenim gören öğrencilerde ise, “Öğrenci Merkezli Öğrenme Yönelimi”, “Öğrencilerin Yarışma Yönelimi” ve “Öğretmen Merkezli Öğrenme Yönelimi” yapılarının üstbiliş farkındalık düzeyine pozitif öngörü sağladığı saptanmıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmadan elde edilen bulgular, beden eğitimi derslerinde motivasyonel yönelimlerin üstbilişsel farkındalık üzerindeki etkisini ve cinsiyetin yanı sıra özel-devlet okul değişkenlerinin yarattığı farklılıkları ortaya koymaktadır.

Çalışmanın ilk bulgusu olarak, beden eğitimi derslerine yönelim alt boyutlarının, üstbilişsel farkındalık düzeyini nasıl açıkladığı incelenmiştir. Elde edilen veriler, üst biliş üzerinde “Çabasız sonuca yönelim” alt boyutunun negatif, diğer alt boyutlarınsa pozitif yönde yordayıcı özelliğe sahip olduğunu göstermektedir. Üstbiliş sahip olunan bilginin birey tarafından kontrolü ve düzenlenmesi (Flavell, 1987) şeklinde tanımlanacak olursa, üstbilişsel farkındalık becerisinin sahip olunan bilgiyi düzenleme durumuyla da doğru orantılı bir şekilde gerçekleşmiş olması, öğrencinin öğrenme eyleminde kendi planlamasını yapabilme ve merkeze kendisini koyabilme noktasında da avantaj sağlayacağı düşünülebilir. Beden eğitimi derslerine yönelim motivasyonunun, bireylerin problem çözme becerisi ile doğru orantılı bir ilişki içerisinde olduğu (Theodosiou ve Papaioannou, 2005; Tuzcuoğlu ve Özcan, 2014) yapılan birçok araştırmada vurgulanmaktadır. Bu bağlamda, öğrencilerin hem okul yaşamlarında hem de beden eğitimi derslerinde birçok karar verme durumuyla karşı karşıya kalmaları sonucunda bilişsel açıdan düşünme becerilerini geliştirmiş olmaları beklenen sonuç olarak karşımıza çıkmaktadır. Buna benzer olarak, Ahn ve Fedewa, (2011) yapmış oldukları meta-analiz çalışmasında, çocukların zihinsel sağlığı üzerinde fiziksel aktivitenin etkilerinin anlamlı olduğunu belirtmişlerdir. Ayrıca, diğer yönelim türlerinden farklı olarak çaba sarf etmeden sonuç yöneliminin olumsuz bir etkiye sahip olmasının, bireylerin kendilerine yöneltilmiş ve sonucu belirlenmiş problemin çözümü hususunda tek bir çözüm yolu üretmek suretiyle tek düze bir davranış sergiliyor olmalarından kaynaklandığı düşünülebilir.

Elde edilen veriler cinsiyet değişkenine göre tekrar değerlendirildiğinde, kadın ve erkek katılımcılarda öğrenci merkezli yönelimin ortak olarak pozitif bir etkiye sahip olduğu görülmektedir. Theodosiou, Mantis ve Papaioannou, (2008) 510 öğrenci üzerinde yapmış oldukları çalışmada, beden eğitimi derslerinde üstbilişsel aktivite, hedef yönelimi ve algılanan motivasyonel iklimi araştırmışlardır. Sonuç olarak, öğrencilerin kişisel yetenekleri ve gelişimlerine yönelik motivasyonel iklimin oluşturulmasının, üstbilişsel farkındalık yolunda da gelişim sağlayabileceğini belirtmişlerdir. Bunun yanında, erkek öğrencilerde yaş grubunun özelliklerinden

kaynaklı olarak, kendini ispatlama çabası içerisinde yarışma yöneliminin ön plana çıkması ve bu yaş grubunun kendilerine kılavuzluk edecek bir lider arayışı içerisinde olmaları sebebi ile de öğrenme eyleminde öğretmeni merkeze çekme çabası içinde oldukları düşünülebilir. Kadın katılımcılarda elde edilen sonuçların ise toplumun sosyo-kültürel yapısından kaynaklanan kadın bireylerin hata yapma noktasında duymuş oldukları endişenin bir yansıması olduğu söylenebilir. Bu da kadın katılımcıların çaba sarf etmeden süreci mümkün olduğu kadar kısaltarak, hata yapmaksızın sonuca yönelme noktasında motive etmiş ancak bunun da, öğrenme noktasında olumsuz etkiye sahip olduğu görülmüştür. Haslofça (2013), beden eğitimi programlarının oluşturduğu motivasyonel iklimin hedef yönelimlere ve derse ilişkin tutuma etkisini incelediği çalışmada, hata yapma endişesi taşıyan öğrencilerin öğrenmeden ziyade performans yönelimine sahip olduklarını vurgulamaktadır. Bunun yanı sıra Telford ve ark. (2016), neden kızların erkeklere göre fiziksel olarak daha az aktif olduklarını araştırdıkları çalışmada, fiziksel aktivite sürecinde kızların erkeklere göre aile, okul ve çevreden daha düşük düzeyde olumlu etkilendiğini belirtmektedirler noktada, fiziksel aktiviteye yönelimin kız ve erkekler arasında farklılık gösterebileceğinin göz önünde bulundurulmasını gerektiğini vurgulamışlardır.

Özel-devlet okul değişkeni dikkate alındığında, özel okulda öğrenim gören öğrencilerde öğrenci merkezli öğrenme yapısının üstbilişsel farkındalık düzeyine pozitif öngörü sağladığı, devlet okulunda öğrenim gören öğrencilerde ise, öğrenci merkezli öğrenme, öğrencilerin yarışma yönelimi ve öğretmen merkezli öğrenme yapılarının üstbiliş farkındalık düzeyine pozitif öngörü sağladığı saptanmıştır. Bu bağlamda, bireyde gerçekleşen davranış değişikliği hususunda öğrencilerin merkezde olma durumu beklenen sonuç olarak her iki okul türünde de karşımıza çıkmaktadır. Diğer yandan devlet okulunda öğrenim gören öğrencilerin fiziksel aktivite noktasında, sıklıkla klasik yöntemlerin kullanıldığı uygulamalarla karşılaştığı düşünüldüğünde, öğretmenin merkezde olduğu ve uygulamanın son aşamasında becerilerin test edilme noktasında öğrencilerin yarışmalara yönlendirildiği düşünülebilir. Özel okulda öğrenim gören öğrenciler üzerinde, sadece fiziksel aktivite uygulamalarının bulunduğu dersler değil, diğer ders uygulamalarında da akademik kaygının bir neticesi olarak sınav sistemi içerisinde mümkün olan en kısa süre de sonuca ulaşma çabasının güçlendirildiği bir eğitim sisteminden bahsedebiliriz. Bu eğilimin de öğrenme noktasında olumsuz bir etkiye sahip olduğu düşünülmektedir. Kiremitci, Gençer ve Demiray, (2014) ilk ve ortaöğretim kurumlarında çalışan öğretmenlerin mesleğe yönelik davranışları ve yaşantı modelleri üzerine gerçekleştirdikleri çalışmada, özel-devlet okul

değişkeni dikkate alındığında, özel okullarda çalışan öğretmenlerin mesleki hırs ve başarıma eğilimi alt boyutlarında devlet okulunda çalışan öğretmenlere göre anlamlı düzeyde yüksek puanlara sahip olduğu görülmüştür. Bu noktada, özel okulda öğrenim gören öğrencilerin öğretmenlerin hırs ve başarıma davranışlarından dolayı çabasız sonuca yönelim gösterdikleri düşünülmekte ve araştırmanın bulgusu ile paralellik göstermektedir.

Gerek genel örneklem, gerekse cinsiyet ayrıştırıcı değişkeninin dikkate alındığı analiz sonuçlarında fark yaratan alt boyutun negatif etkiyle çaba sarf etmeden sonuç odaklı yönelim olmasının nedeni, hedefe ulaşmada tercih edilen yolun tek bir çözüm önerisi içeren kısa vadeli bir eylem olması şeklinde gösterilebilir. Devlet okullarında öğrenim gören öğrencilerden elde edilen sonuçlar eylemin öğretmen tarafından gösterilip öğrenci tarafından tekrarlanması ve yarışma ortamında değerlendirilmeye alınmasından kaynaklanmış olabilir. Özel okul öğrencilerinden elde edilen sonuçlar ise, öğretmenin hırs ve başarı eğilimiyle, sınavlarda süreyi verimli kullanma açısından öğrenciyi mümkün olan en kısa çözüm yoluna yöneltmiş ve böylece minimum çaba ile sonuç alma noktasında motive etmiş olabilir. Bu durumda özel-devlet okul farklılıkları, tüm dersler için geçerli akademik başarı kaygısının etkisiyle şekillenen uygulama prensiplerinin yansıması şeklinde değerlendirilebilir. Tüm bu sonuç ve yorumlardan yola çıkarak, gerek fiziksel aktivite uygulamalarında gerekse diğer ders uygulamalarında öğrenci merkezli yapılandırmacı yaklaşım ile keşfetmeye yönelik öğrencilerin bireysel özelliklerini ayırt edici olarak eyleme dönebildikleri ders uygulamalarının gerçekleştirilmesi, başta bilişsel olmak üzere tüm gelişim alanlarında ihtiyaçları daha fazla karşılayabileceği sonucuna varılmıştır. Bu noktadan hareketle ders, konu, içerik düzenlemelerinin yarışmadan uzak, modern ve öğrenci merkezli yöntemler kullanılarak uygulamaya geçilmesi tavsiye edilmektedir.

KAYNAKLAR

- Ahn, S., & Fedewa, A. (2011). A Meta-analysis of the Relationship Between Children's Physical Activity and Mental Health. *Journal of Pediatric Psychology*, 36(4), 385-397.
- Akpınar, B. (2011). Biliş ve üstbiliş (metabilis) kavramlarının zihin felsefesi açısından analizi. *International Periodical For The Languages, Literature and History of Turkish or Turkic*, 6(4), 353-365.
- Aydın, S., & Yerdelen, S. (2015). Lise Öğrencilerinin Biyoloji Dersinde Kullandıkları Üst biliş Stratejilerinin Başarı Hedef Yönelimleri ve Öz-Yeterlik Algıları ile İlişkisinin İncelenmesi. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(3), 781-792.
- Çalık, T., ve Kurt, T. (2010). Okul İklimi Ölçeği'nin (OİÖ) Geliştirilmesi. *Eğitim ve Bilim*, 35(157), 167-180.
- Doğan, A. (2013). Üstbiliş ve Üstbilişe Dayalı Öğretim. *Middle Eastern & African Journal of Educational Research*, 3, 6-20.

- Ergül, M.A, Tınaz, C., ve Ertaç, M. (2016). Lise öğrencilerinin spora yönelik farkındalık düzeylerine etki eden faktörlerin incelenmesi: Tenis branşı örneği. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe*, 27(2), 69–83.
- Engür, M. (2013). Başarısızlık korkusu: performans başarısızlığı değerlendirme envanteri (PBDE)-türkçe versiyonunun psikometrik özellikleri. *Uluslararası Hakemli Beşeri ve Akademik Bilimler Dergisi*, 2(6),78 K:159.
- Flavell, J. H. (1987) *Speculation about the nature and development of metacognition*. In F. Weinert, & R. Kluwe (Ed.), *Metacognition, motivation, and understanding* (21-29). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Haslofça, F. (2013). Beden eğitimi programlarının oluşturduğu motivasyonel iklimin hedef Yönelimlere ve Derse İlişkin Tutuma Etkisi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4, 33-47.
- Karakelle, S. (2012). Üst bilişsel farkındalık, zekâ, problem çözme algısı ve düşünme ihtiyacı arasındaki bağlantılar. *Eğitim ve Bilim*, 37(164), 237-250.
- Kiremitci, O. (2013). Validity and reliability of the learning and performance orientations in physical education classes questionnaire: Turkish secondary school students. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation*, 35(1), 39-51
- Kiremitci, O., Gençer, T., ve Demiray, E. (2014). Öğretmenlerin mesleğe yönelik davranış ve yaşantı modellerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 66-74.
- Kiremitci, O. (2016). Psychometric properties of turkish version of metacognition applied to physical activities scale (mapas-tr): A study on early adolescents. *International Online Journal of Educational Sciences*, 8(3), 55-62.
- Papaioannou, A. (1994). Development of a questionnaire to measure achievement orientations in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 65(1), 11-20.
- Selçuk, Z. (2000). *Gelişim ve öğrenme*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Settanni, M., Magistro, D., and Rabaglietti, E. (2012). Development and preliminary validation of an instrument to measure metacognition applied to physical activity during early adolescence. *Cognition, Brain and Behavior, An Interdisciplinary Journal*, 16(1), 67-87.
- Telford M.R., Telford D.R., Olive L., Cochrane T., and Davey R. (2016). Why Are Girls Less Physically Active than Boys? Findings from the LOOK Longitudinal Study. *PLOS One A Peer- Reviewed, Open Access Journal*, 11(3),1-11.
- Theodosiou, A., and Papaioannou, A. (2005). Motivational climate, achievement goals and metacognitive activity in physical education and exercise involvement in out-of-school settings. *Psychology of Sport and Exercise*, 2,1–19.
- Theodosiou, A., Mantis K., and Papaioannou, A. (2008). Student self-reports of metacognitive activity in physical education classes. age-group differences and the effect of goal orientations and perceived motivational climate. *Educational Research and Review*, 3(12), 353–364.
- Todorovich, R.J., and Curtner-S, D.M. (2003). Influence of the motivational climate in physical education on third grade students' task and ego orientation. *The Journal of Classroom Interaction*, 38(1), 36-46.
- Tuzcuoğlu, S., ve Özcan, G. (2014). Lisanslı olarak spor yapan ve spor yapmayan ortaokul öğrencilerinin üst bilişsel farkındalık düzeyleri. *Uluslararası Avrasya Sosyal Bilimler Dergisi*, 16, 158-175.

Bireysel ve Takım Sporcularının Karar Verme Stilleri ve Mental İyi Oluş Düzeyleri*

Investigation of Individual and Team Athletes' Decision Making Styles and The Level of Mental Well-Being

ORIJİNAL ARAŞTIRMA/ ORIGINAL RESEARCH

Gönül TEKKURŞUN DEMİR^{1*}

Sevinç NAMLI²

Zekihan HAZAR³

Anıl TÜRKELİ¹

Halil İbrahim CİCİOĞLU¹

¹ Gazi Üniversitesi, Ankara

² Erzurum Teknik Üniversitesi, Erzurum

³ Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde

Öz

Bu araştırmanın amacı, bireysel ve takım sporlarında, aktif spor yapan sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri arasındaki ilişkiyi ortaya koyarak, farklı değişkenler açısından incelemektir. Araştırmada nicel araştırma modellerinden ilişkisel tarama yöntemi kullanılmıştır. Araştırmada veri toplamak için, Kişisel Bilgi Formu, Taşdelen (2002)'in uyarladığı "Karar Verme Stilleri Ölçeği (KVSÖ)" ve Keldal (2015)'in uyarladığı "Warwick Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe Formu" kullanılmıştır. Araştırmada her bağımsız değişkenin Skewness ve Kurtosis değerlerinin ± 1 arasında dağılım gösterdiği belirlenmiştir. Buna göre verilerin analizinde frekans, aritmetik ortalama, standart sapma, t-testi, Pearson Correlation testi, tek yönlü varyans analizi, Post-Hoc test istatistikleri testlerinden yararlanılmıştır. Elde edilen araştırma bulgularına göre, karar verme stilleri alt boyutlarından "kaçıngan karar verme" ve "kendiliğinden-anlık karar verme stili" alt boyutları dışındaki diğer alt boyutlarla mental iyi oluş düzeylerinin istatistiksel açıdan anlamlı bir ilişki düzeyine sahip olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların karar verme stilleri ve mental iyi oluşları yaş değişkeni, spor yaşı ve sporcuların yapmış oldukları spor branşlarına göre anlamlı bir şekilde farklılık göstermezken, eğitim düzeyine göre karar verme stilleri sadece "rasyonel karar verme", "bağımlı karar verme" ve "kaçıngan karar verme" alt boyutlarında anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Cinsiyet değişkenine göre karar verme stilleri anlamlı bir şekilde farklılaşmazken, mental iyi oluşları erkekler lehine anlamlı bir şekilde farklılaşmaktadır. Katılımcıların karar verme stilleri ile mental iyi oluşları arasında anlamlı bir ilişki olduğu sonucuna varılmıştır. Sonuç olarak, cinsiyete göre mental iyi oluş düzeyi erkekler lehine yüksekken, karar verme stilleri açısından anlamlı bir farklılık saptanmamıştır.

Anahtar Kelimeler: Mental İyi Oluş, Karar Verme Stilleri, Sporcu, Spor

Yayın Bilgisi

Gönderi Tarihi: 20.04.2018

Kabul Tarihi: 30.06.2018

Online Yayın Tarihi: 30.06.2018

Abstract

The aim of the research is to examine the mental well-being and decision making styles of the individual and team athletes who are in the active sports in terms of different variables, revealing the relationship between their mental well-being and decision making styles. Relational screening method was used in the research. In order to collect data, Personal Information Form, "Decision Making Style Scale (KVSÖ)" adopted by Taşdelen (2002), "Warwick Edinburgh Mental Well-being Scale" adapted by Keldal (2015) were used. It was determined that each independent variable has a distribution of Skewness and Kurtosis values between ± 1 . Accordingly, frequencies, arithmetic mean, standard deviation, t-test, Pearson Correlation test, one-way variance analysis and Post-Hoc test statistics tests were applied to analyze the data. A statistically significant relationship has been found between mental well-being levels and sub-dimensions of decision making styles except "avoidant decision making" and "spontaneous-instant decision making" sub-dimensions. While decision making styles and mental well-being of participants are not significantly differentiated according to variables such as age, sports age, and sports branches, it differentiates in terms of "rational decision making", "dependent decision making" and "avoidant decision-making" sub-dimensions according to their level of education. Whereas decision making styles do not differ significantly by gender variable, mental well-being differs significantly in favor of men. It was concluded that there was a meaningful relationship between participants' decision making styles and mental well-being. As a result of, although mental well-being was higher in favor of men considering sex, no significant difference was found in terms of decision making styles.

Keywords: Mental well-being, decision making styles, athletes, sports

*Bu çalışma 15- 18 Kasım 2016 tarihleri arasında Antalya'da düzenlenen 15. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

*Sorumlu yazar: Gönül Tekkurşun Demir, gonultekkursun@hotmail.com

GİRİŞ

İnsanoğlu yaşantısı boyunca, çevre koşullarına içgüdüsel olarak uyum gösteren diğer canlılardan farklı olarak, yaşantısını kararlar vererek sürdürür ve kararlarını ihtiyacı ile hedefi doğrultusunda verir. Karar, bir amaç doğrultusunda olanak ve koşullara göre olası eylemlerden en uygun görüneni seçmektir (Deniz, 2002). Karar verme, çeşitli durumlar arasından seçim yapmakla ilgili bilişsel ve davranışsal çabaların bütünü (Deniz, 2004) ve bir dizi sorunun tüm boyutlarıyla değerlendirilerek, amaca en uygun seçeneğin belirlenip avantaja dönüştürülmesidir (Eroğlu ve Lorcu, 2007). Karar verme, basit ve anlaması kolay görülebilir. Hâlbuki karar verme kişinin baskın ve resesif yönlerinin birbiri ile iç içe girdiği bir süreçtir (Deniz, 2002). Bireyin sağlıklı karar vermesi için bilişsel süreçlerin işlenmesi gerekir. Karar vermeden önce tercih edilecek seçenekler çok iyi düşünülp değerlendirilmelidir. Bu sebeple karar verme, çoğu zaman bireyin karşısına sorun olarak çıkmaktadır. Kısacası, birey sorunu çözmek için de ne gibi adımlar atacağına karar vermek zorundadır (Deniz, 2004; Yeşilyaprak, 2007).

Karar durumlarında insanlar değişik tepkiler sergilemektedir. Bu tepkiler karar verme stilleri adı altında incelenir. Karar verme stilleri, kişinin bir olaya yaklaşımı ve hareketlerindeki tepki stilleridir. Sezgilerine güvenen, bağımlı, aşırı titiz, kaderci, kendine güvenli, kaçınan gibi insanların benimsedikleri karar verme stilleri vardır (Kuzgun, 2005). Taşdelen'e (2002) göre, bireyler karar verme sürecinde; rasyonel karar verme stili, sezgisel karar verme stili, bağımlı karar verme stili, kaçınma karar verme stili, kendiliğinden-anlık karar verme stillerini kullanır. Bireyin yerinde ve doğru kararlar verebilmesi, önce seçenekleri doğru algılayabilmesine ve daha sonra da kendi gereksinimleri ile seçenekler arasındaki ilişkiyi kurabilmesine bağlıdır. Kişinin sahip olduğu bireysel farklılıkların, karar verme davranışı üzerinde etkileri vardır. Çok seçenekli karar alma süreçleri, bireyler açısından daha fazla güçlük ortaya çıkarmaktadır. Aynı zamanda bu karar verme karmaşıklığı, bireyi karar vermede olumsuz etkilemektedir (Deniz, 2004). Bu durumda, kişinin mental iyi oluş düzeyinin önem kazanacağı düşünülebilir.

Mental iyi oluş, toplumu oluşturan her birey için “ruh sağlığı yerinde olan insan”dır. Bu bağlamda, bireyleri oluşturan olumlu özelliklerin tamamı, düşünce ve davranışları belirleyen kendi içinde harmanlanmış psikolojik durumdur. Mental iyi oluş Dünya Sağlık Örgütü'ne (2007) göre, bireyin iş yaşamında üretken ve faydalı olabilmesi, kendi becerilerinin bilincinde olması, karşılaştığı stres içeren durumları doğru kararlar vererek alt etmesi ve sosyal görevlerini yerine

getirerek topluma fayda sağlamasıdır. “İyi olma” kavramını esas olarak, pozitif ve negatif duyguların dengelenmesi ile bireyin mutluluğunu esas alan “hedonik” ve bireyin nasıl iyi olacağını anlaması üzerine kurulan “eudaimonik” olmak üzere iki ana yaklaşım ile ele almıştır. Hedonik yaklaşım öznel iyi oluşa, eudaimonik yaklaşım ise psikolojik iyi oluşa odaklanırken (Diener, 1984; Ryan ve Deci, 2001); mental iyi oluş her ikisine de odaklanmıştır (Sarı ve Yıldırım, 2017). Mental iyi olma, bireyin kendini olumlu algılamasını, sınırlılıklarının farkında olduğunda bile kendinden memnun olmasını, diğerleriyle güvenli ve sıcak ilişkiler geliştirmesini, bireysel ihtiyaç ve isteklerini karşılayacak şekilde çevreyi şekillendirmesini, özerk ve bağımsız hareket edebilmesini, yaşam amacının ve anlamının olmasını, kapasitesinin farkında olmasını ve bu kapasitesini geliştirmeye çalışmasını yansıtmaktadır (Keyes, Shmotkin ve Ryff, 2002’den Akt. Sarı ve Yıldırım, 2017).

Spor hayatında, sporcuların performansı ile doğru orantılı olan karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeylerini arttıracak etmenlerin iyi bir şekilde yapılandırılması önemlidir. Literatür incelendiğinde önemli bir kişilik özelliği olan karar verme stilleri ve mental iyi oluş arasındaki ilişkiyi ortaya koyan bir araştırmaya rastlanmamıştır. Bu bağlamda araştırmada, takım sporu veya bireysel spor yapan sporcuların karar verme stilleri ile mental iyi oluş düzeylerinin belirlenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Çalışmada nicel araştırma modeli kullanılmıştır. Nicel araştırma, olgu ve olayları somutlayarak gözlemlenebilir, ölçülebilir ve sayısal olarak ifade edilebilir halde ortaya koyan bir araştırma şeklidir (Balcı, 2005; Creswell, 2013; Kuş, 2009). Nicel araştırmada amaç, kişilerin davranışlarını test ve anket gibi benzer araçlar yoluyla nesnel bir şekilde ölçmek ve sayısal verilerle açıklamaktır (Bergman, 2009; Çepni, 2007). İlişkisel tarama deseni, birden fazla değişken arasında değişimin varlığını belirlemeyi hedefleyen tarama yaklaşımıdır. Bu bağlamda, değişkenlerin birlikte değişim gösterip göstermediği; değişim varsa bunun nasıl olduğunu tespit etmeyi hedefler (Büyüköztürk, Çakmak, Akgün, Karadeniz & Demirel 2014; Karasar, 2011; Tanrıoğen, 2009).

Evren ve Örneklem

Araştırmanın amacına bağlı olarak, üzerinde araştırma yapılabilecek veya genelleme yapılacak tüm bireylerin (birimlerin) oluşturduğu gruba evren denir (Erkuş, 2013). Bu kapsamda araştırmanın evrenini; Ankara ilinde, üniversitede beden eğitimi ve spor öğretmenliği ile antrenörlük eğitimi bölümlerinde 1., 2., 3. ve 4. sınıfta öğrenimine devam eden, takım ve bireysel branşlarda halen aktif spor yapan sporcular oluşturmaktadır. Araştırmada amaçlı örnekleme desenlerinden ölçüt örnekleme deseni kullanılmıştır. Amaçlı örnekleme, derinlemesine araştırma yapabilmek amacıyla çalışmanın amacı bağlamında bilgi açısından zengin durumların seçilmesidir (Büyüköztürk vd., 2014). Ölçüt örnekleme önceden belirlenmiş bir dizi ölçütü karşılayan bütün durumların gözden geçirilerek çalışılması olarak tanımlanmaktadır (Patton, 2002). Buna göre araştırmanın örneklemini, bireysel spor yapan 42 kadın, 37 erkek; takım sporları yapan 11 kadın, 56 erkek toplam 146 sporcu oluşturmaktadır. Araştırmaya katılan sporcuların takım ve bireysel olmak üzere, yaptıkları spor branşına ait bilgiler yer almaktadır.

Veri Toplama Aracı

Araştırmada veri toplamak için, Kişisel Bilgi Formu, Taşdelen'in (2002) uyarlamış olduğu "Karar Verme Stilleri Ölçeği" ve Keldal'ın (2015) uyarladığı "Warwick Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği'nin Türkçe Formu" kullanılmıştır.

Kişisel Bilgi Formu: Araştırmacılar tarafından geliştirilen bu form; araştırmaya katılan sporcular hakkında bilgi toplamak amacıyla hazırlanmıştır. Bu bağlamda kişisel bilgi formunda, katılımcıların yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, spor yaşı ve spor branşları ile ilgili bilgiler toplanmıştır.

Karar Verme Stilleri Ölçeği (KVSÖ): Sporcuların karar verme stillerini belirlemede, Scott ve Bruce (1995) tarafından geliştirilen ve Türkçeye uyarlaması Taşdelen (2002) tarafından yapılan "Karar Verme Stilleri Ölçeği" kullanılmıştır. KVSÖ'nin 24 maddeli orijinal formu; rasyonel, sezgisel, bağımlı, kendiliğinden-anlık ve kaçınan karar verme stilleri şeklinde beş alt boyuttan oluşmaktadır. Rasyonel karar verme stili, alternatiflerin mantıklı değerlendirildiği ve araştırıldığı; Sezgisel karar verme stili önsezi ve duygulara güvenin yaşandığı; Bağımlı karar verme stili, başkalarının öneri ve yönergelerinin değerlendirildiği; Kendiliğinden-Anlık Karar Verme Stili, anında, düşünmeden alternatifleri değerlendirmeden hızlıca işleyen; Kaçınan Karar Verme Stili;

karar vermeden kaçınma eğiliminin yaşandığı yaklaşımlardır. Ölçeğin iç tutarlılığı, Rasyonel Karar Verme Stili boyutunda: ,76, Sezgisel Karar Verme Stili boyutunda: ,78, Bağımlı Karar Verme Stili boyutunda: ,76, Kaçınan Karar Verme Stili boyutunda: ,79, Kendiliğinden-Anlık Karar Verme Stili boyutunda: ,79 ve ölçeğin toplam puanı için iç tutarlılık alfa: ,74 bulunmuştur. Ölçek maddeleri; “kesinlikle katılmıyorum” (1), “katılmıyorum” (2), “kararsızım” (3), “katılıyorum” (4), “kesinlikle katılıyorum” (5) şeklinde sıralanan likert tipi 5’li bir derecelmeye göre puanlanmakta ve ölçekte ters madde bulunmamaktadır.

Warwick-Edinburgh Mental İyi Oluş Ölçeği Türkçe Formu: Tennant vd. (2007) tarafından geliştirilen Keldal’ın (2015) Türkçeye uyarladığı ölçek 14 maddeden oluşmaktadır ve 5’li likert tipinde bir cevaplama anahtarına sahiptir. Tek boyuttan oluşan ölçeğin toplam iç tutarlık katsayısı ,89’dur. Ölçekten en düşük 14 puan alınabilmekte, en yüksek ise, 70 puan alınabilmektedir. Ölçeğin puanlanması (1=hiç katılmıyorum, 2=katılmıyorum, 3=biraz katılıyorum, 4=katılıyorum, 5=tamamen katılıyorum) şeklindedir. Ölçeğin bütün maddeleri pozitifdir. Ölçekten alınan yüksek puanlar yüksek mental (psikolojik) iyi oluşa işaret etmektedir.

Verilerin Analizi

Verilerin parametrik testlerin ön şartlarını sağlayıp sağlamadığı normallik analizi ile tespit edilmiştir. Bu bağlamda, analiz öncesi Çarpıklık ve Basıklık (verilerin normal dağılım durumu) değerleri ve Levene (varyansların eşitliği) testi sonuçları incelenerek karar verilmiştir (Büyüköztürk, 2008). Çarpıklık katsayısı + - 1 sınırları (Büyüköztürk, 2005) içinde kalan dağılıma parametrik test yöntemleri uygulanmıştır. Bu bağlamda, verilerin analizi için istatistikî yöntem olarak; frekans, aritmetik ortalama, standart sapma; t-testi, tek yönlü varyans analizi (ANOVA), Post-Hoc test istatistikleri (Tukey HSD), Pearson Correlation testi kullanılmıştır. Bu istatistiksel analizler, SPSS 23 istatistik paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Analiz öncesi olumsuz tutum ifadelerine ters çevirme işlemi yapılmıştır.

BULGULAR

Bu bölümde katılımcılardan elde edilen analizlerin çeşitli istatistiksel işlemlere tabi tutulması sonucunda elde edilen bulgulara yer verilmiştir.

Analiz 1: Sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri alt boyutları arasındaki ilişki

Sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri alt boyutları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla pearson momentler çarpımı korelasyon tekniği kullanılmıştır. Yapılan analize ilişkin bulgular Tablo 1’de verilmiştir (Karar verme: KV ile gösterilmiştir).

Tablo 1. Sporcuların Mental İyi Oluş ve Karar Verme Stilleri Arasındaki İlişki

Değişken	N	Rasyonel K.V.	Sezgisel K.V.	Bağımlı K.V.	Kaçınan K.V.	Kendiliğinden-Anlık K.V.
Mental İyi Oluş Ölçeği Toplam Puanı	146	.62**	.33**	-.24**	-.06	.69

*p<,05; ** p<,01

Tablo 1 incelendiğinde KVSÖ alt boyutlarından kaçınan karar verme ve kendiliğinden-anlık karar verme stili haricinde diğer alt boyutlarla mental iyi oluş düzeylerinin anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir. Buna göre, KVSÖ’nin rasyonel karar verme ($r=.62$, $p<,01$) ve sezgisel karar verme ($r=.33$, $p<,01$) stilleri ile pozitif yönde; bağımlı karar verme stiliyle ($r=-.24$, $p<,01$) ise negatif yönde bir ilişki içinde olduğu tespit edilmiştir. Bu bağlamda, rasyonel veya sezgisel karar verme arttıkça mental iyi oluş yükselirken, bağımlı karar verme arttıkça mental iyi oluş düşmektedir.

Analiz 2: Yaş değişkenine göre sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri

Sporcuların yaş değişkenine göre mental iyi oluş ve karar verme stilleri alt boyutları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak üzere Pearson Moment Korelasyon analizi yapılmıştır.

Tablo 2. Yaş Değişkenine Göre Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	N	r	p
Rasyonel K.V.		.09	.23
Sezgisel K.V.		.04	.58
Bağımlı K.V.	146	.03	.65
Kaçınan K.V.		-.02	.72
Kendiliğinden-Anlık K.V.		-.02	.72
Mental İyi Oluş		.02	.76

*p<,05; ** p<,01

Analiz sonucunda ölçeklerin alt boyutları ve toplam puan ile yaş değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Analiz 3: Cinsiyetlere göre sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri

Sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stillerinin cinsiyetlerine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t testi analizi yapılmıştır.

Tablo 3. Cinsiyet Değişkenine Ait Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Değişken	Cinsiyet	N	\bar{x}	ss	sd	t	p
Rasyonel K.V.	Kadın	53	18.20	6.12	144	-1.03	.30
	Erkek	93	19.15	4.78			
Sezgisel K.V.	Kadın	53	19.88	3.23	144	-.98	.32
	Erkek	93	20.46	3.50			
Bağımlı K.V.	Kadın	53	14.73	2.74	144	-.49	.62
	Erkek	93	15.00	3.31			
Kaçınan K.V.	Kadın	53	12.39	4.17	144	-.68	.49
	Erkek	93	12.98	5.42			
Kendiliğinden-Anlık K.V.	Kadın	53	12.39	4.17	144	-.68	.49
	Erkek	93	12.98	5.42			
Mental İyi Oluş	Kadın	53	45.01	23.07	144	-2.27	.02*
	Erkek	93	52.52	16.58			

*p<,05

Tablo 3 incelendiğinde KVSÖ alt boyutlarından rasyonel karar verme, kendiliğinden-anlık karar verme, sezgisel karar verme, bağımlı karar verme ve kaçınan karar verme alt boyutlarında sporcuların cinsiyet değişkenine göre puan ortalamalarının birbirine yakın ve benzer olduğu ve cinsiyetler arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Mental iyi oluş düzeyleri arasında ise cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir. Erkek sporcuların (\bar{x} =52,52), kadın sporculara (\bar{x} =45,01) kıyasla mental iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu görülmüştür.

Analiz 4: Eğitim Düzeylerine göre sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri

Sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stillerinin eğitim düzeyine göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla tekyönlü varyans analizi (ANOVA) yapılmıştır.

Tablo 4. Eğitim Düzeyi Değişkenine Göre Anova Sonuçları

	Eğitim düzeyi	N	\bar{x}	Varyans Kaynağı	Kareler toplamı	Kareler ortalaması	F	p	Anlamlı Fark
Rasyonel K.V.	Üniversite	66	19.9	Gruplar arası	574.84	287.42	11.71	.00*	Lise*- Üniversite- Ortaöğretim
	Lise	38	20.2	Grup içi	3509.78	24.54			
	Ortaöğretim	42	15.6						
Sezgisel K.V.	Üniversite	66	20.1	Gruplar arası	3.16	1.58	.13	.87	-
	Lise	38	20.0	Grup içi	1686.46	11.79			
	Ortaöğretim	42	20.1						
Bağımlı K.V.	Üniversite	66	14.7	Gruplar arası	75.15	37.57	4.04	.01*	Lise*- Ortaöğretim
	Lise	38	16	Grup içi	1327.50	9.28			
	Ortaöğretim	42	14.1						
Kaçınan K.V.	Üniversite	66	13.0	Gruplar arası	21.55	10.77	.42	.65	-
	Lise	38	12.1	Grup içi	3605.99	25.21			
	Ortaöğretim	42	12.9						
Kendiliğinden-anlık K.V.	Üniversite	66	13.0	Gruplar arası	21.55	10.77	.42	.65	-
	Lise	38	12.1	Grup içi	3605.99	25.21			
	Ortaöğretim	42	13.0						
Mental İyi Oluş K.V.	Üniversite	66	56.7	Gruplar arası	18339.32	9169.66	35.87	.00*	Lise*- Üniversite- Ortaöğretim
	Lise	38	57.1	Grup içi	36555.91	255.63			
	Ortaöğretim	42	32.1						

*p<,05

Tablo 4 incelendiğinde sporcuların eğitim düzeyleri açısından KVSÖ alt boyutlarından rasyonel karar verme (F=11,71, p<,05), bağımlı karar verme (F=4,04, p<,05) kaçınan karar verme alt boyutlarından anlamlı farklılaşmanın olduğu görülmektedir. Rasyonel ve bağımlı karar verme alt boyutlarında farklılığın kaynağının eğitim düzeyi lise olan sporcuların oluşturduğu görülmektedir. Bu sonuca göre, lise mezunu sporcular içerisinde rasyonel ve bağımlı karar verme stilline sahip olanların oranı üniversite ve ortaöğretim mezunu sporculardan anlamlı düzeyde yüksektir. KVSÖ alt boyutlarından sezgisel karar verme (F=1,17, p>,05), kaçınan karar verme (F=,42, p>,05) ve kendiliğinden-anlık karar verme (F=,42, p>,05) alt boyutunda ise anlamlı fark gözlenmemiştir. Eğitim düzeyi ile mental iyi oluş düzeyleri açısından gruplar arasında anlamlı farklılık (F=35,78, p<,05) görülmektedir. Bu farklılaşmanın lise mezunu sporcuların, üniversite ve ortaöğretim mezunu sporculara kıyasla sahip oldukları mental iyi oluş düzeylerindeki yükseklikten kaynaklandığı saptanmıştır.

Analiz 5: Spor yaşına göre sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri

Spor yaşı değişkenine göre mental iyi oluş ve karar verme stilleri alt boyutları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak üzere Pearson Moment Korelasyon analizi yapılmıştır.

Tablo 5. Spor Yaşı Değişkenine Göre Korelasyon Sonuçları

Değişkenler	N	r	p
Rasyonel K.V.		.03	.70
Sezgisel K.V.		.00	.99
Bağımlı K.V.		.08	.33
Kaçıngan K.V.	146	-.11	.15
Kendiliğinden-Anlık K.V.		-.11	.15
Mental İyi Oluş		.10	.19

*p<.05; ** p<.01

Analiz sonucunda ölçeklerin alt boyutları ve toplam puan ile spor yaşı değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir.

Analiz 6: Spor branşına göre sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stilleri

Sporcuların mental iyi oluş ve karar verme stillerinin spor branşına göre farklılaşma durumunu ortaya koymak amacıyla bağımsız gruplar için t testi analizi yapılmıştır.

Tablo 6. Spor Branşları Değişkenine Ait Bağımsız Grup t Testi Sonuçları

Değişken	N	\bar{x}	ss	sd	t	p	
Rasyonel K.V.	Bireysel Sporlar	78	18.38	5.77	144	-1.03	.30
	Takım Sporları	68	19.29	4.71			
Sezgisel K.V.	Bireysel Sporlar	78	19.92	3.02	144	-1.25	.21
	Takım Sporları	68	20.63	3.79			
Bağımlı K.V.	Bireysel Sporlar	78	15.26	2.67	144	1.52	.12
	Takım Sporları	68	14.48	3.51			
Kaçıngan K.V.	Bireysel Sporlar	78	12.79	4.54	144	.05	.95
	Takım Sporları	68	12.75	5.51			
Kendiliğinden-Anlık K.V.	Bireysel Sporlar	78	12.79	4.54	144	.05	.95
	Takım Sporları	68	12.75	5.51			
Mental İyi Oluş	Bireysel Sporlar	78	44.67	22.70	144	-3.53	.00*
	Takım Sporları	68	55.67	12.69			

*p<.05

Tablo 6 incelendiğinde KVSÖ alt boyutlarından rasyonel karar verme, kendiliğinden-anlık karar verme, sezgisel karar verme, bağımlı karar verme ve kaçıngan karar verme alt boyutlarında sporcuların spor branşına göre puan ortalamalarının birbirine yakın ve benzer olduğu ve spor

branşları arasında anlamlı bir fark olmadığı tespit edilmiştir. Mental iyi oluş düzeyleri arasında spor branşına göre anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu bölümde araştırmanın örneklemini oluşturan takım sporu veya bireysel spor yapan sporcuların karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki, yaş, cinsiyet, eğitim düzeyi, spor yaşı ve spor branşı değişkenlerine göre elde edilen bulgular bu bölümde tartışılmış ve yorumlanmıştır. Bu bağlamda, elde edilen bulgular, literatürdeki karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyi ile ilgili bulgularla desteklenmeye çalışılmıştır. Fakat, incelenen literatürde karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyini birlikte değerlendiren bulguya ve yalnızca mental iyi oluş düzeyi ile ilgili yapılmış bir araştırmaya rastlanmamıştır. Karar verme stilleri ile ilgili çalışmalara rastlanmış ve bu araştırma, rastlanan araştırmalardaki bulgularla desteklenmeye çalışılmıştır.

Araştırma bulgularına göre sporcuların karar verme stilleri ile mental iyi oluş düzeyi arasında anlamlı bir ilişki içinde olduğu sonucuna varılmıştır. Rasyonel ve sezgisel karar verme stilleri ile mental iyi oluş arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki varken, bağımlı karar verme ile negatif yönlü anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Karar verme durumunda rasyonel karar verme stili ve sezgisel karar verme stilini kullanan bireylerin, gerçekçi seçenekler oluşturma, seçenekleri alternatifleri ile doğru değerlendirme, önsezilerine ve duygularına güvenme düzeylerinin artmasının onların mental iyi oluş düzeylerinin de arttıracakı söylenebilir. Diğer taraftan bağımlı karar verme stili ile mental iyi oluş düzeyi arasında negatif ilişki bulunması, bireyin karar anında, başkalarının öneri ve yönergelerinin değerlendirmesi, kararının sorumluluğunu kendisi dışındaki etmenlere ve başkalarına yüklemesinin mental iyi oluş düzeyini düşürecek şekilde açıklanabilir.

Araştırmada ölçeklerin alt boyutları ve toplam puan ile yaş değişkeni arasında istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Bunun nedeni olarak, kadın ve erkek katılımcıların yaşamlarının spor ile iç içe olması gösterilebilir. Sporun mental iyi oluş üzerinde olumlu etkisinin olması kaçınılmazdır. Sporun, fiziksel ve psikolojik problemleri önleyici, sağlığı ve mental iyilik halini güçlendirici bir etkiye sahip olduğu bilinmektedir (Cramer, Nieman ve Lee, 1991; Szabo, 2003). Araştırmanın bu bulgusunun aksine Görener, Öztürk ve Yılmaz'ın (2017) araştırmasında yaş değişkenine göre mental iyi oluş düzeyinde anlamlı farklılık tespit etmişlerdir.

Mental iyi oluş ile ilgili yapılmış bir araştırmaya rastlanmamış olup karar verme stilleri ile ilgili yapılmış araştırmalarla mevcut çalışma desteklenmeye çalışılmıştır. Literatürde karar verme stilleri ile yaş arasında istatistiksel bir anlamlı farkın bulunmadığı sonucuna paralel çalışmalar vardır: Kural'ın (2013) dağcılar ile yaptığı araştırmasında yaş değişkeni ile karar verme stilleri arasında anlamlı farklılık bulunmamıştır. Taşçı'nın (2011) "İlköğretim öğretmenlerinin okul yöneticilerinin karar verme sürecindeki etkileri" ve Altay'ın (2011) "Yöneticilerin duygusal zekâ düzeylerinin karar verme stillerine etkisi" çalışmalarında karar verme stilleri ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı tespit edilmiştir. Alver, Ada ve Çakıcı'nın (2006) okul yöneticilerinin karar verme stratejilerini incelediği araştırmasında yaş grupları arasında anlamlı farklılık tespit etmemiştir. Alver'in (2003) çeşitli kamu kurum ve kuruluşlarında görev yapan bireylerin empatik becerileri ve karar verme stratejileri ile psikolojik belirtileri arasındaki ilişkileri incelediği çalışmasında karar verme stilleri ile yaş değişkeni arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmadığı görülmüştür. Vural'ın (2013) "Spor genel müdürlüğü merkez ve taşra teşkilatında görev yapan spor yöneticilerine yaptığı çalışmada yaş ile karar verme stilleri arasında anlamlı düzeyde farklılaşma tespit edilmemiştir. Literatürde araştırmanın aksine yaş değişkeni ile karar verme stilleri arasında anlamlı farklılık bulan araştırmalara (Uzunoğlu, Şahin ve Fişekçioğlu, 2009; Dinçer,2013; Temur, 2012; İlmez, 2010) rastlanmıştır. Bu duruma, araştırma gruplarının farklı olmasının neden olduğu söylenebilir.

Araştırmanın diğer bulgusu, karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeylerinin cinsiyetlerine göre farklılaşp farklılaşmadığına ilişkindir. Araştırmada karar verme stilleri açısından cinsiyetler arasında anlamlı bir fark tespit edilmemiştir. Bu durum, çağımızda kadın ve erkeklerin yaşam mücadelesine birlikte-eşit düzeyde katılması, aldıkları sorumlulukların benzer olması, bilimsel/sportif ortamlarda ve eğitimde cinsiyet gözetmeksizin fırsat eşitliğine sahip olmalarından kaynaklanıyor olabilir. Literatürde araştırmaya paralel olarak Dinçer'in (2013) yöneticilerle yaptığı çalışma bulgularına göre, cinsiyet değişkeni ile karar verme stilleri arasında anlamlı bir farklılığa rastlanılmamıştır. Alver, Ada ve Çakıcı'nın (2006) okul yöneticilerinin karar verme stratejilerini incelediği araştırmasında cinsiyete göre anlamlı farklılık görülmemiştir. Tekin, Özmütlu ve Erhan (2009) beden eğitimi ve spor yüksekokulu, özel yetenek sınavlarına katılan öğrencilerin karar verme stilleri ve düşünme stillerini incelediği araştırmalarında, cinsiyet değişkenine göre; bağımsız karar verme stratejisi puan ortalamaları arasında anlamlı düzeyde bir farklılık bulunmamıştır. Çetin'in (2010) beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin karar

verme stilleri üzerine yaptığı çalışmada cinsiyet ve karar verme stilleri arasında farklılık bulunmamıştır. Özden'in (2009) üniversite öğrencileriyle yaptığı araştırmada cinsiyet ve karar verme stilleri arasında belirgin bir farklılık görülmemiştir. Alver (2003), Avşaroğlu (2007), Deniz, (2002), Güçray (2001), Kesici (2002), Köse (2002), Taşdelen (2002) ve Vural'ın (2013) araştırmalarında, karar verme stilleri ve cinsiyet değişkeni arasında anlamlı düzeyde bir farklılaşma görülmemiştir. Literatürde mevcut araştırmanın aksine Dilmaç ve Bozgeyikli'nin (2009) araştırmasında, karar verme stilleri açısından cinsiyetler arasında sadece rasyonel karar verme ve kendiliğinden-anlık karar verme boyutlarında anlamlı farklılık olduğu bulunmuştur. Tatlıoğlu'un (2010) üniversite öğrencileri ile yaptığı araştırmada kaçınan ve panik karar verme stilleri ile cinsiyet arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Kaşık (2009), kız öğrencilerin panik karar verme stilini erkek öğrencilere göre daha çok kullandığını; Temel (2015) ise, erkek öğretmenlerin kadın öğretmenlere göre dikkatli karar verme düzeylerinin yüksek olduğunu tespit etmiştir. Can'ın (2009) üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ve karar verme stillerinin incelenmesi adlı çalışmasında; öğrencilerin panik karar verme stili düzeyleri arasında cinsiyete göre anlamlı bir farklılık tespit edilmiştir.

Mental iyi oluş düzeyleri ile cinsiyet değişkeni göre anlamlı bir farklılık olduğu görülmüştür. Erkek sporcuların, kadın sporculara kıyasla mental iyi oluş düzeylerinin yüksek olduğu saptanmıştır. Araştırmanın aksine Görener, Öztürk ve Yılmaz'ın (2017) araştırmasında cinsiyet değişkenine göre mental iyi oluş düzeyinde anlamlı farklılık tespit etmemişlerdir.

Araştırmada, sporcuların eğitim düzeyleri açısından rasyonel karar verme, bağımlı karar verme ve kaçınan karar verme alt boyutlarında anlamlı farklılaşmanın lise mezunu sporcular lehine olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bağlamda araştırmada, karar verme stilleri ile eğitim düzeyi arasında, lise mezunu olan sporcuların üniversite ve ortaöğretim mezunu olan sporculardan yüksek ortalamaya sahip olmasından kaynaklı anlamlı bir farklılaşma tespit edilmiştir. Literatürde eğitim düzeyi yükseldikçe karar verme stillerinin arttığı görülmektedir. Bu yönü ile Dinçer'in (2013) araştırmasında, karar verme stilleri ve alt boyutları açısından en yüksek ortalamaya eğitim düzeyi yüksek olan yöneticilerin sahip olduğu sonucuna ulaşması; Uzunoğlu ve arkadaşlarının (2009) da Türk futbol hakemlerinin karar verme stilleri üzerine yaptığı çalışmasında, hakemlerin eğitim seviyesi azaldıkça; hakemlerin çekingen davranış gösterdikleri ve sorumluluk almaktan uzaklaşma eğiliminde olduklarını saptaması, mevcut araştırma ile zıtlık göstermektedir.

Literatürde, araştırmada olduğu gibi karar verme stilleri ile eğitim düzeyi arasında anlamlı farklılık tespit eden araştırmalar mevcuttur. Toygar'ın (2011) araştırmasında katılımcıların eğitim düzeyine göre karar verme stillerinde anlamlı farklılık gözlenmiştir. Altay (2011), İlmez (2010), Tekin ve Taşgın (2009), Tekin ve Ehtiyar (2010), Temel (2015), Temur (2012) ve Vural (2013) yaptıkları araştırmalarda katılımcıların karar verme stilleri ile eğitim düzeyleri arasında anlamlı farklılıklar tespit etmiştir.

Araştırmada, katılımcıların eğitim düzeyi ile mental iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı farklılık olduğu sonucuna varılmıştır. Bu farklılaşmanın lise mezunu sporcuların, üniversite ve ortaöğretim mezunu sporculara kıyasla sahip oldukları mental iyi oluş düzeylerindeki yükseklikten kaynaklandığı tespit edilmiştir. Literatürde mental iyi oluş ile ilgili bir araştırmaya rastlanmamıştır.

Yapılan analizler sonucunda katılımcıların spor yaşı değişkeni ile KVSÖ alt boyutları arasında istatistiksel açıdan benzer sonuçlar elde edilmiştir. Literatürde spor yaşı değişkeni ile ilgili bir araştırmaya rastlanmamıştır. Mental iyi oluş düzeyleri arasında spor yaşına göre anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Yapılan analizler sonucunda katılımcıların spor branşı değişkeni ile KVSÖ alt boyutları arasında istatistiksel açıdan benzer sonuçlar elde edilmiştir. Buna göre, takım ve bireysel sporcuların spor branşları açısından, ihtiyaç duyulan konu ile alakalı karar verme stillerini kullanmada, alternatif karar verme avantajlarının veya dezavantajlarının farkındalığının olmadığı söylenebilir. Literatürde araştırmaya paralel olarak; Tekin ve arkadaşlarının (2009) yaptıkları araştırmada, beden eğitimi ve spor yüksekokulu, özel yetenek sınavlarına katılan öğrencilerinin karar verme stilleri ile branş değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit etmemişlerdir. Temel'in (2015) lise yöneticilerinin öğretim liderliği, karar stratejileri ve problem çözme becerilerini incelediği araştırmada, öğretmenlerin spor branşları ile karar verme stilleri arasında anlamlı farklılık görülmemiştir. Literatürde araştırmanın aksine; Çetin'in (2010) yaptığı çalışmada, beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin spor branşı ile karar verme stilleri arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Mental iyi oluş düzeyleri arasında spor branşına göre anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

Araştırma sonucunda, mental iyi oluş ile karar verme stilleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu, özellikle rasyonel karar verme ve sezgisel karar verme stilleri ile mental iyi oluş arasındaki ilişkinin pozitif olduğu görülmektedir. Buna bağlamda, takım sporcuları ile bireysel sporculara

uygulanacak çeşitli etkinliklerin planlı olarak düzenlenmesinin bireylerin rasyonel karar verme düzeyleri ile mental iyi oluş düzeylerini olumlu yönde etkileyeceği sonucuna varılabilir.

KAYNAKLAR

- Altay, Ü. (2011). *Yöneticilerin duygusal zekâ düzeylerinin karar verme stillerine etkisi ve bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, İstanbul Üniversitesi, İstanbul.
- Alver, B., Ada, Ş., & Çakıcı, D. (2006). Okul yöneticilerinin karar verme stratejilerinin çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Kazım Karabekir Eğitim Dergisi*, 13, 55-70.
- Alver, B. (2003). *Çeşitli kamu kurum ve kuruluşlarında çalışanların empatik becerileri, karar verme stratejileri ve psikolojik belirtileri arasındaki ilişkiler*. Doktora Tezi, Atatürk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Erzurum.
- Avşaroğlu, S. (2007). *Üniversite öğrencilerin karar vermede özsaygı, karar verme ve stresle basa çıkma stillerinin benlik saygısı ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmış Doktora Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Balcı, A. (2005). *Sosyal bilimlerde araştırma*. Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Bergman, M. (2009). *Peirce's philosophy of communication: The rhetorical underpinnings of the theory of signs*. New York: Bloomsbury Publishing.
- Büyüköztürk, Ş. (2005). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı: istatistik, araştırma deseni spss uygulamaları ve yorum* (Göz. Geç. 5. bs). Ankara: Pegem A Yayıncılık.
- Büyüköztürk Ş. (2008). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı* (9.ed.). Ankara: Pegem Akademi.
- Büyüköztürk, Ş., Çakmak, E. K., Akgün, Ö. E., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2014). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. (18. Baskı) Ankara: Pegem Akademi.
- Can, Ö. (2009). *Üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ve karar verme stillerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Creswell, J. W. (2013). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.
- Cramer, S.R., Nieman, D.C. & Lee, J.W. (1991). The effects of moderate exercise training on psychological wellbeing and mood state in women. *Journal of Psychosomatic Research*, 35(4), 437-449
- Çetin, M. Ç. (2009). *Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin karar verme stilleri, sosyal beceri düzeyleri ve stresle basa çıkma biçimlerinin bazı değişkenler açısından karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çepni, S. (2007). *Araştırma ve proje çalışmalarına giriş* (3.Baskı). Trabzon: Celepler Matbaacılık.
- Deniz, M. E. (2002). *Üniversite öğrencilerinin karar verme stratejileri ve sosyal beceri düzeylerinin ta-baskın ben durumları ve bazı özlük niteliklerine göre karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Yayınlanmış doktora tezi. Selçuk Üniversitesi, Konya.
- Deniz, M. E. (2004). Üniversite öğrencilerinin karar vermede öz saygı, karar verme stilleri ve problem çözme yöntemleri arasındaki ilişkinin incelenmesi üzerine bir araştırma. *Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 4(15), 25- 35.
- Diñer, N. (2013). *Spor yöneticilerinin karar verme stilleri ile problem çözme becerileri üzerine bir araştırma*. Doktora Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Dilmaç, B., & Bozgeyikli, H. (2009). Öğretmen adaylarının öznel iyi olma ve karar verme stillerinin incelenmesi. *Erzincan Eğitim Fakültesi Dergisi*, 11(1), 171-187.
- Diener, E. D. (1984). Subjective well-being. *Psychological bulletin*, 95(3), 542-575. <http://dx.doi.org/10.1037/0033-2909.95.3.542>.
- Erkuş, A. (2013). *Bilimsel Araştırma Süreci* (4. basım b.). Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Eroğlu, E., & Lorcü, F. (2007) Veri zarflama analitik hiyerarşi prosesi (vzahp) ile sayısal karar verme. *İÜ İşletme Fakültesi Dergisi*, 36, 30-53.

Tekkurşun Demir, G., Namlı, S., Hazar, Z., Türkeli, A., ve Cicioğlu, İ. (2018). Bireysel ve takım sporcularının karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1),176-191.

Güçray, S. S. (2001). Ergenlerde karar verme davranışlarının öz-saygı ve problem çözme becerileri algısı ile ilişkisi. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 8(8), 106-121.

Görener, A., Öztürk, A., & Yılmaz, O. (2017). Kocaeli üniversitesi spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin mental (psikolojik) iyi olma düzeylerinin mutluluk düzeylerine etkisi. *Spor ve Eğitim Bilimleri Dergisi*, 1, 44-45.

İlmez, M. (2010). *Bir kamu kurumundaki görevli yöneticilerin ve çalışanların liderlik stilleri ile karar verme stilleri arasındaki ilişkinin belirlenmesi*. Yüksek Lisans. Ufuk Üniversitesi, Ankara.

Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.

Kaşık, D. Z. (2007). *Ergenlerde karar verme stilleri ve algılanan sosyal destek düzeylerinin sosyal yetkinlik beklentisi ve bazı değişkenler açısından incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Keldal, G. (2015). Warwick-Edinburgh mental iyi oluş ölçeği'nin türkçe formu: geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Journal of Happiness Well-Being*, 3, 103-115.

Kesici, Ş.(2002). *Üniversite öğrencilerinin karar verme stratejilerinin psikolojik ihtiyaç örüntüleri ve özlük niteliklerine göre karşılaştırmalı olarak incelenmesi*. Doktora Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.

Kuş, D. (2009). *İlköğretim programlarının, örtük programın ve okul dışı etmenlerin değerleri kazandırma etkililiğinin 8. sınıf ilköğretim öğrencilerinin ve öğretmenlerinin görüşlerine göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Yıldız Teknik Üniversitesi, İstanbul.

Kural, B. (2013). *Dağcılarının stresle başa çıkma tutumlarının karar vermede özsaygı ve karar verme stilleriyle ilişkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Spor Yönetim Bilimleri Programı, Ankara.

Köse, A. (2002). *Psikolojik danışma ve rehberlik birinci sınıf öğrencilerinin cinsiyet ve algılanan sosyo-ekonomik düzey açısından psikolojik ihtiyaçları ve karar verme stratejilerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Kuzgun, Y. (2005). Karar stratejileri ölçeği. (Editörler: Yıldız Kuzgun ve Feride Bacanlı). *Pdr'de kullanılan ölçekler*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım, 7-28.

Patton, M. Q. (2002) *Qualitative research and evaluation methods*, thousand oaks, CA: Sage Publications, Inc

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On Happiness and Human Potentials: A Review of Research on Hedonic and Eudaimonic Well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.

Sarı, T., & Yıldırım, M. (2017). Pozitif bir karakter gücü olarak şükür: mental iyi oluş ve bazı demografik değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi. *The Journal of Academic Social Science Studies*, 62, 13-32, Doi:http://dx.doi.org/10.9761/JASSS7249.

Scott, S., G., & Bruce, R. A. (1995). Decision making style, the development and of a new measure. *Educational and Psychological Measurement*, 55(5).

Szabo, A. (2003). The acute effects of humor and exercise on mood and anxiety, *Journal of Leisure Research*, 35(2), 152.

Tathlıoğlu, K. (2010). *Farklı öz-anlayış düzeylerine sahip üniversite öğrencilerinin karar vermede özsaygı, karar verme stilleri ve kişilik özelliklerinin değerlendirilmesi*. Doktora Tezi, Eğitimi Bilimleri Enstitüsü, Selçuk Üniversitesi, Konya.

Tanrıoğen, A. (2009). *Bilimsel Araştırma Yöntemleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.

Yüksek Öğretim Kurulu (2007). *Öğretmen Yetiştirme ve Eğitim Fakülteleri (1982-2007)*. Ankara: Yükseköğretim Kurulu Yayını.

Taşçı, Ö. (2011). *İlköğretim öğretmenlerinin okul yöneticilerinin karar verme sürecindeki etkilerine ilişkin alguları ile örgütsel adanmışlıkları arasındaki ilişki*. Yüksek Lisans Tezi, Yeditepe Üniversitesi İstanbul.

Taşdelen, A. (2002). *Öğretmen adaylarının farklı psiko sosyal değişkenlere göre karar verme stilleri*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Eğitim Bilimleri Enstitüsü D.E.U.B.E.F. İzmir.

Tekin, M., & Taşgın, Ö. (2009) Kick boks antrenörlerinin karar verme ve düşünme stillerinin incelenmesi. *Türkiye Kick Boks Federasyonu Spor Bilimleri Dergisi*, 1, 11-27.

Tekin, Ö. A., & Ehtiyar, R. V. (2010). Yönetimde karar verme: batı antalya bölgesi beş yıldızlı otellerde çalışan farklı departman yöneticilerinin karar verme stilleri üzerine bir araştırma. *Journal Of Yaşar University*, 20(5), 3394-3414.

Tekkurşun Demir, G., Namlı, S., Hazar, Z., Türkeli, A., ve Cicioğlu, İ. (2018). Bireysel ve takım sporcularının karar verme stilleri ve mental iyi oluş düzeyleri. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13 (1),176-191.

Tekin, M., Özmutlu, İ., & Erhan, S. E. (2009). Özel yetenek sınavlarına katılan öğrencilerin karar verme ve düşünme stillerinin incelenmesi. *Journal of Physical Education and Sport Sciences*, 11(3), 42-56.

Temel, V. (2015). *Beden eğitimi öğretmenlerinin, problem çözme becerileri, karar verme stilleri ve öfke tarzları*. Yüksek Lisans Tezi, Karadeniz Teknik Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Trabzon.

Temur, Ö. F.(2012). *Öğretmen algılarına göre yöneticilerin karar verme stillerinin öğretmenlerin örgütsel bağlılığına etkisi*. Yüksek Lisans Tezi, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Rize.

Tennant, R., Hiller, L., Fishwick, R., Platt, S., Joseph, S., Weich, S., Parkinson, J., Secker, J., & Stewart-Brown, S. (2007). The Warwick-Edinburgh mental well-being scale (WEMWBS): Development and UK validation. *Health and Quality of Life Outcomes*, 5(1), 50-63. Doi:10.1186/1477-7525-5-63

Toygar, Ş. A (2011). *Ankara il merkezinde sağlık bakanlığına bağlı hastanelerde görev yapan hastane yöneticilerinin problem çözme ve karar verme becerilerinin değerlendirilmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara Üniversitesi, Ankara.

Özden, C. (2009). *Üniversite öğrencilerinin akılcı olmayan inançları ve karar verme stillerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Uzunoglu, Ö.U, Şahin M. & Fişekçioğlu İ.B. (2009).Türk futbol hakemlerinin karar verme stillerinin klasmanlarına ve bazı değişkenlere göre incelenmesi. Konya: *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 11, 32-36.

Vural, M. (2013). *Spor genel müdürlüğü merkez ve taşra teşkilatında görev yapan spor yöneticilerinin düşünme ve karar verme stillerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Selçuk Üniversitesi, Konya.

Yeşilyaprak, B. (2007). *Gelişimsel Rehberlik*. İstanbul: Morpa Kültür Yayınları.

World Health Organization (2007) [http:// www. who.int /ageing/ primary_health_care /en/index.html](http://www.who.int/ageing/primary_health_care/en/index.html). Şubat 2018 tarihinde alınmıştır.