



ISSN: 2548-0723

SPOR BİLİMLERİ ARAŞTIRMALARI
DERGİSİ

JSSR

Cilt/Vol: 4 Sayı/No: 2 Yıl/Year: 2019
Aralık/December



JOURNAL OF SPORT SCIENCES RESEARCHES

SPOR BİLİMLERİ | JOURNAL OF SPORT ARAŞTIRMALARI DERGİSİ | SCIENCES RESEARCHES

2019, Cilt 4, Sayı 2 | 2019, Volume 4, Issue 2
Çevrimiçi Basım Tarihi: Aralık 2019 | Publishing Date: December 2019
ISSN: 2548-0723 | ISSN: 2548-0723

Yayın hakkı © 2016 Kadir YILDIZ
Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi yılda 2 kez (Haziran-Aralık) yayımlanan Uluslararası hakemli süreli bir yayındır.
JSSR is published biannually (June-December)

<http://dergipark.org.tr/jssr>

Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi Adına Sahibi – Owner/ Baş Editör – Editor in Chief

Dr. Kadir YILDIZ

Editör Yardımcısı / Associate Editors

Dr. Ercan POLAT

Ömer Halisdemir Üniversitesi, Niğde

Yayın Kurulu / Publishing Board

| | |
|-------------------------------|---|
| Dr. Jerónimo García-FERNANDEZ | Universidad de Sevilla, SPAIN |
| Dr. Kim WON YOUNG | Wichita State University, USA |
| Dr. Malgorzata TOMECKA | Private Academy of Sport Education in Warsaw, POLAND |
| Dr. Petronal MOISESCU | Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA |
| Dr. Pınar GÜZEL | Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Serkan HAZAR | Ömer Halisdemir Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Viorica CALUGHER | The State University of Physical Education and Sport, MOLDOVA |

Yayın Koordinatörü/Publishing Coordinator

Dr. Kadir YILDIZ

İngilizce Dil Editörleri / Proofreading for Abstracts

Dr. Deniz DİRİK

Öğr. Gör. Elvan Deniz YUMUK

Yazım Kontrol Grubu / Editing Scout

Dr. Mehmet GÜLÜ

Ağ Sistemi Yöneticisi / Webmaster

Uzman (Specialist) Mustafa KUŞ

Yayın Dili / Language

Türkçe- İngilizce- Turkish - English

BİLİM KURULU – SCIENTIFIC BOARD

| | |
|----------------------------|---|
| Dr. Abdelmalik SERBOUT | Djelfa University, ALGERIA |
| Dr. Amin AZIMKHANI | Imam Reza International University, IRAN |
| Dr. Angela MAGNANINI | University of Rome Foro Italico, ITALY |
| Dr. Ayad OMAR | Tripoli University, Sports and Health, LIBYA |
| Dr. Balint GHEORGHE | “Vasile Alecsandri” University of Bacău, ROMANIA |
| Dr. Celina R. N. GONÇALVES | Polytechnic Institute of Bragança, PORTUGAL |
| Dr. Dana BADAU | University of Medicine and Pharmacy of Tîrgu Mures, ROMANIA |
| Dr. Dilshad AHMED | University of Macau, CHINA |
| Dr. Dimitris CHATZOPOULOS | Aristotle University of Thessaloniki, GREECE |
| Dr. Dusan MITIC | University of Belgrade, SERBIA |
| Dr. Emanuele ISIDORI | University of Rome Foro Italico, ITALY |
| Dr. Eugeniu AGAPII | The State University of Physical Education and Sport, MOLDOVA |
| Dr. Ferman KONUKMAN | Qatar University, QATAR |
| Dr. Iconomescu T. MIHAELA | Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA |
| Dr. Ivan ANASTASOVSKI | University SS Cyril and Methodist, MACEDONIA |
| Dr. Iuliana BARNA | Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA |
| Dr. J.P VERMA | Lakshmbai National Institute of Physical Education Gwalior, INDIA |
| Dr. Jerónimo G. FERNANDEZ | Universidad de Sevilla, SPAIN |
| Dr. Jerzy KOSIEWICZ | Josef Pilsudski University of Physical Education, POLAND |
| Dr. Khaled EBADA | Faculty of Physical Education. Port Said University, EGYPT |
| Dr. Kim WON YOUNG | Wichita State University, USA |
| Dr. March KROTEE | North Carolina State University, USA |
| Dr. Malgorzata TOMECKA | Private Academy of Sport Education in Warsaw, POLAND |
| Dr. Mir Hamid SALEHIAN | Islamic Azad University, IRAN |
| Dr. Michael LEITNER | California State University, USA |
| Dr. Nadhim Al-Wattar | Mosul University, IRAQ |
| Dr. Petronal MOISESCU | Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA |
| Dr. Salahuddin KHAN | Gomal University Dera Ismail Khan Khyber Pakhtunkhwa Pakistan |
| Dr. Tatiana DOBRESCU | “Vasile Alecsandri” University of Bacău, ROMANIA |
| Dr. Varela NAHUEL | Universidad de La Matanza, ARGENTINA |
| Dr. Viorica CALUGHER | The State University of Physical Education and Sport, MOLDOVA |
| Dr. Yriy DOLINNYJ | Donbas'ka Derzhavna Mashinobudivna Akademiya, UKRAINE |
| Dr. Ali AYCAN | Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Ali Onur CERRAH | Anadolu Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Ali ÖZKAN | Bartın Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Alpaslan YILMAZ | Erciyes Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Aylin ÇELEEN | Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Bahar ATEŞ | Uşak Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Betül BAYAZIT | Kocaeli Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Bilge DONUK | İstanbul Cerrahpaşa Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Burak GÜRER | Gaziantep Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Cenab TÜRKERİ | Çukurova Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Cenk TEMEL | İnönü Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Defne ÖCAL KAPLAN | Kastamonu Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Dilşad ÇOKNAZ | Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Erdil DURUKAN | Balıkesir Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Esin ERGİN | Adnan Menderes Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Faik ARDAHAN | Akdeniz Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Fatma Filiz ÇOLAKOĞLU | Gazi Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Feyza Meryem KARA | Kırıkkale Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Gazanfer DOĞU | Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ | Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Hüseyin KÖSE | Anadolu Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. İbrahim ERDEMİR | Balıkesir Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK | Anadolu Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Mehmet ASMA | Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Mehmet GÜL | Cumhuriyet Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Mehmet GÜLLÜ | İnönü Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Melike ESENTAŞ | Batman Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Müberra ÇELEBİ | Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Mücahit FİŞNE | Cumhuriyet Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Murat AKYÜZ | Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Murat TAŞ | Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Müge A. MUNUSTURLAR | Anadolu Üniversitesi, TÜRKİYE |
| Dr. Nazmi SARITAŞ | Erciyes Üniversitesi, TÜRKİYE |

Dr. Nevzat MİRZEOĞLU Sakarya Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Nuran KANDAZ GELEN Sakarya Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Nurten DİNÇ Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Osman Tonguç MUTLU Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Pınar GÜZEL Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Sabri ÖZÇAKIR Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Selami ÖZSOY Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Selhan ÖZBEY Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Serkan HAZAR Ömer Halidemir Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Settar KOÇAK Orta Doğu Teknik Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Suat YILDIZ Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Sümmani EKİCİ Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU Gazi Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Tennur YERLİSU LAPA Akdeniz Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Tuğbay İNAN Dokuz Eylül Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU Pamukkale Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Ünal KARLI Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Yavuz YILDIZ Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Zuhul YURTSIZOĞLU Cumhuriyet Üniversitesi, TÜRKİYE

2019: 4(2) SAYI HAKEMLERİ / REVIEWERS FOR 2019: 4(2)

| | |
|-------------------------------|--|
| Dr. Abdullah GÜMÜŞAY | Muş Alparslan Üniversitesi |
| Dr. Ali ÖZKAN | Bartın Üniversitesi |
| Dr. Bahar ATEŞ | Uşak Üniversitesi |
| Dr. Burak GÜRER | Gaziantep Üniversitesi |
| Dr. Canan KOCA | Hacettepe Üniversitesi |
| Dr. Çiğdem ÖNER | İstanbul Gelişim Üniversitesi |
| Dr. Dudu Banu ÇAKAR | Rumeli Üniversitesi |
| Dr. Emire ÖZKATAR KAYA | Erciyes Üniversitesi |
| Dr. Emre SERİN | Mersin Üniversitesi |
| Dr. Eren ULUÖZ | Çukurova Üniversitesi |
| Dr. Fatih YAŞARTÜRK | Bartın Üniversitesi |
| Dr. Feyza Meryem KARA | Kırıkkale Üniversitesi |
| Dr. Funda AKCAN AMCA | Başkent Üniversitesi |
| Dr. Hakan YARAR | Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi |
| Dr. İbrahim CAN | Gümüşhane Üniversitesi |
| Dr. İrem KAVASOĞLU | Çukurova Üniversitesi |
| Dr. Leyla SARAÇ | Mersin Üniversitesi |
| Dr. Mehmet BOZOK | Bozok Üniversitesi |
| Dr. Merve ALTUN EKİNCİ | Orta Doğu Teknik Üniversitesi |
| Dr. Mine MÜFTÜLER | Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi |
| Dr. Mustafa Ertan TABUK | Hitit Üniversitesi |
| Dr. Mustafa KAYA | Erciyes Üniversitesi |
| Dr. Nazmi SARITAŞ | Erciyes Üniversitesi |
| Dr. Pınar ÖZTÜRK | Hacettepe Üniversitesi |
| Dr. Selami ÖZSOY | Abant İzzet Baysal Üniversitesi |
| Dr. Süleyman Murat YILDIZ | Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi |
| Dr. Sultan HARBİLİ | Selçuk Üniversitesi |
| Dr. Tarık SEVİNDİ | Aksaray Üniversitesi |
| Dr. Tuğbay İNAN | Dokuz Eylül Üniversitesi |
| Dr. Umut Davut BAŞOĞLU | Nişantaşı Üniversitesi |
| Dr. Vahid SAATCHIAN | Imam Reza International University, Iran |
| Dr. Yeter Aytül DAĞLI EKMEKÇİ | Pamukkale Üniversitesi |

SPOR BİLİMLERİ ARAŞTIRMALARI DERGİSİ AMAÇ VE KAPSAMI

Amacı:

Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi'nin temel amacı, Spor Bilimleri alanına ilişkin güncel gelişmeleri bütüncül ve kapsayıcı bir biçimde inceleyerek bu doğrultuda ortaya çıkan özgün makale ve derlemeleri hedef kitle ile paylaşmaktır. Değişen ve sürekli bir gelişim içerisinde olan günümüz dünyasında, spor bilimleri çalışmalarına daha bütüncül ve kapsayıcı bir bakış açısıyla yaklaşmak gerekmektedir. Çünkü spor endüstrisi günümüzde birçok farklı alanlardan etkilenebilmektedir. Bu etkileşim ortamında Spor Bilimleri Alanında yapılan nitelikli bilimsel çalışmaları okuyucularla buluşturmak hedeflenmektedir.

Kapsamı:

Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, 2016 yılında yayın hayatına başlamış olup yılda 2 kez yayımlanan Uluslararası Hakemli bir dergidir. Dergi Türkçe ve İngilizce yazılara yer vermektedir. Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi, Spor Bilimleri alanına ilişkin olarak; Beden Eğitimi ve Spor Öğretimi, Spor Yönetimi, Rekreasyon, Hareket ve Antrenman Bilimleri, Sporda Psiko-sosyal Alanlar ve Spor-Sağlık Bilimleri alanlarında kavramsal veya araştırmaya dayanan, sahasına katkı sağlayacağı düşünülen özgün araştırma makaleleri ve derlemeler yayımlanmaktadır.

DİZİNLEME BİLGİSİ / INDEXING

TÜBİTAK-ULAKBİM DERGİPARK AKADEMİK projesi kapsamında olan Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi; *Türkiye Atıf Dizini*, *SOBIAD*, *Bielefeld Academic Search Engine (BASE)*, *CABI's Leisure Tourism Database*, *CABI's Leisure, Recreation and Tourism Abstracts*, *CrossRef*, *Directory of Research Journals Indexing (DRJI)*, *Eurasian Scientific Journal Index (ESJI)*, *Journal Factor*, *Journalseek*, *Türk Eğitim İndeksi*, *ResearchBib*, *Rootindexing*, *Scientific World Index*, *Science Library Index*, *Worldcat*, *OpenAIRE*, *İdealonline*, *CiteFactor* ve *Google Scholar* veri tabanlarında dizinlenmektedir. Dergi ayrıca Manisa Celal Bayar Üniversitesi Kütüphanesi kataloğunda online olarak taranmaktadır.

EDİTÖRDEN MEKTUP

Değerli spor bilimciler, Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi (JSSR), Uluslararası hakemli dergi olup yılda 2 kez (Haziran-Aralık) yayınlanmaktadır. 2016 yılından beri ulusal ve uluslararası çalışmalarla siz değerli okurlarımızla birlikte olmanın onurunu ve mutluluğunu yaşamaktayız. Dergimizin 2019 yılı 4. Cilt 2. sayısında, spor bilimleri alanının farklı disiplinlerinden kavramsal veya araştırmaya dayanan, sahasına katkı sağlayacağı düşünülen 13 makale ve bir derleme çalışmasına yer verilmiştir. Ayrıca derginin bu sayısında, 17 çalışma bilim kurulu üyeleri tarafından yayınlanmaya uygun görülmemiştir.

Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi (JSSR), yayın kurulu olarak yapmış olduğunuz değerli çalışmalardan ve desteklerinizden dolayı teşekkür ederiz. Ayrıca bu değerli çalışmalara katkılarından dolayı değerli bilim kurulu üyelerine sonsuz teşekkür ederiz.

Doç. Dr. Kadir YILDIZ
Editör

Orijinal Makale / Original Article

Sayfa/ Page

- Rekreasyon Deneyiminin Psikolojik İyi Oluş Üzerine Etkisi: Y Kuşağı Üzerinde Bir Araştırma**
The Effect of Recreation Experience on Psychological Well-Being: A Research on Generation Y
Orhan AKOVA, Gizem ŞAHİN, Mert ÖGRETMEÑOĞLU..... 124-139
- Views of Turkish Football Super League (Süperlig) Fans on Fanaticism and Violence**
Sercan KURAL, Oğuz ÖZBEK..... 140-154
- Kamu ve Özel Sektör Çalışanlarının Fiziksel Aktiviteye Katılmaya Yönelik Tutumlarının İncelenmesi**
Investigation of the Attitudes of Public and Private Sector Employees to Participate in Physical Activity
Seçkin DOĞANER..... 155-166
- Evaluation of Sports Education at Higher Education Level in the Scope of Total Quality Management**
Arif YÜCE, Velittin BALCI, Hakan KATIRCI..... 167-180
- Elit Güreşçilerin Doping ve Ergojenik Yardım Hakkındaki Bilgi ve Kullanma Düzeylerinin İncelenmesi**
Research of Knowledge and Use Levels of Elite Wrestlers About Doping and Ergogenic Aids
Yahya YILDIRIM, Süleyman ŞAHİN..... 187-204
- Yıldızlar Kategorisindeki Haltercilerde Uygulanan Güç Antrenmanlarının Koparma Silme ve Total Derecelerine Etkisinin Araştırılması**
Research on the Effect of Power Exercises on Snatch, Clean and Jerk and Total Degrees in Stars Category
Yunus Emre YILDIZ, Yunus Emre BAĞIŞ..... 205-212
- Differences in the Effect of Learning Methods Massed Practice Throwing and Distributed Practice on Learning Outcomes Skills for the Accuracy of Top Softball**
Fuad MUSTOFA, Mansur MANSUR, Erick BURHAEIN..... 213-222
- Examination of the relationship between ethical leadership and self-efficacy of primary school teachers in Tabadekan**
Alireza BAGHESTANI, Jafar RAJABI, Amin AZIMKHANI..... 223-233
- Amerika Birleşik Devletleri ile Türkiye’de Uygulanan Antrenör Eğitim Sistemlerinin Karşılaştırılması**
Comparison of Coach Training Systems Implemented in The United States and Turkey
Yalçın UYAR, Hakan SUNAY..... 234-245
- Futbol Taraftarlığı Alanında Kadınları Marjinalleştiren Doxalar**
The Doxas that Cause the Marginalization of Women in Football Fandom
İrem SARIKULAK, Canan KOCA..... 246-263
- Beden, Kültür ve Erkeklik: Vücut Geliştirmenin Eril Bir Alan Olarak Savunulması Üzerine Sosyolojik Bir Çalışma**
Body, Culture and Masculinity: A Sociological Study on the Preservation of Body Building as a Masculine Field
Mustafa Can ÇARPAR, Temmuz GÖNÇ ŞAVRAN..... 264-288
- Kadın Sporcuların Bikini Fitness Yoluyla Güçlenme ve Baskılanma Deneyimleri**
Women Athletes’ Experiences of Empower and Oppression through Bikini Fitness
İrem KAVASOĞLU, Canan KOCA..... 289-307

Derleme / Review

Sayfa/ Page

Life Kinetiğin Performans Sporcuları Üzerine Etkileri

Effects of Life Kinetics on Performance Athletes

İmdat YARIM, Ebru ÇETİN, Özlem ORHAN 181-186

Rekreasyon Deneyiminin Psikolojik İyi Oluş Üzerine Etkisi: Y Kuşağı Üzerinde Bir Araştırma

Orhan AKOVA¹, Gizem ŞAHİN^{2*}, Mert ÖĞRETMENOĞLU¹

¹ İstanbul Üniversitesi, İstanbul.

² İstanbul Yeni Yüzyıl Üniversitesi, İstanbul.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 18.06.2019

Kabul Tarihi: 03.09.2019

DOI: 10.25307/jssr.579581

Online Yayın Tarihi: 31.12.2019

Öz

Bireyler yenilenmek, sosyalleşmek, fiziksel ve zihinsel olarak sağlıklı olmak gibi çeşitli nedenlerle rekreasyon faaliyetlerine katılarak stresli şehir hayatının zorluklarıyla başa çıkmaya çalışmaktadır. Psikolojik iyi oluş, bireylerin kendilerini nasıl değerlendirdikleri ve yaşamlarının kalitesi hakkında bilgi verir. Rekreasyonel faaliyetlerden elde edilen deneyim, bireyler üzerinde olumlu ya da olumsuz etkilerin gerçekleşmesi açısından önemli bir rol oynamaktadır. Bu çalışmanın amacı, rekreasyon deneyiminin psikolojik iyi oluşa etkisini belirlemektir. Araştırma nicel bir çalışma olup, anket tekniği kullanılarak veriler kolayda örnekleme yöntemiyle 1980-1999 yılları arasında doğan ve İstanbul'da yaşayan Y kuşağı bireylerden elde edilmiştir. 238 kişiye anket uygulanmış ve kullanılan ölçekler İngilizceden Türkçeye çevrildiği için elde edilen veriler doğrulayıcı faktör analizine tabi tutulmuştur. Rekreasyon deneyimi ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin tespit edilmesi için korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Rekreasyon deneyiminin psikolojik iyi oluşa etkisini belirlemek için ise regresyon analizi kullanılmıştır. Çalışma sonucunda, rekreasyon deneyiminin psikolojik iyi oluş üzerinde % 31,1 oranında düşük bir etki düzeyine sahip olduğu görülmüştür.

Anahtar kelimeler: Rekreasyon deneyimi, psikolojik iyi oluş, Y kuşağı.

The Effect of Recreation Experience on Psychological Well-Being: A Research on Generation Y

Abstract

People try to cope with the challenges of stressful city life by participating in recreation activities for various reasons such as renewing, socializing and being physically and mentally healthy. Psychological well-being gives information about how individuals evaluate themselves and the quality of their lives. The experience gained from recreational activities plays an important role in achieving positive or negative effects on people. The aim of this study was to determine the effect of recreation experience on psychological well-being. The research is a quantitative study and the data were obtained from the Y generation individuals who were born between 1980-1999 and lived in Istanbul by convenience sampling method. A questionnaire was applied to 238 people and the scales used were translated from English to Turkish and the data were subjected to confirmatory factor analysis. Correlation analysis was used to determine the relationship between recreation experience and psychological well-being. Regression analysis was used to determine the effect of recreation experience on psychological well-being. As a result of the study, it was observed that recreation experience had a low effect level on psychological well-being by 31.1%.

Keywords: Recreation experience, psychological well-being, generation Y.

* Sorumlu Yazar: **Gizem ŞAHİN**, E-posta: gizem.sahin@yeniuyuzuil.edu.tr

GİRİŞ

Rekreasyon faaliyetleri, bireylerin boş zaman içerisinde zevk alma durumları ve maddi yeterliliklerine göre değişkenlik gösteren aktiviteler olarak nitelendirilebilir (Çakır, 2017: 36). Bu kapsamda rekreasyonel alanlarda rahatlama, oyalanma, bilginin artırılması, sosyal katılım sağlama ve yaratıcı kapasitenin özgürce kullanılması gibi çeşitli aktiviteler ele alınmaktadır (Dumazedier, 1974: 133). Yaşlı bireyler rekreasyonel faaliyetlere katılarak sağlıklarını korurken, genç bireyler ise rekreasyonel faaliyetlere katılarak hem zihinsel hem de fiziksel olarak bir gelişim gösterirler (Çakır, 2017: 37). Rekreasyon etkinlikleri, bireylerin enerjilerini yenilemekle birlikte onların hislerinin canlanmasını, kendilerini dinç ve keyifli hissetmelerini sağlar (Li ve Wang, 2012: 408). Bireyler dışarı çıkmak, dinlenmek, heyecanlanmak, sosyalleşmek, yeni yerler ziyaret etmek ve bunu yaparak zihinsel iyi oluşlarını korumak ve geliştirmek ihtiyacı duyar ve çeşitli faaliyetlere katılmak isterler (Başoğlu, 2013: 101).

Rekreasyonel deneyim, bireyler üzerinde sosyal, kültürel ve psikolojik etkilere sahiptir. Bu etkiler bireylerin gerçekleştirdikleri aktiviteleri ve bu aktivitelerden elde ettikleri verimi olumlu ya da olumsuz olarak değerlendirmesinde önemli bir rol oynar. Ayrıca, bireylerin psikolojik açıdan kendilerini iyi hissetmeleri, günlük yaşamları üzerinde de oldukça olumlu etkilere sahip olabilmektedir. Bu nedenle bireylerin psikolojik iyi oluş seviyesinin yüksek olması önemlidir. Daha önce yapılmış olan çalışmalarda rekreasyon deneyimi, destinasyon memnuniyeti ve sadakati (Atsız, Akova ve Ertuğral, 2017), aidiyeti ve motivasyonu (Budruk ve Stanis, 2013), fayda, tatmin ve yeniden ziyarete etkisi (Wang, Wang, Chiu, Liou ve Yang, 2015), çevresel davranış (Lee ve Jan, 2015b) gibi değişkenler ile ilişkilendirilmiş ve rekreasyonel deneyimin tipolojilerinin belirlenmesi (Cottrell, Lengkeek ve Marwijk, 2005) ile ilgili çalışmalar yapılmıştır; fakat psikolojik iyi oluş ile ilişkilendirilen çalışmalara yeterli düzeyde rastlanmamıştır. Yapılan çalışmada, bireylerin rekreasyon deneyimine katılımının psikolojik iyi oluş üzerinde etkileri değerlendirilmeye çalışılmış ve literatüre bu yönde bir katkı sağlanması hedeflenmiştir. Çalışma için Y kuşağının seçilmesinin sebebi ise, sosyal aktivitelerle önem veren ve deneyimler yaşamayı seven bir kuşak olmasıdır. Bu kuşağa mensup bireylerin rekreasyonel deneyim yaşadıkları sonra psikolojik açıdan ne yönde değişimler yaşadığı çalışmanın temel sorusu olmuştur.

Rekreasyon Deneyimi

Rekreasyon kavramının kökeni Latince “recreatio” kelimesinden türemiştir ve bu kelime yenilenme, yeniden yaratılma veya yeniden yapılanma gibi çeşitli anlamlara gelmektedir (Orel ve Yavuz, 2003: 62). Genel olarak, literatürde bulunan rekreasyon tanımları tamamen boş kalarak ya da tamamen dinlenmenin aksine, fiziksel, zihinsel, sosyal ya da duygusal katılım gibi etkinliklere, kişisel memnuniyet elde etme arzusu ile bireysel ya da grup halinde katılımı ifade etmektedir (McLean, Hurd, ve Rogers, 2007: 40).

Rekreasyon kavramını anlamaya yönelik nesnel ya da öznel tanım olmasına bağlı olarak iki farklı yaklaşım bulunmaktadır (Raadik, Cottrell, Fredman, Ritter ve Newman, 2010: 233). Nesnel tanım, bireyin boş zamanlarında seçtiği ve sürdürdüğü deneyimleri ve faaliyetleri ifade eder (Ap, 1986: 167). Öznel tanım ise, psikolojik deneyimleri kapsayan bir süreci ifade etmektedir. Bu nedenle, rekreasyonel amaçlı seyahat, eğlenceden fayda sağlamak için seyahat

faaliyetinde öznel bir katılıma dönüşmektedir (Iso-Ahola, 1983: 46). Rekreasyon deneyimi, bir katılımcının zihinsel, ruhsal, fizyolojik veya diğer bir rekreasyon katılımına verdiği tepkilerin toplamıdır (Driver, 1976: 163). Bireylerin rekreasyona katılım sebeplerini anlamaya çalışmak, boş zaman davranışının bir faaliyetten ziyade, psikolojik, sosyal ve fizyolojik sonuçları olan belirli ortamdaki bir deneyim olarak görülmesini sağlar (Budruk ve Stanis, 2013: 52).

Ballantyne, Packer ve Falk (2011), deneyimsel katılım ve yansıtıcı katılım olmak üzere iki farklı rekreasyon deneyimi yapısını incelemiştir. Deneyimsel katılım, canlı hayvanları görme ve onlar hakkında iyi bir görüşe sahip olmak, daha fazla aktiviteye katılmak, ilgi çekici ve eğlenceli bir deneyime sahip olmak ve merak ya da huşu hissetme duygusunu yaşamak; yansıtıcı katılım ise hayvanlarla duygusal bir bağ hissetmek, hayvanlarla ilgili yeni fikirleri yansıtmak, arkadaşlarla yeni bilgiler tartışmak, şaşırtıcı ya da beklenmedik bir şey yaşamak ve çevre sorunları hakkında üzgün ya da kızgın olmak gibi özellikleri içermektedir. Araştırmada, 60 yaşından büyük ziyaretçilerin, her iki deneyime de katılımı genç ziyaretçilerden daha fazladır. Cinsiyet açısından incelendiğinde, kadınlar, her iki deneyim türüne de erkeklerden daha fazla katılım sağlamıştır.

Rekreasyon deneyimi tercihi ölçeği, Driver, Tinsley ve Manfredo (1991)'nin çalışmasından seçilen 21 madde kullanılarak işlevselleştirilmiş ve Kyle, Graefe ve Manning (2004), yapılmış olan rekreasyon deneyimi tercihi ölçeklerinin doğal yer etkileşimi ile ilgili birkaç değeri yakaladığını belirtmiştir. Bu nedenle, Budruk ve Stanis tarafından kullanılan ölçek de bu faktörler ele alınarak oluşturulmuştur (Budruk ve Stanis, 2013: 55). Rekreasyon Deneyimi Tercihleri (RDT) ölçeği altı farklı rekreasyon deneyimi boyutunu ele almıştır. Bunlar; doğanın tadını çıkarmak, kaçış, benzer insanlar, iç gözlem, öğrenmek ve öğretmek olarak sıralanabilir. Doğanın tadını çıkarma boyutu, doğaya yakın olmak ve doğanın sesinin ve kokusunun keyfini çıkarmak gibi önermeleri kapsarken; kaçış boyutu, sakin bir yerde vakit geçirmek ve yalnızlığı deneyimlemek; benzer insanlar boyutu, arkadaşlarla zaman geçirmek ve belli bir grup üyesiyle beraber olmak; iç gözlem boyutu, yaşamın neyle ilişkili olduğunu anlamak, kim olduğunu düşünmek, kişisel ve ruhsal değerleri geliştirmek, kişisel inanç değerlerini düşünmek; öğrenme boyutu, keşfetme duygusunu deneyimleme, değerlere ilişkin bilgi düzeyi geliştirmek, değerler hakkında daha fazla bilgi edinmek ve daha iyi anlamak; öğretme boyutu, öğrenilen şeyleri başkalarıyla paylaşmak, tarihi değerleri başkalarının öğrenmesine yardımcı olmak, tarihi değerleri başkalarına öğretmek önermelerini kapsamaktadır. Günümüz nesli için rekreasyon, kendini ve yetenekleri keşif, günlük hayatın stresinden kaçarak dinlenme ve yenilenme şansı açısından önemlidir (Orel ve Yavuz, 2003: 63). Rekreasyonel faaliyetler bireyleri fiziksel ve zihinsel geliştirmekle birlikte bireyler üzerindeki zararlı etkilerin de ortadan kalkmasına fayda sağlar (Çakır, 2017: 37).

Psikolojik İyi Oluş

Literatürde iyi oluş kavramı, öznel (hedonik) iyi oluş ve psikolojik (eudaimonic) iyi oluş olmak üzere iki ayrı şekilde ele alınmaktadır (Sarı ve Çakır, 2016: 223). Öznel iyi oluş; olumlu bir ruh halinde olma, iş ve eğlence gibi yaşamın farklı alanları ile ilgili memnuniyet ve küresel yaşam memnuniyeti gibi faktörler ile ele alınırken; psikolojik iyi oluş ise kontrol veya özerklik duygusu, anlam ve amaç duygusu, aidiyet duyguları, yeterlilik, kişisel ifade, kişisel gelişim ve kişisel kabul gibi faktörler ile ele alınmaktadır (Ryan ve Deci, 2001;

Carruthers ve Hood, 2004). Öznel iyi oluş doyum ve mutluluk kavramları ile ilişkili olmakla birlikte, değerlendirilen ana kıstas bireylerin kendilerine belirledikleri değer ve standartlar çerçevesinde var olan yaşantısını ele almasıdır (Özen, 2010: 48). Psikolojik iyi oluş ise, bireylerin kendilerini nasıl değerlendirdikleri ve yaşamlarının kalitesi hakkında bilgi veren mikro düzeyde bir yapıdır ve kavram olarak ilk kez “The Structure of Psychological Well-Being” adlı eserde Bradburn (1969) tarafından kullanılmıştır (Karacaoğlu ve Köktaş, 2016: 120; Ryff, Magee, Kling ve H., 1999: 247). Ayrıca, bireylerin yaşamlarında çeşitli olumlu sonuçlar ortaya çıkaracağı için önemli bulguları ele almaktadır (Keleş, 2017: 156). Klinik psikologlar tarafından iyi oluşun hoşnutluk boyutunun (mutluluk-üzüntü ya da depresyon) çeşitli bireysel sonuçların belirlenmesindeki rolü uzun zamandır kabul etmektedir (Wright ve Cropanzano, 2000: 86).

Psikolojik iyi oluş kavramı ise direnç (Sagone ve Caroli, 2014), sağlık (Vázquez, Hervás, Rahona ve Gómez, 2009), kişisel özellikler ve şefkat düzeyleri (Sarıcaoğlu ve Arslan, 2013), iş tatmini (Wright ve Cropanzano, 2000), ölüm oranı (Chida ve Steptoe, 2008), fiziksel egzersiz (Scully, Kremer, Meade, Graham ve Dudgeon, 1998), duygusal emek (Zapf, 2002) gibi kavramlar ile değerlendirilmiştir. Ayrıca Yükseköğretim düzeyindeki öğrencilerde (Sarıcaoğlu ve Arslan, 2013) orta ve ileri yetişkinlerde (Ryff, 1995; Sagone ve Caroli, 2014) de psikolojik iyi oluş kavramı ele alınmıştır.

Y Kuşağı

Kuşak terimi, yaklaşık olarak aynı yaşta olan bir grup insan anlamına gelir (Pitt-Catsoupes, Matz-Costa ve Besen, 2009: 4). Sosyolojik açıdan yapılan tanımlarda ise, kuşaklar, belirli tarih aralıklarında dünyaya gelen benzer sosyal, politik, ekonomik vb. olayların etkisinde kalmış ve dönemin etkisiyle sorumlulukları birbirine yakın olması nedeniyle ortak değer, inanç, beklenti ve davranışları bulunan gruplar olarak tanımlanabilir (Taş, Demirdöğmez ve Küçüköğlü, 2017: 1034-1035).

Lower (2008) Y kuşakları için herhangi bir belirleyici unsur olmadığına değinmiştir. Literatürde yapılan araştırmalar sonucunda, yazarların Y kuşağı yaş aralığı hakkında hemfikir olmadığı görülmektedir. Bazı araştırmacılar tarafından Y kuşağı ile ilgili farklı aralıklar tanımlanmıştır (Adıgüzel, Batur ve Ekşili, 2014: 173; Broadbidge, Maxwell ve Ogden, 2007: 8; Kim, Knight ve Cruisinger, 2009: 548; Williams ve Page, 2011: 8); fakat literatürde genel olarak 1980'den 1999'a kadar doğan kişiler olarak ele alınmıştır (Kavalcı ve Ünal, 2016: 1035; Kyles, 2005: 54; Keleş, 2011: 131; Sa'aban, Ismail, ve Mansor, 2013: 549). Y kuşağı bireyci, başarı odaklı, idealist ve genç aile olmak üzere dört değer segmentasyonuna ayırmıştır. Segmentler bazında özellikleri değerlendirildiğinde; eğlenme, keşif, anı yaşamak, özgürlük, başarı, para, idealler, hayaller peşinde koşma, sorgulama, var olan ile yetinme ve sevdiklerine zaman ayırma gibi özellikler ön plana çıkmaktadır (Tufur, 2011: 36).

METOT

Araştırma nicel bir çalışma olup, anket tekniği kullanılarak veriler kolayda örnekleme yöntemiyle 1980-1999 yılları arasında doğan ve İstanbul'da yaşayan Y kuşağı bireylerden elde edilmiştir. Çalışmanın amacına ulaşabilmek için dört bölümden oluşan anket formu hazırlanmıştır.

Anketin ilk bölümü, katılımcıların cinsiyetlerini, yaşlarını ve eğitim seviyelerini içeren 3 adet demografik ifadeden oluşturulmuştur. Anketin ikinci bölümü katılımcıların rekreasyon faaliyetlerine katılım amaçlarını, rekreasyon faaliyetlerine katılım sıklıklarını, rekreasyonel alanlardaki ortalama kalış sürelerini ve ziyaret ettikleri rekreasyonel alanlardaki memnuniyet seviyelerini içeren ifadelerden oluşturulmuştur. Anketin üçüncü bölümünde, Driver, Tinsley ve Manfredo (1991) ile Kyle, Graefe ve Manning'in (2004) katkıları ile son halini almış olan, Budruk ve Stanis (2013) tarafından uygulanan REP ölçeğinden yararlanılmıştır. Bu ölçekte altı farklı rekreasyon deneyimi boyutu (doğanın tadını çıkarmak, kaçış, benzer insanlar, iç gözlem, öğrenme ve öğretme) yer almaktadır. Ankete katılanlar her maddeyi "1" (önemsiz) ile "5" (çok önemli) arasında değişen beş puanlı Likert ölçeği kapsamında puanlamıştır (Budruk ve Stanis, 2013: 55).

Anketin son bölümü olan dördüncü bölümde Iwasaki ve Smale (1998) tarafından geliştirilen, Tsaur ve Yen (2018) gibi araştırmacılar tarafından çalışanlar üzerine uygulanan psikolojik iyi oluş ölçeğine yer verilmiştir. Psikolojik iyi oluş ölçeği, tek boyutludur ve beş madde ile belirtilmiştir. Bu maddeler "Genellikle kendimi çok mutlu hissediyorum.", "Genellikle kendimi bir şeylerle yakından ilgili ya da bir şeyler hakkında heyecanlı hissediyorum.", "Genellikle bir şeyleri başardığımı hissediyorum.", "Birilerinin yaptığım işler nedeniyle iltifat etmesi beni gururlu hissettiriyor." ve "Genellikle işlerin yolunda gittiğini hissederim."dir. Daha yüksek bir puan, daha yüksek düzeyde psikolojik iyi oluş olduğunu göstermiştir. Tüm maddeler, 1 (kesinlikle katılmıyorum) ile 5 (kesinlikle katılıyorum) arasında değişen beş, puanlı Likert ölçeği kullanılarak ölçülmüştür.

Oluşturulan bu anket formu İngiltere'den çevrildiği için asıl uygulamaya geçilmeden önce pilot bir uygulama ile test edilmiştir. Bu doğrultuda 05-25 Mart 2019 tarihleri arasında İstanbul'da yaşayan ve 1980-1999 yılları arasında doğmuş olan Y kuşağı 125 kişi üzerinde pilot bir uygulama yapılmıştır. Pilot uygulama aşamasında katılımcılardan hem anket formunu doldurmaları, hem de anketin içeriğinde anlaşılmayan ya da yanlış anlaşılan soruların olup olmadığını değerlendirmeleri istenmiştir. Pilot uygulama sonucunda katılımcılardan pozitif geri bildirimler elde edilmiştir. Ayrıca araştırmanın ön test çalışmasını gerçekleştirebilmek için 125 anket üzerinden değerlendirme gerçekleştirilmiştir. Elde edilen bu verilerle araştırmada kullanılmayı planlanan ölçeklerin yapı geçerliğinin belirlenmesi amacıyla açımlayıcı faktör analizi yapılmış, güvenilirliğinin belirlenmesi amacıyla Cronbach's alfa güvenilirlik katsayıları hesaplanmıştır.

Rekreasyon deneyimi ölçeği için yapılan KMO ve Bartlett testi analizleri sonucunda KMO değeri 0,796 olarak hesaplanmıştır. Buna göre örneklem sayısının faktör analizi için uygun olduğu belirlenmiştir (KMO > 0,500). Bartlett testi kapsamında X^2 değeri 668,988 olarak hesaplanmış ve değer istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$). Bu doğrultuda verilerin açımlayıcı faktör analizi için uygun olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Faktör analizi sonucunda rekreasyon deneyimi ölçeğinin 12 madde ve 5 alt faktörden oluştuğu belirlenmiştir. Orijinal ölçekte yer alan 5 ifade binişiklik nedeni ile ölçekten çıkarılmıştır. Ölçeğinin tüm maddelerinin toplam varyansı açıklama oranı % 78,642 ve güvenilirlik katsayısı 0,856 ($\alpha > 70$) olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlara göre rekreasyon deneyimi ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik analizi kriterlerini sağladığı belirlenmiş ve asıl uygulama için kullanılmasına karar verilmiştir.

Psikolojik iyi oluş ölçeği için yapılan KMO ve Bartlett testi analizleri sonucunda KMO değeri 0,770 olarak hesaplanmıştır. Buna göre örneklem sayısının açılımlayıcı faktör analizi için uygun olduğu belirlenmiştir (KMO > 0,500). Bartlett testi kapsamında χ^2 değeri 148,876 olarak hesaplanmış ve değer istatistiksel olarak anlamlı bulunmuştur ($p < 0,05$). Buna göre verilerin faktör analizi için uygun olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Faktör analizi sonucunda psikolojik iyi oluş ölçeğinin 5 madde ve 1 boyuttan oluştuğu belirlenmiştir. Ölçeğinin tüm maddelerinin toplam varyansı açıklama oranı % 51,8 (Açıklanan toplam varyans > % 50) ve güvenilirlik katsayısı 0,753 ($\alpha > 70$) olarak hesaplanmıştır. Bu sonuçlara göre psikolojik iyi oluş ölçeğinin geçerlik ve güvenilirlik analizi kriterlerini sağladığı belirlenmiştir. Bu sonuçlardan yola çıkarak psikolojik iyi oluş ölçeğinin asıl uygulama için kullanılmasına karar verilmiştir.

BULGULAR

Ölçeklerin Geçerlilik Bulguları

Katılımcılardan elde edilen veriler doğrultusunda rekreasyon deneyimi ölçeğine doğrulayıcı faktör analizi uygulanarak pilot uygulama aşamasında açılımlayıcı faktör analizi ile elde edilen beş boyutlu yapı sınanmıştır. Ulaşılan DFA sonuçları, AFA ile elde edilen sonuçlarla tutarlı sonuçlar vermiş ve uyum indeksleri istenilen düzeylerde çıkmıştır ($\chi^2 = 100,272$, $df = 44$, $p < 0,01$, $\chi^2/df = 2,279$, $RMSEA = 0,073$, $AGFI = 0,886$, $GFI = 0,936$, $IFI = 0,964$, $CFI = 0,963$). DFA analizi ile kuramsal modelin elde edilen veriler doğrultusunda yeterliliğini tespit etmek için başvurulmuş uyum indekslerine ait değerler ve DFA modeline ait uyum değerleri Tablo 1’de verilmiştir.

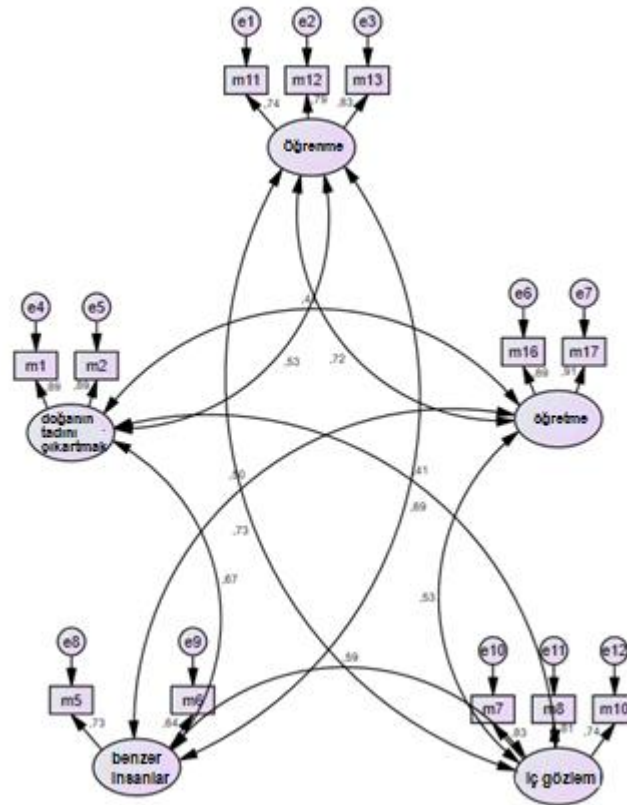
Tablo 1. Başvurulan uyum indekslerine ait uyum değerleri ve modele ait uyum değerleri

| Uyum İndeksleri | Mükemmel Uyum Ölçütleri | Kabul Edilebilir Uyum Ölçütleri | Modelin Uyum İndeksleri | Karar |
|-----------------|---------------------------|---------------------------------|-------------------------|-----------------------|
| χ^2/sd | $0 \leq \chi^2/sd \leq 2$ | $2 \leq \chi^2/sd \leq 3$ | 2,279 | Kabul Edilebilir Uyum |
| RMSEA | $,00 \leq RMSEA \leq ,05$ | $,05 \leq RMSEA \leq ,08$ | ,07 | Kabul Edilebilir Uyum |
| CFI | $,95 \leq CFI \leq 1,00$ | $,90 \leq CFI \leq ,95$ | ,96 | Mükemmel Uyum |
| GFI | $,95 \leq GFI \leq 1,00$ | $,90 \leq GFI \leq ,95$ | ,93 | Kabul Edilebilir Uyum |
| AGFI | $,90 \leq AGFI \leq 1,00$ | $,85 \leq AGFI \leq ,90$ | ,88 | Kabul Edilebilir Uyum |
| IFI | $,95 \leq IFI \leq 1,00$ | $,90 \leq IFI \leq ,95$ | ,96 | Mükemmel Uyum |

Kaynak: Çelik ve Yılmaz, 2013; Çokluk, Şekercioglu ve Büyüköztürk, 2014

Tablo 1’de görüleceği üzere sınanan kuramsal modelin veri setiyle uyumlu bir yapıda ve model uyum indeksleri kabul edilebilir düzeydedir. χ^2 değerinin 2 ile 3 arasında olması modelin verilerle kabul edilebilir derecede uyumlu olduğunu göstermektedir. Bir diğer uyum ölçütü olan RMSEA değerinin ,08’in altında olması modelin veri setiyle kabul edilebilir düzeyde uyumunu göstermektedir. Diğer uyum ölçütlerinin de kabul edilebilir düzeyde olması genel olarak sınanan modelin verilerle mükemmel uyum sağladığını göstermiştir. Bu

sonuçlara göre rekreasyon deneyimi ölçeğinin geçerlik analizi kriterlerini sağladığı tespit edilmiştir. Şekil 1’de Rekreasyon Deneyimi ölçeğine uygulanan DFA görselleştirilmiştir.



Şekil 1. Rekreasyon Deneyimi Ölçeği DFA sonuçları

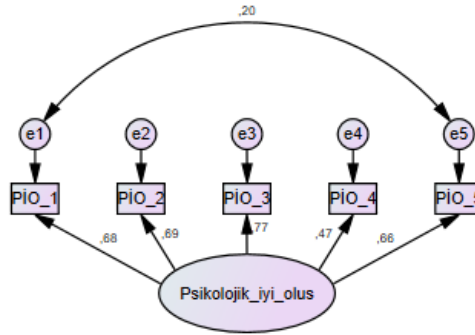
238 katılımcıdan elde edilen veriler doğrultusunda psikolojik iyi oluş ölçeğine doğrulayıcı faktör analizi uygulanarak ön uygulama aşamasında açımlayıcı faktör analizi ile elde edilen tek boyutlu yapı sınanmıştır. Ulaşılan DFA sonuçları, AFA ile elde edilen sonuçlarla tutarlı sonuçlar vermiş ve uyum indeksleri istenilen düzeylerde çıkmıştır ($\chi^2= 9,585$ $df=4$, $p<0,01$, $\chi^2/df=2,396$, $RMSEA=0,077$, $AGFI=0,939$, $GFI=0,984$, $IFI=0,984$, $CFI= 0,983$). DFA analizi ile kuramsal modelin elde edilen veriler doğrultusunda yeterliliğini tespit etmek için başvuru uyum indekslerine ait değerler ve DFA modeline ait uyum değerleri Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. Başvurulan uyum indekslerine ait uyum değerleri ve modele ait uyum değerleri

| Uyum İndeksleri | Mükemmel Uyum Ölçütleri | Kabul Edilebilir Uyum Ölçütleri | Modelin Uyum İndeksleri | Karar |
|-----------------|---------------------------|---------------------------------|-------------------------|-----------------------|
| χ^2/sd | $0 \leq \chi^2/sd \leq 2$ | $2 \leq \chi^2/sd \leq 3$ | 2,396 | Kabul Edilebilir Uyum |
| RMSEA | $,00 \leq RMSEA \leq ,05$ | $,05 \leq RMSEA \leq ,08$ | ,07 | Kabul Edilebilir Uyum |
| CFI | $,95 \leq CFI \leq 1,00$ | $,90 \leq CFI \leq ,95$ | ,98 | Mükemmel Uyum |
| GFI | $,95 \leq GFI \leq 1,00$ | $,90 \leq GFI \leq ,95$ | ,98 | Mükemmel Uyum |
| AGFI | $,90 \leq AGFI \leq 1,00$ | $,85 \leq AGFI \leq ,90$ | ,93 | Mükemmel Uyum |
| IFI | $,95 \leq IFI \leq 1,00$ | $,90 \leq IFI \leq ,95$ | ,98 | Mükemmel Uyum |

Kaynak: Çelik ve Yılmaz, 2013; Çokluk, Şekercioğlu ve Büyükoztürk, 2014.

Tablo 2’de sınanan kuramsal modelin veri setiyle uyumlu bir yapıda ve model uyum indekslerinin kabul edilebilir düzeyde olduğu görülmektedir. χ^2 değerinin 2 ile 3 arasında olması modelin verilerle kabul edilebilir derecede uyumlu olduğunu göstermektedir. Aynı zamanda, RMSEA değerinin .08’in altında olması modelin veri setiyle kabul edilebilir düzeyde uyumunu göstermektedir. Diğer uyum ölçütlerinin de kabul edilebilir düzeyde olması genel olarak sınanan modelin verilerle mükemmel uyum sağladığını göstermiştir. Bu sonuçlara göre psikolojik iyi oluş ölçeğinin geçerlik kriterlerini sağladığı görülmüştür. Şekil 2’de psikolojik iyi oluş ölçeğine uygulanan DFA görselleştirilmiştir.



Şekil 2: Psikolojik İyi Oluş Ölçeği DFA sonuçları

Ölçeklerin Güvenilirlik Analizi Bulguları

Ölçeklerin güvenilirlik analizi bulguları Tablo 3’te verilmiştir. Tablo 3’e göre Rekreasyon deneyimi ölçeğinin güvenilirliği 0.89; Psikolojik iyi oluş ölçeğinin güvenilirliği 0.79 olarak hesaplanmıştır. Her iki ölçeğin genel güvenilirliği ise 0.90’dır. Bu doğrultuda ölçeklerin son derece güvenilir olduğu söylenebilir.

Tablo 3. Ölçeklerin güvenilirlik bulguları

| Ölçekler | Toplam İfade | Cronbach's Alpha |
|----------------------------|--------------|------------------|
| Rekreasyon Deneyimi Ölçeği | 12 | 0.89 |
| Psikolojik İyi Oluş Ölçeği | 5 | 0.79 |
| Ölçeklerin Tümü | 17 | 0.90 |

Demografik Bulgular

Veri analizinde toplamda 238 adet anket kullanılmıştır. Öncelikle ankete katılım gösterenlerin tanımlayıcı özelliklerine ilişkin frekanslar belirlenmiştir. Katılımcılardan elde edilen demografik bulgular Tablo 4’te gösterilmektedir.

Tablo 4. Demografik Bulgular

| Demografik Özellikler | N | Yüzde (%) |
|-----------------------|-----|-----------|
| Cinsiyet | | |
| Erkek | 158 | 66,4 |
| Kadın | 80 | 33,6 |
| Medeni Durum | | |
| Evli | 118 | 49,6 |
| Bekar | 115 | 48,3 |
| Boşanmış | 5 | 2,1 |
| Eğitim Durumu | | |
| İlköğretim | 12 | 5 |
| Lise | 75 | 31,5 |
| Ön lisans | 30 | 12,6 |
| Lisans | 109 | 45,8 |
| Lisans Üstü | 12 | 5 |

Katılımcıların % 66,4'ü erkek; %33,6'sı kadın, %49,6'sı evli; %48,3'ü bekâr ve %2,1'i boşanmıştır. Ankete katılanların eğitim seviyesi, %5 ilköğretim; %31,5 lise; %12,6 ön lisans; %45,8 lisans ve %5 lisansüstü düzeyindedir.

Rekreasyon Faaliyetlerine Katılma Yönelik Bulgular

Tablo 5. Rekreasyon Faaliyetlerine Katılma Yönelik Bulgular

| Rekreasyonel Faaliyetlere Katılım Amacı | n | % |
|---|-----|--|
| Yürüyüş Yapmak | 125 | |
| Piknik Yapmak/Mangal Yakmak | 92 | |
| Çocuklarla Birlikte Vakit Geçirmek | 66 | |
| Köpek gezdirmek | 13 | Bu ifadede katılımcılara birden fazla seçeneği seçme şansı verildiği için yüzdelerine yer verilmemiştir. |
| Bisiklet sürmek | 61 | |
| Jogging/koşu | 21 | |
| Bebek gezdirmek | 14 | |
| Yüzmek | 36 | |
| Ata binmek | 15 | |
| Diğer | 45 | |
| Rekreasyonel Alanları Ziyaret Etme Sıklığı | | |
| Günde birkaç kez | 10 | 4,2 |
| Her gün veya neredeyse her gün | 23 | 9,7 |
| Günde birkaç kez | 22 | 9,2 |
| Haftada iki veya üç kere | 87 | 36,6 |
| Ayda bir kere | 61 | 25,6 |
| Ayda bir kereden az | 35 | 14,7 |
| Rekreasyonel alanlardaki ortalama kalış süreleri | | |
| 30 dakikadan az | 22 | 9,2 |
| 30 Dakika ile Yaklaşık 1 Saat Arasında | 60 | 25,2 |
| 1 Saat ile Yaklaşık 2 Saat Arasında | 94 | 39,5 |
| 2 Saat ile Yaklaşık 3 Saat Arasında | 62 | 26,1 |
| Ziyaret Ettikleri Rekreasyonel Alanlardaki Memnuniyet Seviyeleri | | |
| Hiç memnun değil | 8 | 3,4 |
| Memnun değil | 16 | 6,7 |
| Kararsız | 39 | 16,4 |
| Memnun | 16 | 67,2 |
| Çok memnun | 15 | 6,3 |

Tablo 5’te katılımcıların rekreasyon faaliyetlerine katılımlarına yönelik bulgulara yer verilmiştir. Rekreasyonel faaliyetlere katılım amacı ağırlıklı olarak %52,5 “yürüyüş yapmak”; %38,7 “piknik yapmak/mangal yakmak” ve %27,7 “çocuklarla birlikte vakit geçirmek”tir. Katılımcıların rekreasyonel alanları ziyaret etme sıklığı ağırlıklı olarak “haftada iki veya üç kere % 36,6”dır. Rekreasyonel alanlardaki ortalama kalış süreleri ise %39,5 ‘1 saat ile yaklaşık 2 saat arasında’; % 25,2 “30 dakika ile yaklaşık 1 saat arasında”; %26,1 “2 saat ile yaklaşık 3 saat arasında’dır. Katılımcılar, ziyaret ettikleri rekreasyonel alanlardaki memnuniyet seviyelerini %67,2 oranında “Memnunum” olarak belirtmişlerdir.

Korelasyon analizi bulguları

Araştırmada iki değişken arasındaki doğrusal ilişkinin boyut ve yönünün ölçümü hedeflendiğinden korelasyon analizinden yararlanılmıştır (Tabachnick ve Fidell, 2015: 56). Korelasyon analizinde Pearson ve Spearman gibi çeşitli yöntemlerden yararlanılmaktadır. Pearson korelasyon analizi genellikle değişkenlerin her ikisi de normal dağılım gösterdiği durumlarda tercih edilmektedir. Spearman korelasyon analizi ise değişkenlerden en az birisi normal dağılım göstermediğinde tercih edilmektedir (Köse, 2018: 2). Bu doğrultuda hem ölçeklerin hem de boyutlarının normal dağılım gösterip göstermediğini tespit edebilmek için Kurtosis ve Skewness değerleri incelenmiştir. Yapılan analiz sonucunda bu değerlerin -1,5 ile +1,5 aralığında olduğu tespit edilmiştir. Tabachnick ve Fidell’e göre (2013) verilerin normal dağılım göstermesi için bu değerlerin -1,5 ile +1,5 arasında olması gerekmektedir. Bu sonuçlardan yola çıkarak psikolojik iyi oluş ile rekreasyon deneyimi arasındaki ilişkiyi ölçmek için Pearson korelasyon analizinden yararlanılmıştır. Tablo 6’ da yapılan Pearson korelasyon analizi sonuçlarına yer verilmiştir.

Tablo 6. Korelasyon Analizi Sonuçları

| | Psikolojik iyi oluş |
|-------------------------|---------------------|
| Öğrenmek | ,483** |
| Doğanın tadını çıkarmak | ,436** |
| Öğretmek | ,382** |
| Benzer insanlar | ,384** |
| İç gözlem | ,431** |
| Rekreasyon Deneyimi | ,558** |

** Korelasyon 0.01 düzeyinde önemlidir.

Korelasyon analizi sonucunda rekreasyon deneyimi ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğu görülmektedir ($r= 0,558$; $p < 0.01$). Bununla birlikte rekreasyon deneyimi ölçeğinin alt boyutları ile psikolojik iyi oluş arasında da pozitif ve anlamlı bir ilişki söz konusudur. Öğrenmek ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı ($r= 0,483$; $p < 0.01$), Doğanın tadını çıkartmak ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı ($r= 0,436$; $p < 0.01$), Öğretmek ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı ($r= 0,382$; $p < 0.01$), Benzer insanlar ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı ($r= 0,384$; $p < 0.01$), İç gözlem ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı ($r= 0,431$; $p < 0.01$) bir ilişki tespit edilmiştir. Bu sonuçlardan yola çıkarak psikolojik iyi oluş ile en yüksek korelasyonu gösteren rekreasyon deneyimi boyutu “öğrenmek”, en düşük korelasyonu gösteren ise “öğretmek”

olmuştur. Katılımcıların rekreasyon deneyimleri arttıkça psikolojik iyi oluşlarında bir artış olduğu; rekreasyon deneyimleri azaldıkça psikolojik iyi oluşlarında bir düşüş olacağı söylenebilir.

Regresyon Analizi Bulguları

Rekreasyon deneyiminin psikolojik iyi oluş üzerindeki etkisini belirleyebilmek için basit doğrusal regresyon analizinden yararlanılmıştır. Basit doğrusal regresyon analizi, bir bağımlı değişkenin tek bir bağımsız değişken ile arasındaki ilişkinin doğrusal fonksiyonla ifade edilmesi ile gerçekleşmektedir (Gürbüz ve Şahin, 2018: 270). Bu bağlamda yapılan basit doğrusal regresyon analizi sonuçları Tablo 7 ve Tablo 8’ de gösterilmektedir.

Tablo 7. Basit Doğrusal Regresyon Analizi Sonuçları

| <i>R</i> | <i>R</i> ² | Düzeltilmiş <i>R</i> ² | Tahminin Standart Hata |
|----------|-----------------------|-----------------------------------|------------------------|
| ,558 | ,311 | ,308 | ,65488 |

p <0.05 (Bağımlı değişken: Psikolojik iyi oluş. Bağımsız değişken: Rekreasyon deneyimi)

Tablo 7’de regresyon modelinin gözlemlenen veriye uyup uymadığı hakkında bilgi verilmektedir. Tabloda değişkenler arası ilişkiyi gösteren R değerinin 0.558 olduğu görülmektedir. Bu değer bir önceki bölümde hesaplanan pearson korelasyon analizi ile aynı katsayıdır. Tablodaki R² değeri bağımlı değişken olan psikolojik iyi oluştaki değişimlerin ne kadarının bağımsız değişken olan rekreasyon deneyimi tarafından açıklandığını göstermektedir. Buna göre bağımlı değişken olan psikolojik iyi oluştaki %31’lik değişimin bağımsız değişken olan rekreasyon deneyimine bağlı olduğu söylenebilir. Düzeltilmiş R² değeri psikolojik iyi oluştaki varyansın ne kadarının bağımsız değişken olan rekreasyon deneyimi tarafından açıklandığını göstermektedir. Bu doğrultuda psikolojik iyi oluştaki %31’lik varyansın rekreasyon deneyimine bağlı olduğu söylenebilir (Gürbüz ve Şahin, 2018: 270).

Tablo 8. Basit Doğrusal Regresyon Analizi Katsayılar

| Model | Standardize Edilmemiş Katsayılar | | Standardize Edilmiş Katsayılar | t | Anlamlılık |
|---------------------|----------------------------------|-----------|--------------------------------|--------|------------|
| | B | Std. Hata | Beta | | |
| 1 (Constant) | 1,406 | ,221 | | 6,371 | ,000 |
| Rekreasyon deneyimi | ,602 | ,058 | ,558 | 10,326 | ,000 |

a. Bağımlı değişken: Psikolojik iyi oluş

Tablo 8’de basit regresyon modelinin katsayılarına yer verilmiştir. Pozitif beta değeri, ilişkinin aynı yönde olduğunu göstermektedir. Beta değeri incelendiğinde rekreasyon deneyimindeki bir standart sapmalık değişme, bağımlı değişken olan psikolojik iyi oluşta 0,558’lik standart sapma oranında değişime neden olacağı görülmektedir. Tablodaki 0,558’lik

katsayı, rekreasyon deneyimindeki bir birimlik standart sapma oranında artış olduğunda, psikolojik iyi oluşun standart sapmasında %55,8'lik artış olacağını göstermektedir(Gürbüz ve Şahin, 2018: 270).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Sanayileşme sonrasında boş zamanların artması ve teknolojide yaşanan gelişmeler, rekreasyon kavramının da önem kazanmasını sağlamıştır (Akyürek ve Köroğlu, 2017: 1066). Bireyler boş zamanlarını kendilerine fayda sağlayacak en iyi şekilde değerlendirmek istemektedirler ve bu nedenle çeşitli rekreasyonel faaliyetlere katılmaktadırlar. Katıldıkları faaliyetlerde ise psikolojik, fiziksel, sosyal ve kültürel olmak üzere çeşitli deneyimler elde etmektedirler. Özellikle kendini yenileme ihtiyacı, günlük yaşam ya da iş kaynaklı stres, kendini iyi hissetme ve motive olmak (Tavazar ve Güzel, 2018: 2) gibi psikolojik ihtiyaçlar bireyleri rekreasyonel faaliyetlere katılmaya itmektir. Bu süreçlerde elde ettikleri deneyimler ise onların psikolojik açıdan iyi oluşlarına katkı sağlayabilmektedir. Çalışmanın amacı, rekreasyonel deneyim tercihi ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişki ve etkinin değerlendirilmesidir. Aralarındaki ilişki ve etkinin değerlendirilmesi için örneklem olarak Y kuşağı bireyler tercih edilmiştir. Bunun nedeni, daha önceden kuşaklar üzerinden her iki kavramın da değerlendirilmemiş olmasıdır. Y kuşağı özellikleri itibariyle eğlenme, keşif, anı yaşamak ve sevdikleriyle paylaşmak ve özgür olmak gibi özelliklere sahiptir (Tufur, 2011: 36) ve bu durum rekreasyonel olarak deneyimleri ile psikolojik iyi oluşları arasında ilişki bulunabileceği düşüncesini ortaya çıkarmaktadır.

Katılımcıların rekreasyonel faaliyetlere katılım amacı ağırlıklı olarak yürüyüş yapmak, piknik yapmak/mangal yakmak, çocuklarla birlikte vakit geçirmek olarak belirlenmiştir. Katılımcıların rekreasyonel alanları ziyaret etme sıklığı ağırlıklı olarak “Haftada iki veya üç kere” dir. Rekreasyonel alanlardaki ortalama kalış süreleri ağırlıklı olarak 1 Saat ile Yaklaşık 2 Saat Arasında olmakla birlikte rekreasyonel alanlardaki memnuniyet seviyelerini yüksek oranda “Memnunum” olarak belirtmişlerdir. Yapılan korelasyon analizi rekreasyon deneyimi ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki olduğunu göstermektedir. Ayrıca, rekreasyon deneyimi ölçeğinin alt boyutları ile psikolojik iyi oluş arasında pozitif ve anlamlı bir ilişki söz konusudur. Psikolojik iyi oluş ile en yüksek korelasyonu gösteren rekreasyon deneyimi boyutu “öğrenmek”, en düşük korelasyonu gösteren ise “öğretmek” olmuştur. Elde edilen sonuçlara göre, katılımcıların psikolojik iyi oluşları arttıkça rekreasyon deneyimlerinde bir artış olduğu; psikolojik iyi oluşları azaldıkça rekreasyon deneyimlerinde bir düşüş olacağı söylenebilir. Bu durum, bireylerin psikolojik iyi oluşları arttıkça rekreasyonel faaliyetlere katılımının arttığını göstermektedir ve bireyin iyi oluşunda yaşanan artışın bireyin yaşantısı ve davranış biçimini de olumlu yönde etkilediğini doğrular niteliktedir (Çakar ve İkiz, 2016: 3580). Regresyon değerleri incelendiğinde ise rekreasyon deneyimi psikolojik iyi oluş üzerinde % 31,1 oranında düşük düzeyde etkilidir. Araştırmada elde edilen bulgulara göre, rekreasyonel deneyim psikolojik iyi oluşu arttırsa da, psikolojik iyi oluş üzerinde önemli oranda bir etkiye sahip değildir.

Sonuç olarak, rekreasyonel deneyim ile psikolojik iyi oluş arasında anlamlı bir ilişki olduğu; ancak rekreasyonel deneyiminin psikolojik iyi oluşa etki düzeyinin yüksek seviyede olmadığı

tespit edilmiştir. Yerli ve yabancı literatürde rekreasyonel deneyim alanında yeterli sayıda çalışmaya rastlanılmamıştır. Bu nedenle rekreasyonel deneyim alanındaki literatür ile ilgili çalışmaların artırılması gerekmektedir. Bu çalışma sadece Y kuşakları üzerinde uygulanmıştır; fakat X kuşağı ya da Z kuşağı gibi farklı kuşaklara da uygulanıp kuşaklar arası kıyaslama gerçekleştirilebilir. Ayrıca, rekreasyonel deneyimin psikolojik yanları ile birlikte sosyal, kültürel, ekonomik yönleri de gelecek çalışmalarda ele alınabilir.

KAYNAKÇA

- Adıgüzel, O., Batur, H. Z., & Ekşili, N. (2014). Kuşakların değişen yüzü ve Y kuşağı ile ortaya çıkan yeni çalışma tarzı: mobil yakalılar. *Süleyman Demirel Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(19), 165-182.
- Akyürek, S., & Köroğlu, A. (2017). Yerli turistlerin rekreasyon alan ve faaliyetleri hakkındaki görüşleri üzerine bir araştırma: Bodrum ziyaretçileri örneği. *Uluslararası Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 10(54), 1065-1074. Doi: 10.17719/jisr.20175434674.
- Ap, J. (1986). Recreation trends and implications for government. R. Castle, D. Lewis & J. Mangan içinde, *Work, Leisure and Technology* (s. 167-183). Melbourne: Longman Cheshire.
- Atsız, O., Akova, O., & Ertuğral, S. M. (2017). *Rekreasyon deneyimi, destinasyon memnuniyeti ve sadakati arasındaki ilişkinin belirlenmesi: Munzur Vadisi Milli Parkı üzerine araştırma*. 4th International Regional Development Conference, 914-921.
- Ballantyne, R., Packer, J., & Falk, J. (2011). Visitors' learning for environmental sustainability: testing short- and long-term impacts of wildlife tourism experiences. *Tour Manage*, 32(6), 1243-1252. Doi: 10.1016/j.tourman.2010.11.003.
- Başoğlu, U. D. (2013). Relationships between participation in recreational activities and leadership behavior: a study on the secondary school students. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 15(2), 100-106. Doi: 10.15314-tjse.10317-200724.
- Bradburn, N. M. (1969). *The Structure of Psychological Well-Being*. Chicago: Aldine.
- Broadbridge, A. M., Maxwell, G. A., & Ogden, S. M. (2007). Experiences, perceptions and expectations of retail employment for generation Y. *Career Development International*, 12(6), 523-544. Doi: 10.1108/13620430710822001.
- Budruk, M., & Stanis, S. A. (2013). Place attachment and recreation experience preference: a further exploration of the relationship. *Journal of Outdoor Recreation and Tourism*, 1-2, 51-61. Doi: 10.1016/j.jort.2013.04.001.
- Carruthers, C. P., & Hood, C. D. (Second Quarter 2004). The Power of the Positive: Leisure and Well-Being. *Therapeutic Recreation Journal*, 38(2), 225-245.
- Chida, Y. M., & Steptoe, A. D. (2008). Positive psychological well-being and mortality: a quantitative review of prospective observational studies. *Psychosomatic Medicine*, 70(7), 741-756. Doi: 10.1097/PSY.0b013e31818105ba.
- Cottrell, S. P., Lengkeek, J., & Marwijk, R. V. (2005). Typology of recreation experiences: application in a dutch forest service visitor monitoring survey. *Managing Sport and Leisure*, 10(1), 54-72. Doi: 10.1080/13606710500086827.
- Çakar, F. S., & İkiz, F. (2016). Psikolojik iyi oluş, yardım arama tutumu ve benlik saygısının psikolojik danışman adaylarının psikolojik belirtilerine etkisi. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 3571-3587. Doi: 10.14687/jhs.v13i2.3865.

- Çakır, O. (2017). Rekreasyon kavramı ve teorileri. M. Akoğlan Kozak içinde, *Rekreasyonel liderlik ve turist rehberliği: kavram ve kuramlar üzerinden bir analiz* (s. 36-54). Ankara: Detay Yayıncılık.
- Çelik, H.E. ve Yılmaz, V. (2013). *Yapısal eşitlik modellemesi temel kavramlar uygulamalar programlama*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. & Büyüköztürk, Ş. (2014). *Çok değişkenlik istatistik SPSS ve LISREL uygulamaları* (Üçüncü Baskı) Ankara: Pegem Akademi Yayınları.
- Driver, B. L. (1976). *Toward a better understanding of the social benefits of outdoor recreation participation*. Southern States Recreation Research Applications Workshop, 163-189. Available online at <https://www.fs.usda.gov/treearch/pubs/23841>.
- Driver, B. L., Brown, P. J., & Peterson, G. L. (1991). Benefits of leisure (pp.263-286). In *Preliminary drafts of the chapters in this volume were presented at a workshop of the authors in Snowbird*. Utah: Venture Publishing.
- Dumazedier, J. (1974). *Sociology of leisure*. Amsterdam: Elsevier.
- Gürbüz, S., & Şahin, F. (2018). *Sosyal Bilimlerde Araştırma Yöntemleri* (5. Baskı). Ankara: Seçkin.
- Iso-Ahola, S. E. (1983). Towards a social psychology of recreational travel. *Leisure Studies*, 2(1), 45-56. Doi: 10.1080/02614368300390041.
- Iwasaki, Y., & Smale, B. J. (1998). Longitudinal analyses of the relationships among life transitions, chronic health problems, leisure, and psychological well-being. *Leisure Sciences*, 20(1), 25-52. Doi: 10.1080/01490409809512263.
- Karacaoğlu, K., & Köktaş, G. (2016). Psikolojik dayanıklılık ve psikolojik iyi olma ilişkisinde iyimserliğin aracı rolü: hastane çalışanları üzerine bir araştırma. *İş ve İnsan Dergisi*, 3(2), 119-127. Doi: 10.18394/iid.20391.
- Kavalcı, K., & Ünal, S. (2016). Y ve Z kuşaklarının öğrenme stilleri ve tüketici karar verme tarzları açısından karşılaştırılması. *Atatürk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 20(3), 1033-1050.
- Keleş, H. N. (2011). Y kuşağı çalışanlarının motivasyon profillerinin belirlenmesine yönelik bir araştırma. *Organizasyon ve Yönetim Bilimleri Dergisi*, 3(2), 129-139.
- Keleş, H. N. (2017). Anlamlı iş ile psikolojik iyi oluş ilişkisi. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 5(1), 154-167.
- Kim, H., Knight, D. K., & Crutsinger, C. (2009). Generation Y employees' retail work experience: The mediating effect of job characteristics. *Journal of Business Research*, 62(5), 548-556. Doi: 10.1016/j.jbusres.2008.06.014.
- Köse, S.K. (2018). Korelasyon ve regresyon analizi ders notları. http://file.toraks.org.tr/TORAKSFD23NJKL4NJ4H3BG3JH/mse-ppt-pdf/Kenan_KOSE3.pdf, Erişim Tarihi: 13 Mart 2019.
- Kyle, G.T., Graefe, A. & Manning R.E. (2004). Attached recreationists "who are they?". *Journal of Park and Recreation Administration*, 22(2), 65-84.
- Kyles, D. (2005). Managing your multigenerational workforce. *Strategic Finance*, 87(6), 52-55.
- Lee, T. H., & Jan, F.H. (2015a). The effects of recreation experience, environmental attitude, and biospheric value on the environmentally responsible behavior of nature-based tourists. *Environmental Management*, 56(1), 1-16. Doi: 10.1007/s00267-015-0488-y.
- Lee, T. H., & Jan, F.H. (2015b). The influence of recreation experience and environmental attitude on the environmentally responsible behavior of community-based tourists in Taiwan. *Journal of Sustainable Tourism*, 23(7), 1063-1094. Doi: 10.1080/09669582.2015.1032298.

- Li, C.L., & Wang, C.Y. (2012). The factors affecting life satisfaction: recreation benefits and quality of life perspectives. *Sports & Exercise Research*, 14(4), 407-418. Doi:10.5297/ser.1404.001.
- Lower, J. (2008). Brace yourself here comes generation Y. *Critical Care Nurse*, 28(5), 80-85.
- McLean, D. D., Hurd, A. R., & Rogers, N. B. (2007). *Kraus' recreation and leisure in modern society*. Nevada: Jones & Bartlett Learning.
- Orel, F. D., & Yavuz, M. C. (2003). Rekreasyonel turizmde müşteri potansiyelinin belirlenmesine yönelik pilot çalışma. *Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 11(11), 61-76.
- Özen, Y. (2010). Kişisel sorumluluk bağlamında öznel ve psikolojik iyi oluş (sosyal psikolojik bir değerlendirme). *T.C. Dicle Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Elektronik Dergisi*, 2(4), 46-58.
- Pitt-Catsouphes, M., Matz-Costa, C., & Besen, E. (2009). Age & generations: Understanding experiences at the workplace. *Research Highlight*, 6(March), 1-43.
- Raadik, J., Cottrell, S. P., Fredman, P., Ritter, P., & Newman, P. (2010). Understanding recreational experience preferences: application at Fulufjället National Park, Sweden. *Scandinavian Journal of Hospitality and Tourism*, 10(3), 231-247. Doi: 10.1080/15022250.2010.486264.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: a review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annu Rev Psychol*, 52, 141-166. Doi:10.1146/annurev.psych.52.1.141.
- Ryff, C. D. (1995). Psychological well-being in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99-104.
- Ryff, C. D., Magee, W. J., Kling, K. C., & Edgar, H. W. (1999). Forging macro-micro linkages in the study of psychological well-being. (Ed., V. W. C. D. Ryff). İçinde, *The Self and Society in Aging Processes* (s. 247-278). New York: Springer.
- Sa'aban, S., Ismail, N., & Mansor, M. F. (2013). *A study on generation Y behaviour at workplace*. International Conference on Business Innovation, Entrepreneurship and Engineering, (s. 549-551).
- Sagone, E., & Caroli, M. E. (2014). Relationships between psychological well-being and resilience in middle and late adolescents. *Procedia-Social and Behavioral Sciences* (141), 881-887. Doi: 10.1016/j.sbspro.2014.05.154.
- Sarı, T., & Çakır, S. G. (2016). Mutluluk korkusu ile öznel ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 5(25), 222-229.
- Sarıcaoğlu, H., & Arslan, C. (2013). An investigation into psychological well-being levels of higher education students with respect to personality traits and self-compassion. *Educational Sciences: Theory & Practice*, 13(4), 2097-2104. Doi: 10.12738/estp.2013.4.1740.
- Scully, D., Kremer, J., Meade, M. M., Graham, R., & Dudgeon, K. (1998). Physical exercise and psychological well being: a critical review. *British Journal of Sports Medicine*, 32(2), 111-120. DOI: 10.1136/bjism.32.2.111.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*. (sixth ed.) Pearson: Boston.
- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2015). *Çok değişkenli istatistiklerin kullanımı*. (B. Bıçak, Çev.) Ankara: Nobel.
- Taş, H. Y., Demirdöğmez, M., & Küçükoğlu, M. (2017). Geleceğimiz olan Z kuşağının çalışma hayatına muhtemel etkileri. *Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 7(13), 1031-1048. Doi: 10.26466/opus.370345.
- Tavazar, H., & Güzel, P. (2018). Rekreasyonel faaliyetlerin sürdürülebilir etkinlik yönetimindeki rolünün incelenmesi. *Atatürk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 20(4), 1-19.
- Tsaur, S.-H., & Yen, C.-H. (2018). Work-leisure conflict and its consequences: do generational differences matter?. *Tourism Management*, 69, 121-131. DOI: 10.1016/j.tourman.2018.05.011.

Tufur, M. (2011). Türkiye'nin Y Kuşağı. *MediaCat Özel Eki Mayıs sayısı*, 35-36.

Vázquez, C., Hervás, G., Rahona, J. J., & Gómez, D. (2009). Psychological Well-Being and Health. Contributions of Positive Psychology. *Annuary of Clinical and Health Psychology* 5(2009), 15-27.

Wang, Y.H., Wang, Y.H., Chiu, J.H., Liou, J.Y., & Yang, Y.S. (2015). Recreation benefit, recreation experience, satisfaction, and revisit intention –evidence from Mo Zai Dun Story Island. *Journal of Business & Economic Policy*, 2(2), 53-61.

Williams, K. C., & Page, R. A. (2011). Marketing to the Generations. *Journal of Behavioral Studies in Business*, 3, 1-17. Available online at <https://www.researchgate.net/publication/242760064>.

Wright, T. A., & Cropanzano, R. (2000). Psychological Well-Being and Job Satisfaction As Predictors of Job Performance. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5(1), 84-94. Doi: 10.1037//1076-8998.5.1.84.

Zapf, D. (2002). Emotion Work and Psychological Well-Being: A Review of the Literature and Some Conceptual Considerations. *Human Resource Management Review*, 12(2), 237-268. Doi: 10.1016/S1053-4822(02)00048-7.



Bu eser [Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.



Views of Turkish Football Super League (Süperlig) Fans on Fanaticism and Violence*

Sercan KURAL^{1†}, Oğuz ÖZBEK²

¹ Bartın University Faculty of Sports Sciences, Bartın, Turkey

² Ankara University Faculty of Sports Sciences, Ankara, Turkey

Original Article

Received: 02.09.2019

Accepted: 25.09.2019

DOI: 10.25307/jssr.614354

Online Publishing: 31.12.2019

Abstract

The objective of this research is to examine the violent and fanatical tendencies of Turkish Football Süperlig team supporters in Ankara, their attitudes towards preventing violence and their views on violence. This research uses the quantitative method and is based on the relational survey model. The research sample group comprises of 754 individuals. The "Football Supporter Fanaticism Scale" (FSFS) was used in the research to collect data in this research. A significant difference was not established between football fans' views on fanaticism and violence on the basis of their gender. However, a significant difference was identified between the opinions of football fans on fanaticism and violence based on the variable that is the team they support, on the sub-scale of the tendency towards violent thoughts and actions. A significant difference was not found with respect to the sub-scale of institutional attachment. According to the fans, one of the primary subjects regarding violence in football that must be highlighted is the level of education of the fans. Additionally, it was identified that gender, as well as the economic level of the supporters, is also influential on the appearance of violence. As a result, it is evident that factors such as education, age, income status are impactful with respect to the violent actions of football fans.

Keywords: Football, fan, violence, fanaticism.

INTRODUCTION

Recently, sports; which establishes peace among people, and which has become an essential and significant instrument for games, entertainment, competition, and recreation, is implicit of concepts such as health, beauty, success (Yetim, 2008). Sports, as a concept, include activities which are done for the purpose of contesting, getting excited, competing and winning a competition" (Güllü, 2017) and it is a social event which cannot possibly be analyzed exclusive of society (Zivanovic and Randelovic, 2011). Fanaticism or fanatic supporters are always a matter of discussion when it comes to sports.

The subjects of fanaticism and fanatic behavior have been studied for a time (Dwyer et al., 2016). Fanaticism means the characterization of an extreme sense of belief between

* This study was presented as a oral paper in the 15th congress of sports sciences.

†Corresponding Author: Sercan KURAL, E-mail: sercankural@hotmail.com

supporters and the team which they support. Hunt et al. (1999) examine fans under five different categories: the group of supporters called 'temporary fans' only supports their team under convenient circumstances; the second group is the group of fans that only supports the local team of their geographical region. Another group is the fans who are devoted to their team; this group includes fans that support their team regardless of resources of geographical distances. The group of fans called the fanatical fans is extremely faithful to their team. The final group of fans is the dysfunctional group. This type of groups puts their identity in the center rather than any sense of attachment and can easily engage in anti-social behavior or acts of violence (Dalpian et al., 2014). Apart from fanaticism, the concept of hooliganism should also be addressed with respect to other violent and aggressive behavior.

The term 'hooligan' emerged after the Daily News newspaper gave the name 'Hooligans' to the groups of fans who pick fights at the games played in England. Hooliganism is not an easy term to define and still does not have a definite definition despite there being hundreds of studies, books, and reports on this subject all around the world since the last 40 years (Radman, 2014). According to one of the definitions, hooliganism is to perpetrate physical violence or to inflict damage on properties and possessions (Bodin and Robene, 2014). Despite the belief that hooliganism and violence are mostly seen in football competitions, nowadays, similar problems are seen in other professional sports branches (basketball, volleyball, ice hockey, etc.), as well (Oojen, 2012). The emergence of violent acts is very likely in the case of hooliganism. The word violence derives from the Latin word "violentia" and implies a tough, cruel personality or power (Şahin, 2003). According to Galtung (1969), there are six important aspects to violence in general; first of which is the physical and psychological aspect of violence. The primary goal of violence is to hurt and cause damage. In psychological terms, violence involves any situation that diminishes one's mental potential such as lying, brainwashing, dictating something on someone, and making threats. The second aspect is the consideration whether the impacts of violence is positive or negative; in this case, violence can be perceived as a (positive or negative) sanction or a physical act. The third aspect of violence is the focus on acts involving human actions or threats. Another aspect is individual or collective acts of violence. The fifth aspect is whether an act of violence was deliberate or without deliberate intent. The final aspect is whether an act of violence was committed openly or in secret (Gregory, 2005). Regardless of the aspect of violence, negative consequences are very probable due to causing harm to someone or something. Violence can come in collective or interpersonal forms as well as in the form of inflicting violence on one's own self. It is a clear fact that there is a relationship between violence and aggression which is a behavioral pattern existing in almost all societies.

There are various views and theories on which such views are based with regard to describing the reasons for aggression. For instance, whereas psychologists tend to explain aggression on the basis of a plan comprising psychological causes, descriptions given by ethologists are mostly based on biological grounds (Brennan, 1998). Aggression is not an attitude or an emotion, but a physical or verbal act and involves physical or psychological damage and hurt (Weinberg and Gold, 2011). The primary theories on aggression are the psycho-analytical theory, the biological theory, the theory of learning and the theory of social learning. The psychoanalytical theory "is the first theory to introduce the fact that aggression must be accepted as an intrinsic part of psychological integrity. The psychoanalytical theory, which

suggests that aggression and sexuality are basic human instincts, claims that these instincts are inherent since birth and direct a person's life" (Poussard and Çamuroğlu, 2015). The biological theory asserts that the factor of genetics plays a role in acts of aggression and argues that the brain and the central nervous system give rise to aggressive behavior, that violence involves a chemical, hormonal and genetical process which is why such a biological mechanism in an organism will unavoidably lead to acts of aggression or violence (Bilgin, 1995; qtd. in: Ziyagil et al., 2014).

The social learning theory interprets aggression as an act that is learned by observing other people (Brennan, 1998). Like other behavior patterns, aggression is also learned by human beings through direct experience or through observing others. Picking up aggressive behavior provides helpful ideas to understand and explain the beliefs and expectations that drive social behavior through the learning processes based on observation (Anderson and Bushman, 2002). Despite the fact that most human behavior is influenced by genetic constitution, socialization processes may shape our behavior in specific forms by encouraging certain beliefs and attitudes and offering certain experiences (Cusimano et al., 2016).

The social learning theory can initially be examined on an individual basis; however, it can also contribute to studying the changes that affect a larger group or community in advancing relationships (Khalil et al., 2017). Watching acts of violence will trigger the emergence of violence (Bandura 1977, qtd. in: Rollins 2014). In other words, the more violent behavior there is, the faster violence and aggression will continue to increase. Bandura argues that almost all behavior can be learned through experience and observation (Bandura, 1977 qtd. in: Kalkstein et al., 2016).

The subject of violence in sports has gained a great deal of attention in studies in the international arena (Scholz, 2016; Živanović and Randelović, 2011; Guivernau and Duda, 2002; Patsantaras, 2012). In his study Scholz, (2016), determines that a majority of fans consider racist statements to be the most severe one amongst acts of violence. Furthermore, Scholz states that the factors leading to violence mostly arise from alcohol or other addictive substances and from referee mistakes. Živanović and Randelović (2011) state in their study that violence in sports is an extremely complex phenomenon that occurs in various forms and that the causes of violence are related to social and cultural values in accordance with the goals set by an individual, however, violence mostly occurs in association with society as a whole and with social groups. Guivernau and Duda (2002) argue that in cases where football coaches encourage violent behavior, athletes will resort to such kinds of behavior more often. Patsantaras (2012) emphasizes the importance of considering how various socio-cultural and emotional conditions at football stadiums are shaped.

Due to the senses of ambition and competition it embodies, football has a significant role in the occurrence of violence and aggression. These senses of ambition and competition may have a negative impact both on the athletes in the field and on the fans and audience outside of the field. This research assesses the attitude of football audiences in Ankara toward acts of violence. The objective of the research is to study the violent and fanatical tendencies of the Football Süperlig team supporters in Ankara, their attitudes towards preventing violence and their views on violence.

MATERIAL AND METHODS

Quantitative method was used in the research, and the research model is the survey model. Approval was obtained from the Ethics Committee of Ankara University upon the decision no. 52 dated February 13, 2017 for the ethical compliance of the research. The research population consists of fans of "Osmanlıspor" and "Gençlerbirliği" football teams in Ankara playing in the Süperlig, and passolig/e-ticket holders. Süperlig is the top level professional football league in Turkey. Convenience sampling, which is one of the non-random sampling methods, was used in sample selection. Osmanlıspor has 17,692 and Gençlerbirliği has 10,464 fans who hold a passolig/e-ticket (passolig.com.tr). According to Ural and Kılıç (2006), the number of samples to be taken from a 20,000-person population for 0,05 tolerable error is 377 participants; the number of samples to be taken from an 11,000-person population is 375 people. In this case, sample numbers for Osmanlıspor and Gençlerbirliği are 377 and 375, respectively.

Data Collection Tool

The "Football Supporters Fanaticism Scale" (FSFS) developed by Taşmektepligil et al. (2014) was used as a data collection tool. The first eight-point part (primary factor) of the scale consisting of 13 items in total represents the "tendency of fans towards violent thoughts and acts"; and the final five-point part (secondary factor) represents the fans' attitude with respect to the sense of "institutional attachment". The scale items were assessed in accordance with the 4-point Likert-type rating scale where the four options are: (1) Strongly Agree, (2) Agree, (3) Disagree and (4) Strongly Disagree. Based on the total points scored by the audience who were surveyed according to the scale criteria based on 13 questions; an overall score in the 13-21 range represented "fanatical", the 22-30 range represented "team supporter", and the 31-52 range represented "football lover".

Data Analysis

The normality distribution of the data was studied by using the Kolmogorov-Smirnov test. Since the data were not distributed normally, the non-parametric Mann Whitney U and Kruskal-Wallis tests were used for groups of two and for groups of more than two, respectively. In cases where there was a distinction between groups as a result of the Kruskal-Wallis test, Dunn's Multiple Comparison Test was used to identify the distinct group. The internal consistency of the subdimensions were acceptable and $\alpha=0.74$ for both of them. The internal consistency for the whole scale (i.e., 13 items) was $\alpha=0.81$.

RESULTS

This section comprises the findings regarding the data obtained in the research.

Table 1. Demographic characteristics of participants

| Variables | f | % | |
|------------------------------|-------------------------|------------|------------|
| Age | 18-23 | 214 | 28,4 |
| | 24-29 | 212 | 28,1 |
| | 30-35 | 123 | 16,3 |
| | 36-41 | 79 | 10,5 |
| | 42 and over | 126 | 16,7 |
| | Total | 754 | 100 |
| Gender | Male | 704 | 93,4 |
| | Female | 50 | 6,6 |
| | Total | 754 | 100 |
| Educational Status | Primary school | 36 | 4,8 |
| | Secondary school | 112 | 14,9 |
| | High school | 380 | 50,4 |
| | Associate degree | 54 | 7,2 |
| | Bachelor's degree | 172 | 22,8 |
| | Total | 754 | 100 |
| Occupational Status | Public servant | 96 | 12,7 |
| | Self-employed | 210 | 27,9 |
| | Laborer | 243 | 32,2 |
| | Retired | 54 | 7,2 |
| | Student | 123 | 16,3 |
| | Unemployed | 28 | 3,7 |
| | Total | 754 | 100 |
| Income Status | 236 \$ and less | 114 | 15,1 |
| | 237 \$-364\$ | 285 | 37,8 |
| | 365 \$-492\$ | 201 | 26,7 |
| | 493 \$-620\$ | 64 | 8,5 |
| | 621 \$-747\$ | 48 | 6,4 |
| | 748\$ and over | 42 | 5,6 |
| | Total | 754 | 100 |
| Supporters Club | Yes | 306 | 40,6 |
| | No | 448 | 59,4 |
| | Total | 754 | 100 |
| Frequency of watching a game | Once a week | 131 | 17,4 |
| | Once every two weeks | 212 | 28,1 |
| | Once every three weeks | 90 | 11,9 |
| | Once a month | 94 | 12,5 |
| | Once every two months | 41 | 5,4 |
| | Once every three months | 186 | 24,7 |
| | Total | 754 | 100 |

If we look at the ages of the fans participating in the study, most of the participants are in the 18-29 range. When the gender variable is considered, the majority consists of male participants. When the level of education of the participants are considered, most of the participants are high school graduates.

Table 2. Mann Whitney U Test analysis of fan views according to gender

| Sub-scales | Gender | N | Mean | Rank Difference | Total Rank | U | P* |
|--|--------|-----|------|-----------------|------------|---------|------|
| Tendency towards Violent Thought and Act | Male | 704 | 3.16 | 380.58 | 267927 | 15433 | .144 |
| | Female | 50 | 3.06 | 334.16 | 16708 | | |
| Institutional Attachment | Male | 704 | 2.14 | 373.58 | 262997 | 14837 | .062 |
| | Female | 50 | 2.34 | 432.76 | 21638 | | |
| Total | Male | 704 | 2.77 | 376.67 | 265175.5 | 17015,5 | .694 |
| | Female | 50 | 2.78 | 389.19 | 19459.5 | | |

*p<0.05

As seen in Table 2, a significant difference could not be found in the sub-dimensions of the scale as well as overall as a result of the "Mann Whitney U" test conducted regarding fan views based on the gender variable [U=15433, p>0.05].

Table 3. Mann Whitney U Test analysis of fan views according to the team they support

| Sub-scales | Team | N | Mean | Mean Rank | Total Rank | U | P* |
|--|----------------|-----|------|-----------|------------|-------|-------|
| Tendency towards Violent Thought and Act | Osmanlıspor | 377 | 3.08 | 341.7 | 128822 | 57569 | .000* |
| | Gençlerbirliği | 377 | 3.22 | 413.3 | 155813 | | |
| Institutional Attachment | Osmanlıspor | 377 | 2.18 | 388.4 | 146443 | 66939 | .165 |
| | Gençlerbirliği | 377 | 2.11 | 366.5 | 138192 | | |
| Total | Osmanlıspor | 377 | 2.74 | 356.4 | 134382 | 63129 | .008* |
| | Gençlerbirliği | 377 | 2.80 | 398.5 | 150253 | | |

*p<0.05

As seen in Table 3, a significant difference was found in the "Tendency towards Violent Thought and Act" sub-scale as a result of the "Mann Whitney U" test conducted on fans on the basis of the team which they support [U=57569, p<0.05]. when the mean ranks considered, it is evident that the perception of Gençlerbirliği fans (x=413.3) on "tendency towards violent thought and act" is lower in comparison to the Osmanlıspor fans (x=341.7). A significant difference at a rate of 0.05 was identified following the "Mann Whitney U" test conducted on the mean values of the overall points on the football supporter fanaticism scale [U=63129, p<0.05]. Accordingly, when the overall score averages are considered, it is evident that Gençlerbirliği fans (x=36.41) have a higher score than Osmanlıspor fans (x=35.63).

Table 4. Mann Whitney U Test analysis according to membership to a supporters club of the team supported by fans

| SCALE | Fan Membership | N | Mean | Mean Rank | Total Rank | U | P* |
|--|----------------|-----|------|-----------|------------|---------|-------|
| Tendency towards Violent Thought and Act | Yes | 306 | 3.20 | 395.2 | 120946.5 | 63112.5 | .064 |
| | No | 448 | 3.12 | 365.3 | 163688.5 | | |
| Institutional Attachment | Yes | 306 | 2.00 | 323.1 | 98887.0 | 51916.0 | .000* |
| | No | 448 | 2.25 | 414.6 | 185748.0 | | |
| Total | Yes | 306 | 2.74 | 363.7 | 111317.0 | 64346.0 | .152 |
| | No | 448 | 2.78 | 386.8 | 173318.0 | | |

*p<0.05

As seen in Table 4, a significant difference was identified in the "Institutional Attachment" sub-scale as a result of the "Mann Whitney U" test conducted on football audiences based on the variable of membership to a supporters' club [U=51916, p<0, 05]. When the mean ranks (or scores) considered, it was identified that fans who do not have a supporters' club membership (x=414.6), have higher scores than the fans who do have a supporters' club membership (x=323.1). when the scores are examined, it is seen that the "institutional attachment" perception of participants who are members of a supporters' club is higher than the participants who are not members of any supporters' club.

Table 5. Kruskal Wallis Test analysis of fan views according to age

| Sub-dimensions | Age | N | Mean | Mean Rank | sd | X ² | P* | Difference |
|--|--------------|-----|------|-----------|----|----------------|-------|---------------------------|
| Tendency towards Violent Thought and Act | 18-23 | 214 | 3.00 | 314.3 | 4 | 59.7 | .000* | 18-23<30-35, 42 and above |
| | 24-29 | 212 | 3.07 | 341.5 | | | | |
| | 30-35 | 123 | 3.31 | 438.2 | | | | |
| | 36-41 | 79 | 3.18 | 393.8 | | | | |
| | 42 and above | 126 | 3.37 | 475.7 | | | | |
| Institutional Attachment | 18-23 | 214 | 2.13 | 368.2 | 4 | 7.27 | .122 | - |
| | 24-29 | 212 | 2.15 | 379.1 | | | | |
| | 30-35 | 123 | 2.14 | 372.3 | | | | |
| | 36-41 | 79 | 2.04 | 340.7 | | | | |
| | 42 and above | 126 | 2.25 | 418.5 | | | | |
| Total | 18-23 | 214 | 2.66 | 326.6 | 4 | 42.6 | .000* | 18-23<30-35,42 and above |
| | 24-29 | 212 | 2.72 | 351.2 | | | | |
| | 30-35 | 123 | 2.86 | 423.6 | | | | |
| | 36-41 | 79 | 2.74 | 368.5 | | | | |
| | 42 and above | 126 | 2.94 | 468.6 | | | | |
| | | | | | | | | 24-29<30-35,42 and above |
| | | | | | | | | 36-41<42 and above |

*p<0.05

As seen in Table 5, there is a significant difference in the overall scale as a result of the Kruskal-Wallis analysis conducted on fan views based on the age variable [$\chi^2(4)= 42.6$, $p<0.05$]. Results of the Dunn's Multiple Comparison test conducted to determine from which age group such a significant difference arises demonstrated that the 18-29 age group has a lower score average than the 30-42 and above age group; and the 24-29 age group has a lower score average than the 30-42 and above age group.

A significant difference was not found in the "Institutional Attachment" sub-scale of the scale [$\chi^2(4)= 7.27$, $p<0,05$]. However, a significant difference was present in the "Tendency towards Violent Thought and Act" [$\chi^2(4)= 44.3$, $p<0.05$] sub-scale. According to the Dunn's Multiple Comparison test conducted to determine from which age group such a significant difference arises in the "Tendency towards Violent Thought and Act" sub-scale, the 18-23 age group, and the 24-29 age group have a lower score than the 30-35 and 42 and above age groups, and the 30-35 and 42 and above age groups, respectively.

Table 6. Kruskal Wallis Test analysis of fan views according to fans' professions

| Scale | Profession | N | Mean | Mean Rank | sd | X ² | P* | Difference |
|--|----------------|----|------|-----------|----|----------------|-------|--|
| Tendency towards Violent Thought and Act | Public servant | 96 | 3,40 | 478,5 | 5 | 35,0 | ,000* | Student, Self-employed, Laborer, Unemployed< Public servant |
| | Self-employed | 21 | 3,09 | 347,6 | | | | |
| | Laborer | 24 | 3,17 | 379,6 | | | | |
| | Retired | 54 | 3,26 | 433,0 | | | | |
| | Student | 12 | 3,03 | 332,0 | | | | |
| | Unemployed | 28 | 2,93 | 329,0 | | | | |
| Institutional Attachment | Public servant | 96 | 2,12 | 371,2 | 5 | 22,8 | ,000* | Student<Laborer, Retired Self-employed<Retired Public servant<Retired |
| | Self-employed | 21 | 2,10 | 361,9 | | | | |
| | Laborer | 24 | 2,20 | 396,2 | | | | |
| | Retired | 54 | 2,42 | 480,4 | | | | |
| | Student | 12 | 2,01 | 323,9 | | | | |
| | Unemployed | 28 | 2,23 | 389,4 | | | | |
| Total | Public servant | 96 | 2,91 | 447,0 | 5 | 32,8 | ,000* | Student<Laborer, Public servant, Retired Self-employed<Public servant, Retired |
| | Self-employed | 21 | 2,71 | 349,5 | | | | |
| | Laborer | 24 | 2,80 | 389,3 | | | | |
| | Retired | 54 | 2,94 | 463,5 | | | | |
| | Student | 12 | 2,64 | 315,2 | | | | |
| | Unemployed | 28 | 2,66 | 352,8 | | | | |

*p<0.05

As is evident in Table 6, there was a significant difference in the overall scale as a result of the Kruskal-Wallis analysis conducted on fan's views according to profession [$\chi^2(5)= 32.8$, $p<0.05$]. Results of the Dunn's Multiple Comparison test conducted to determine from which

age group such a significant difference arises demonstrated that the student group had a lower score average than the public servant and retired groups, and the self-employed group had a lower score average than the public servant and retired groups.

When the views on sub-scales on the basis of the profession variable are examined, there were significant differences in the “Tendency towards Violent Thought and Act” [$\chi^2(5)=35.0$, $p<0.05$] and “Institutional Attachment” [$\chi^2(5)=22.8$, $p<0.05$] sub-scales. Results of the Dunn's Multiple Comparison test conducted to determine from which age group such a significant difference arises demonstrated that, in the “Tendency towards Violent Thought and Act” sub-scale, Student, Laborer, Unemployed and Self-employed groups had a lower score average than the Public servant groups. In the "Institutional Attachment” sub-scale, it was seen that the students had a lower score than the Laborers and the Retired; the Self-employed group had a lower score average than the Retired group and the Public servant group had a lower score average than the Retired group.

Table 7. Kruskal Wallis Test analysis based on fan views according to their income status

| SCALE | Income Status | N | Mean | Mean Rank | sd | X ² | P* | Difference |
|--|-----------------|-----|------|-----------|----|----------------|-------|--|
| Tendency towards Violent Thought and Act | 236 \$ and less | 114 | 3,06 | 356,5 | 5 | 56,7 | ,000* | 237-364<365-492, 493-620, 621-747 and 748 and above 236and less<493-620, 748 and above |
| | 237 \$-364\$ | 285 | 3,01 | 317,1 | | | | |
| | 365 \$-492\$ | 201 | 3,23 | 403,6 | | | | |
| | 493 \$-620\$ | 64 | 3,36 | 468,7 | | | | |
| | 621 \$-747\$ | 48 | 3,29 | 438,8 | | | | |
| | 748\$ and over | 42 | 3,49 | 509,9 | | | | |
| Institutional Attachment | 236 \$ and less | 114 | 2,10 | 354,7 | 5 | 13,8 | ,016* | 493-620<237-364 |
| | 237 \$-364\$ | 285 | 2,23 | 410,4 | | | | |
| | 365 \$-492\$ | 201 | 2,12 | 367,4 | | | | |
| | 493 \$-620\$ | 64 | 1,99 | 318,9 | | | | |
| | 621 \$-747\$ | 48 | 2,10 | 348,6 | | | | |
| | 748\$ and over | 42 | 2,17 | 386,1 | | | | |
| Total | 236 \$and less | 114 | 2,69 | 346,7 | 5 | 21,6 | ,001* | 236 and less<748 and above 237-364<748 and above |
| | 237 \$-364\$ | 285 | 2,71 | 350,0 | | | | |
| | 365 \$-492\$ | 201 | 2,80 | 392,6 | | | | |
| | 493 \$-620\$ | 64 | 2,83 | 415,0 | | | | |
| | 621 \$-747\$ | 48 | 2,83 | 400,7 | | | | |
| | 748\$ and over | 42 | 2,98 | 490,8 | | | | |

* $p<0.05$

As is evident from Table 7, the Kruskal-Wallis analysis results regarding fan views according to income status demonstrated a significant difference in the overall scale [$\chi^2(4)=21.6$, $p<0.05$]. According to the Dunn's Multiple Comparison test conducted to determine from which age group such a significant difference arises, it was seen that the 236 \$ and below income group had a lower score average than the 748\$ and above income group; and the 237-364\$ income group had a lower score average than the 748\$ and above income group.

When the fan opinions on sub-scales are examined according to income status, significant differences are present in the “Tendency towards Violent Thought and Act” [$\chi^2(5)= 56.7$, $p<0.05$] and the “Institutional Attachment” [$\chi^2(5)= 13.8$, $p<0.05$] sub-scales. According to the Dunn's Multiple Comparison test conducted to determine from which age group such a significant difference arises in the "Tendency towards Violent Thought and Act" sub-scales, it was seen that the 237\$-364\$ income group had a lower score than the 365\$-492\$, 620\$-747\$, 493\$-620\$ and the 747\$ and above income groups; on the other hand, the 236\$ and below income group had a lower score than the 747\$ and above income group. In the "Institutional Attachment" sub-scales, the 493\$-620\$ income group had a lower score than the 237\$-364\$ income group.

Table 8. Kruskal Wallis Test analysis based on fan views according to their educational level

| SCALE | Education | N | Mean | Mean Rank | sd | X ² | P* | Difference |
|--|-------------------|-----|------|-----------|----|----------------|-------|---|
| Tendency towards Violent Thought and Act | Primary school | 36 | 3,06 | 343,4 | 4 | 56,8 | ,000* | Primary school, High school, Secondary school, Associate degree<Bachelor's degree |
| | Secondary school | 112 | 2,98 | 302,0 | | | | |
| | High school | 380 | 3,11 | 358,4 | | | | |
| | Associate degree | 54 | 3,09 | 360,9 | | | | |
| | Bachelor's degree | 172 | 3,40 | 481,1 | | | | |
| Institutional Attachment | Primary school | 36 | 2,28 | 417,6 | 4 | 8,39 | ,078 | - |
| | Secondary school | 112 | 2,28 | 423,4 | | | | |
| | High school | 380 | 2,13 | 371,6 | | | | |
| | Associate degree | 54 | 2,09 | 352,0 | | | | |
| | Bachelor's degree | 172 | 2,10 | 360,1 | | | | |
| Total | Primary school | 36 | 2,76 | 377,57 | 4 | 23,9 | ,000* | Secondary school, Associate degree, < Bachelor's degree |
| | Secondary school | 112 | 2,71 | 347,11 | | | | |
| | High school | 380 | 2,73 | 358,23 | | | | |
| | Associate degree | 54 | 2,70 | 351,97 | | | | |
| | Bachelor's degree | 172 | 2,90 | 447,87 | | | | |

*p<0.05

In Table 8, there was a significant difference in the overall scale according to the Kruskal-Wallis analysis results on an educational level [$\chi^2(4) = 23.9$, $p<0.05$]. According to the Dunn's Multiple Comparison test conducted to determine from which age group such a significant difference arises, it was seen that secondary school graduates had a lower score

than the bachelor's degree holders, and the associate degree holders had a lower score than the bachelor's degree holders and the high school graduates.

When the fan opinions on sub-dimensions are examined in terms of level of education, there were significant differences in the “Tendency towards Violent Thought and Act” [$\chi^2(4)=56.8$, $p<0.05$] and the “Institutional Attachment” [$\chi^2(4)=8.39$, $p<0.05$] sub-scales. According to the Dunn's Multiple Comparison test conducted to determine from which age group such a significant difference arises in the “Tendency towards Violent Thought and Act” sub-scales, it was seen that the bachelor's degree holders had a higher point average than the high school, secondary school and primary school graduates and the associate degree holders.

DISCUSSION

Our study was unable to identify a significant difference in the football fans' tendency towards violent thought and act and the institutional attachment sub-scales according to gender, which is a similar result to the results of the research conducted by Dimmçok and Grove (2005). A significant difference was found in the Tendency towards Violent Thought and Act sub-scales with regard to the variable of the team supported by the participants. Following the study, it was evident that Gençlerbirliği fans had a lower perception of violence than Osmanlıspor fans. A significant difference was not identified in the institutional attachment sub-scales with regard to the variable of the team supported by the participants.

It was found out that the participants with membership to a supporters' club had a higher sense of institutional attachment than the participants without any membership to a supporters' club. This result is similar to the results of the study conducted by Taştan (2009) which demonstrates that the fans who are members of a fan association had a higher rate of wearing their football club's colors than the non-members. Furthermore, the research conducted by Dimmçok and Grove (2005) also had results similar to this.

A significant difference was identified in the Tendency towards Violent Thought and Act sub-scale according to the age groups of fans and it was determined that younger fans were more prone to violent acts than middle-age and older fans. This result is similar to that of the research conducted by Paksoy (2014) which demonstrates that the level of fanaticism increases as the fandom age decreases. The results of the study conducted by Koçer (2012) also were similar to the results of our research. In Koçer's (2012) study, it was identified that the fans younger than 18 years of age showed greater support to their football club than the fans that are 25 and older and that fans tended to become more provoked by outside conditions and circumstances as their age decreases.

There was a significant difference in the Tendency towards Violent Thought and Act and the Institutional Attachment sub-scale according to the fans' views according to occupational groups. Accordingly, in the violent thought and act tendencies sub-scale it was seen that the student, laborer, unemployed and self-employed occupational groups had a higher level of engaging in violent acts than the public servants. The results of our research show similarities with the results of the study conducted by Var (2008), which demonstrates that the laborers, the self-employed, the unemployed and the students are more likely to engage in violence

before, during or after a match than the public servants. In the institutional attachment sub-scales of our study, it is seen that the student group and the self-employed group were more attached to their football teams than the laborers and the retired, and the retired, respectively.

There was a significant difference in the Tendency towards Violent Thought and Act and the Institutional Attachment sub-scales according to the fans' views according to their income status. Accordingly, in the violent thought and act tendencies sub-scales, it was seen that the fans with a lower level of income were more likely to engage in violence than the fans with a moderate or high level of income. These results do not match the results of the study results conducted by Var (2008). On the other hand, the results of the study conducted by Kurtiç and Yaman (2006) bear similarities to our research results and demonstrate that participation in violent acts increases as the income level of the fans decreases. Results of the study conducted by Acet (2001) supports our research results by asserting that the level of participation in violent acts increases as the individuals' levels of income decrease. From the institutional attachment perspective, it is identified that the fans with a lower level of income are more attached to their teams in comparison to the fans with a moderate or high level of income. This result is compatible with the results of the study conducted by Paksoy (2014) which demonstrate that the individuals identify more with their teams as their level of income decreases.

A significant difference was found in the Tendency towards Violent Thought and Act sub-scale according to fans' opinions according to their educational status. Accordingly, in the tendency towards violent thought and act sub-scale, it was established that Primary school, Secondary school, High school graduates and Associate degree holders had a higher level of violent tendencies than the bachelor's degree holders. Kurtiç and Yaman (2006), Şeker (2011) and Koçer (2012) obtained similar results to ours in their respective studies, as well.

CONCLUSIONS

According to the results of the research, the educational level of fans is one of the primary subject matters that must be accentuated with respect to violence in football. It can be stated that as the educational level of the fans decreases, their tendency towards violence will increase. Furthermore, it was found that gender is an influential factor in the occurrence of violent acts. It is possible to assert that male fans are more violent and more likely to engage in violent acts than female fans. The economic status of the fans is another factor that influences the occurrence of acts of violence and aggression. Additionally, it can also be stated that the age factor is impactful both on the occurrence of acts of violence as well as on the fans' sense of belonging. It is seen that the fans in younger age groups are more prone to violent acts and have a greater sense of belonging.

Consequently, it was comprehended that factors such as education, age, income status were influential with respect to the football fans' tendency towards violent acts. It is only natural for violence, aggression and fanaticism to occur as long as football inherently involves factors such as competition, success, prizes, etc. Even though such violent and aggressive acts cannot be completely prevented, they can be diminished.

It is possible to examine how acts of fanaticism and violence occur in different regions by conducting research on various fan groups. In order to prevent violence and aggression in sports, it is essential to raise awareness of people of all ages on the subjects of violence, aggression and fair-play. Furthermore, legislative regulations must be systematically explained to the fans, the laws must be implemented properly, and the penalties imposed must be monitored on a regular and orderly basis.

REFERENCES

- Acet, M. (2001). *Futbol Seyircisini fanatik ve saldırgan olmaya yönelten sosyal faktörler [Social factors which direct the football supporter towards being fanatic and aggressive]*, Doctoral thesis. Gazi University Institute of Health Sciences, Ankara (in Turkish).
- Anderson, A.C. & Bushman, B.J. (2002). Human Aggression. *Annual Review of Psychology*, 53(1), 27-51.
- Bandura, A. (1977). *Social Learning Theory*. New York: General Learning Press.
- Bodin, D., & Robene, L. (2014). Sport and civilisation: Violence mastered. from the lack of a definition for violence to the illusory pacifying role of modern sports. *The International Journal of the History of Sport*, 31(16), 1935-1955. Doi: <http://dx.doi.org/10.1080/09523367.2014.949687>.
- Brennan, W. (1998). Aggression and violence: Examining the theories. *Nursing Standard*, 12(27), 36-38.
- Cusimano, M.C., Ilie, G., Mullen, J.S., Pauley, C.R., Stulberg, R.J., Vranic, T.J., & Zhang, S. (2016). Aggression, violence and injury in minor league ice hockey: Avenues for prevention of injury. *Plos One*, 11(6), 1-14. Doi: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0156683>.
- Dalpian, R.C., Zylbersztejn, S.V., Batistella, Z., & Rossi, V.A. (2014). Fanatical women and football: An Exploratory study. *Football & Society*, 15(4), 564-577. Doi: <https://doi.org/10.1080/14660970.2013.828598>.
- Dimmock, J.A., & Grove, R. (2005). Relationship of fan identification to determinants of aggression. *Journal of Applied Sport Psychology*, 17(1), 37-47. Doi: <https://doi.org/10.1080/10413200590907559>.
- Dwyer, B., LeCrom, C., Greenhalgh, P.G. (2016). Exploring and measuring spectator sport fanaticism. *Communication & Sport*, 6(1), 1-28. Doi: <https://doi.org/10.1177/2167479516679411>.
- Galtung, J. (1969). Violence and peace. *Journal of Peace Research*, 6(3), 167-191. Doi: <https://doi.org/10.1177/002234336900600301>.
- Gregory, M. (2005). *Sport, violence, and masculinity: Caught in a Web*. Boston college the graduate school of arts and sciences department of sociology, Degree Master of Arts.
- Guivernau, M., & Duda, J.L. (2002). Moral atmosphere and athletic aggressive tendencies in young soccer players. *Journal of Moral Education*, 31(1), 67-85. Doi: [10.1080/03057240120111445](https://doi.org/10.1080/03057240120111445).
- Güllü, S. (2017). Üniversite öğrencilerinin sosyal beceri düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi [Examining of social skill levels of university students in terms of certain variables]. *International Journal of Sport Exercise and Training Sciences*, 3(3),86-92. Doi: <https://doi.org/10.18826/useeabd.289093> (in Turkish).
- Hunt, K., Bristol, T., & Bashaw, E. (1999). A conceptual approach to classifying sports fans. *Journal of Services Marketing*, 13(6), 439-452. Doi: <https://doi.org/10.1108/08876049910298720>.
- Kalkstein, D.A., Kleiman, T., Wakslak, J.C., & Liberman, N. (2016). Social Learning Across Psychological Distance. *Attitudes and Social Cognition*, 110(1), 1-19. Doi: <https://doi.org/10.1037/pspa0000042>.

Kural, S., & Özbek, O. (2019). Views of Turkish football super league (Süperlig) fans on fanaticism and violence. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 140-154.

Khalil, K., Ardoin, N.M., & Wojcik, D. (2016). Social learning within a community of practice: Investigating interactions about evaluation among zoo education professionals. *Evaluation and Program Planning*, 61(1), 45-54. Doi: <https://doi.org/10.1016/j.evalprogplan.2016.12.001>.

Koçer, M. (2012). Futbol derneklerine üye olan taraftarların şiddet ve hooliganizm eğilimlerinin belirlenmesi: Kayseri Örneği [Mapping Violence and Hooliganism Tendencies of Football Fans who are Registered to Football Associations: The Sample of Kayseri]. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 32(1), 111-135. (in Turkish).

Kurtiç, N., & Yaman, M. (2006). Futbol taraftarını saldırganlığa iten psiko-sosyal nedenler [Psycho-Social Factors Leading to Violence Among Football Supporters]. *Sakarya Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, (12), 45-54 (in Turkish).

Oojen, B. (2012). Violence in sport: What does the European Commission do?. *Sport & EU Review*, 4(2), 50-51.

Paksoy, E. (2014). *Futbol fanatizmi, taraftar kimliği: beşiktaş çarşı taraftarlarının taraftarlıkla ilgili davranışlarının incelenmesi* [Football fanaticism, supporter identify: Supporters of Beşiktaş çarşı, examination of fan behaviours], Master thesis, Gaziantep University Institute of Health Sciences (in Turkish).

Poussard, J., & Çamuroğlu, M. (2015). *Psikolojik taciz iş yaşamında gerilim* [Psychological Abuse Tension in Business Life]. Ankara: Akılçelen Kitaplar (in Turkish).

Radman, A. (2014). Hooligans: nice guys or the last alpha males? A study of football supporters' self-image. *Football & Society*, 15(4), 548-563. Doi: <https://doi.org/10.1080/14660970.2013.828597>.

Rollins, G. (2014). *The Development of a violence prevention program for parents, coaches, players, and referees in youth football organizations*, Capella University, Degree Doctor of Psychology. Access: <https://search.proquest.com>.

Scholz, P. (2016). Czech football hooligans' behavior. *Journal of Physical Education and Sport*, 16(2), 1089-1094. Doi: 10.7752/jpes.2016.s2174.

Şahin, M.H. (2003). *Sporda şiddet ve saldırganlık* [Violence and Aggression in Sports]. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım (in Turkish).

Şeker, R. (2011). *Lise ve üniversite düzeyinde öğrenim gören gençlerin, sporda şiddet ve istenmeyen davranışlara karşı görüşlerinin incelenmesi* [The investigation of attitudes of students, who study at level of high school and university, towards unwanted behaviours and violence in sports], Kahramanmaraş Sütçü İmam University Institute of Health Sciences, Master thesis, (in Turkish).

Taşmektepligil, M.Y., Çankaya, S., & Tunç, T. (2009). Futbol taraftarı fanatiklik ölçeği [Fanaticism Scale for Football Fans]. *Journal of Sports and Performance Researches*, 6(1), 41-49.

Taştan, Ş. (2009). *Futbol taraftarlığı ve şiddet olgusu farklı taraftar gruplarında şiddet eğilimleri üzerine karşılaştırmalı sosyolojik bir araştırma* [A Comparative Sociological Research on the Trends of Violence in Different Fan Groups], Master thesis, Mersin University Institute of Health Science, (in Turkish).

Ural, A. & Kılıç, İ. (2006). *Bilimsel Araştırma Süreci ve SPSS Analizi* [Scientific Research Process and SPSS Analysis]. Ankara: Detay (in Turkish).

Var, L. (2008). *Futbol seyircilerinin spor alanlarındaki saldırganlık davranışları hakkında betimsel bir çalışma (Kırşehir İli Örneği)* [A descriptive study on the aggression behaviors of football spectators in sports fields (Example of Kırşehir province)], Master thesis, Gazi University Institute of Health Sciences, (in Turkish).

Yetim, A. (2008). *Sosyoloji ve Spor* [Sociology and Sports]. Ankara: Berikan Yayınevi (in Turkish).

Weinberg, R.S., & Gould, D. (2011). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. USA: Human Kinetics.

Zivanovic, N., & Randelovic, N. (2011). Registered Forms of Violence in Sport. *APES*, 1(2), 205-209.

Kural, S., & Özbek, O. (2019). Views of Turkish football super league (Süperlig) fans on fanaticism and violence. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 140-154.

Ziyagil, M.A., Bilir, P., Çekin, R., & Temur, S.C. (2014). Türkiye’de sporda saldırganlık, şiddet ve çözüm önerileri [Aggression and Violence in Sports and Solution Proposals in Turkey], *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 7(1), 1-14. (in Turkish).



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Kamu ve Özel Sektör Çalışanlarının Fiziksel Aktiviteye Katılmaya Yönelik Tutumlarının İncelenmesi

Seçkin DOĞANER 

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 04.09.2019

Kabul Tarihi: 03.10.2019

DOI: 10.25307/jssr.615534

Online Yayın Tarihi: 31.12.2019

Öz

Bu araştırmanın amacı; yoğun iş temposuna sahip çalışanların fiziksel aktiviteye katılma dair tutumlarının tespit edilmesi ve fiziksel aktiviteye katılma alışkanlığı kazandırmak amacıyla elde edilen sonuçlara dair önerilerin verilmesidir. Nicel araştırma modeline göre tasarlanan bu çalışmada, betimsel yöntemden yararlanılmıştır. Araştırmada 396 katılımcı yer almıştır. Katılımcılara, “kişisel bilgi formu” ve “Bilişsel Davranışçı Fiziksel Aktivite Ölçeği” uygulanmıştır. Verilerin analizinde t-testi, One Way ANOVA ve Post Hoc test istatistiklerinden yararlanılmıştır. Elde edilen araştırma bulgularına göre, cinsiyet değişkenine göre ölçeğe ait sonuç beklentisi alt boyutunda anlamlı bir farklılık görülürken, medeni durum, meslek durumu ve yaş değişkenlerinde ise istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık görülmemiştir. Gelir durumu ve öğrenim durumu değişkenlerinde ise Bilişsel Davranışçı Fiziksel Aktivite Ölçeği’ne ait öz düzenleme ve kişisel engeller alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar görülmüştür. Sonuç olarak düzenli fiziksel aktiviteye katılmada, erkeklerin kadınlara oranla daha fazla sonuç beklentisi içerisinde oldukları, yaş ve medeni durum değişkenlerinin aktiviteye katılıma etki etmediği ancak öğrenim durumu ve gelir düzeyinin, düzenli fiziksel aktiviteye katılma durumlarını etkilediği tespit edilmiştir. Araştırma sonuçlarına göre, kamu ya da özel sektör olsun, çalışanların düzenli fiziksel aktivitelere katılma durumlarında bazı kısıtlamalar ile karşılaştıkları görülmektedir. Aktivitelere katılmak isteyen ancak bu kısıtlamaları aşmak için stratejiler geliştirmekte başarısız olan çalışanların, düzenli fiziksel aktivitelerden farklı beklentileri olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar kelimeler: Çalışanlar, fiziksel aktivite, tutum.

Investigation of the Attitudes of Public and Private Sector Employees to Participate in Physical Activity

Abstract

The aim of this study is to determine the attitudes of the employees with intense work tempo regarding participation in physical activity and to give suggestions about the results obtained in order to gain the habit of participating in physical activity. Descriptive method was used in this study which was designed according to quantitative research model. 396 participants participated in the study. “Personal Information Form” and “Cognitive Behavioral Physical Activity Questionnaire” were applied to the participants. T-test, One Way ANOVA and Post Hoc test statistics were used to analyze the data. According to the findings of the study, a significant difference was observed in the sub-dimension of the scale’s expectation of outcome according to the gender variable, while no statistically significant difference was observed in the marital status, occupational status and age variables. There were statistically significant differences in self-regulation and personal barriers subscales of Cognitive Behavioral Physical Activity Questionnaire in terms of income status and educational status variables. As a result, it was found that in the participation of regular physical activity, males expect more results than women. Age and marital status did not affect participation in the activity, but it was determined that education level and income level affected their participation in regular physical activity. According to the results of the research, it is seen that employees participate in regular physical activities, whether public or private sector, with some restrictions. It is concluded that employees who want to participate in activities but fail to develop strategies to overcome these limitations have different expectations from regular physical activities.

Keywords: Workers, physical activity, attitude.

* **Sorumlu Yazar:** Seçkin DOĞANER, **E-posta:** seckindoganer@gmail.com

GİRİŞ

Günümüzde yaşanan teknolojik gelişmeler insanların yaşamlarını kolaylaştırırken, yaşam tarzlarını da değiştirmiş, depresyon, obezite ve kalp hastalıkları gibi istenmeyen sağlık sorunlarını da beraberinde getirmiştir (Vancampfort vd., 2015). Bu durum, özellikle gençler arasında fiziksel aktivite katılımını arttırmayı amaçlayan etkili yaklaşımların geliştirilmesi ve bireylerin düzenli egzersiz programlarına katılımına ilişkin motivasyon, tutum ve davranışlarını anlamaya yönelik araştırmaların yapılması zorunluluğunu ortaya çıkarmıştır (Eskiler, Küçükibiş, Gülle ve Soyer, 2016; Scarapicchia, Amireault, Faulkner ve Sabiston, 2017). Düzenli fiziksel aktivite sonucunda depresyon ve kaygının azaltılması, psikolojik iyi oluş ve sosyal kazanımlar sağlanması, daha fazla iş yapabilme, daha üretken olma, kronik hastalıkları azaltma ve bilişsel kapasitenin artırılmasının sağlanması, günümüzde “sağlıklı yaşlanma” terimini ortaya çıkarmıştır (Bauman, Merom, Bull, Buchner ve Fiatarone Singh, 2016; Stathi vd., 2019).

Sağlıklı yaşlanma terimi Dünya Sağlık Örgütü tarafından; insanların yaşlandıkça yaşam kalitesini artırmak için sağlık, katılım ve güvenlik için fırsatları optimize etme süreci olarak tanımlanmakta ve bu terim günümüzde Birleşmiş Milletler, Ekonomik İşbirliği ve Kalkınma Örgütü ile Avrupa Komisyonu gibi kuruluşlar tarafından yaygın olarak desteklenmektedir (Zacher, Kooij ve Beier, 2018). Tarihsel kaynaklar incelendiğinde, bugün ortalama bir insan ömrünün 60 yaş ve üzerinde olduğu görülebilmektedir. Bu durum “sağlıklı yaşlanma” kavramının da ana temasını oluşturmaktadır. Günümüzde bu yaşlara ulaşabilmek için gerekli olan ihtiyaçlar ve beklentiler birçok gelişmiş ülke tarafından bilinmekte ve insanlara uygulanmaktadır. Düzenli fiziksel aktivite ise bu ihtiyaçların en başında gelmektedir. Ancak, hızlı beslenme, teknolojinin getirdiği kolay yaşam biçimi ve kariyer tutkusu, “yaşam” adı verilen bu değerli kaynağın sürdürülebilir olmasını engelleyebilmektedir (Beard vd., 2016). Fiziksel aktivite kavramı tam bu noktada önemli bir yer tutmaktadır çünkü insanlar, düzenli fiziksel aktivite sonrası öznel iyi oluş (neşeli olma ya da güven duyma) hissetme, mutluluk, stres faktörlerinde azalma, tükenmişlik duygusundan uzaklaşma, iş veriminde artış ve üretkenliğin artması gibi olumlu kazanımlar sağlamaktadır (Alemdağ ve Öncü, 2015; Beard vd., 2016; Doğaner ve Balcı 2018; Lapa ve Korkmaz 2017; Poitras vd., 2016; Vancampfort vd., 2015).

Fiziksel aktiviteye katılım; sağlığın olumlu yönden desteklenmesi, sosyal gelişimin artırılması ve serbest zamanların daha verimli ve aktif geçirilmesi yönünden günümüzde birçok araştırmaya konu olmaktadır (Alemdağ ve Öncü, 2015; Lapa ve Korkmaz, 2017; Scarapicchia, Amireault, Faulkner ve Sabiston, 2017; Telford vd., 2016). Fiziksel aktivite kavramı; insanlar açısından psikolojik ve sosyolojik bir öneme sahip olmasının yanında, çocukların ve gençlerin sosyal ve bilişsel sağlıklarını olumlu yönde etkileyen bir program olarak görülmektedir (Poitras vd., 2016). Bu program ilk olarak 1860 yılında Amerika’da insanların sağlıklı olabilmek için düzenli fiziksel aktivite yapmalarının önerilmesi ve tartışılması sonucunda ortaya çıkmıştır (Tunay, 2008, s.7). Oluşturulan program sonrası, düzenli yapılan direnç egzersizlerinin, vücut kompozisyonunun düzeltilmesi, güç ve kas artışı, zihinsel iyi oluş, kemik ve mineral yoğunluğunun sağlanması, esneklik ve dengenin oluşturulması ile kardiyovasküler sistemin güçlenmesi gibi olumlu kazanımlar sağladığı, tespit edilmiş (Colberg vd., 2016; Popham ve Mitchell, 2006; Vancampfort vd., 2015) ve

fiziksel aktivite için gereken miktar, kilojoule (kJ) ya da kilokalori (kcal) birimi ile gösterilerek, 4.184 kJ'un 1 kcal'ye eşitlenmesi şeklinde hesaplanmıştır (Caspersen, Powell ve Christenson 1985). Gelişmiş ülkelere bakıldığında fiziksel aktivite için önerilen belli aktivite değerleri bulunmaktadır. Bu değerler, haftada toplam 150 dakikayı içeren, 10 dakikalık veya daha büyük aralıklarla yapılan ortalama yoğunluklu aktiviteler olabileceği gibi, bir haftaya yayılan 75 dakikalık yüksek veya orta şiddetli aktivitelerdir. Bu değerler, haftada beş gün orta şiddetli yürüyüş ya da eşdeğeri farklı bir aktivite olarak değerlendirilebilir (Sparling, Howard, Dunstan ve Owen, 2015).

Araştırma “Hiyerarşik Serbest Zaman Kısıtlamaları Teorisi” üzerine kurulmuştur. Teori, bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılımlarına ilişkin kısıtlamaların ve buna bağlı olarak etkinlik tercihlerinin nedenlerini araştırırken, bu kısıtlamaların ve tercihlerin; cinsiyet, yaş, fiziksel kapasite ve kültürel olgular ile birlikte değişime uğrayabileceğini belirtmektedir (Godbey, Crawford ve Shen, 2010). Teoride söz edilen açıklamalar; rekreatif aktivitelere katılımda karşılaşılan engelleri aşmak için kişiler tarafından kullanılan çeşitli stratejiler olarak görülebilir. Teoride vurgulanan asıl amaç; kişilerin ihtiyaçları, motivasyonları ve tercihleri ile davranışları arasındaki farklılıkları tespit edebilmektir (Mannell, Kleiber ve Staempfli 2006:116-118). Bu anlamda bireylerin düzenli fiziksel aktiviteye katılıma dair tutumlarının nedenleri ile birlikte değerlendirilmesi önem arz etmektedir. Araştırmadan elde edilen sonuçlar, yoğun iş temposuna sahip çalışanların fiziksel aktiviteye karşı bakış açılarının olumlu ya da olumsuz yönlerini ortaya çıkarabileceği gibi, teoride vurgulanan kısıtlamaların ve buna bağlı gelişen motivasyon ve kişisel tercih nedenlerinin tespit edilebilmesini sağlayacaktır. Bu çalışmada; çeşitli meslek gruplarına ait kişilerin, fiziksel aktiviteye katılıma dair tutumlarının tespit edilmesi ve fiziksel aktiviteye katılma alışkanlığı kazandırmak amacıyla elde edilen sonuçlara dair önerilerin verilmesi amaçlanmıştır.

METOT

Araştırma Modeli: Araştırmada bilimsel araştırma yöntemlerinden nicel yöntem kullanılmıştır ve betimseldir. Nicel araştırmalarda değişkenlere ilişkin sayısal değerlerin toplanması, bu verilerin işlenerek araştırma bulgularında sunulması betimsel istatistikler ile mümkün olmaktadır. Bu nedenle araştırmada deney, gözlem, belgeleme ve araştırma gibi fonksiyonların bulgulara doğrudan yansımaları açısından betimsel istatistikler kullanılmıştır. Betimsel istatistikler, sayıları ve gözlemleri tanımlayıcı indekslere dönüştürmeye yardımcı olduğu gibi, fazla sayıdaki gözlemleri özetlemek, organize etmek ve azaltmak için kullanılır (Büyüköztürk, 2016; Sönmez ve Alacapınar, 2017).

Evren ve Örneklem: Katılımcılar, Ankara İl'inde kamu ve özel sektörde çalışan kişilerden oluşmaktadır. Araştırmanın evrenini Kalkınma Ajansı tarafından verilen istatistiklere göre, Ankara'da çalışan toplam 1,870,438 kişi oluşmaktadır (http://www.ankaraka.org.tr/tr/istatistiklerle-ankara-2018_4483.html). Bu sayıdan örneklem olarak toplam 396 kişi araştırmaya dahil edilmiştir. Örneklem yöntemi olarak, olasılığı bilinmeyen örnekleme yöntemlerinden kolayda örnekleme yöntemi tercih edilmiştir. Kolayda örnekleme yöntemi; yakın çevrede bulunan, ulaşılması kolay olan ve mevcut araştırmaya katılmak isteyen (gönüllü) bireyler üzerinde yapılan örnekleme yöntemidir (Erkuş 2013:122).

Bir ölçeğin doldurulma süresinin yaklaşık 5 ile 10 dakika arasında sürdüğü tespit edilmiştir. Katılımcılara ölçeği doldurmadan önce, araştırma ve ölçeğe ait soru maddeleri hakkında kısa bir bilgi verilmiştir.

Araştırmaya katılan kişilerden %62,1'i kadın, %37,9'u ise erkek katılımcılardan oluşmaktadır. Katılımcıların %23,2'si evli, %76,8'i ise bekar. Katılımcıların yaş aralığı 18-52 arasındadır. Eğitim durumları ilkökul ve lisansüstü olarak dağılım gösterdiği gibi, gelir durumu 1610 TL ve altı ile 5001 TL ve üzeri olarak tespit edilmiştir (Tablo 1).

Tablo 1: Katılımcılara ait demografik bilgilerin yüzdeler dağılımları

| Değişken | | f | % |
|----------------|--------------------|------------|------------|
| Cinsiyet | Kadın | 246 | 62,1 |
| | Erkek | 150 | 37,9 |
| Medeni Durum | Evli | 92 | 23,2 |
| | Bekar | 304 | 76,8 |
| Yaş | 18-30 | 302 | 76,3 |
| | 31-40 | 68 | 17,2 |
| | 41-52 | 26 | 6,6 |
| Meslek Grubu | Kamu | 135 | 34,1 |
| | Özel | 261 | 65,9 |
| Öğrenim Durumu | İlkokul mezunu | 8 | 2,0 |
| | Ortaokul mezunu | 16 | 4,0 |
| | Lise mezunu | 198 | 50,0 |
| | Ön lisans mezunu | 41 | 10,4 |
| | Lisans mezunu | 113 | 28,5 |
| | Lisans üstü mezunu | 20 | 5,1 |
| Gelir Durumu | 1610 TL* ve altı | 181 | 45,7 |
| | 1611-2000 TL arası | 42 | 10,6 |
| | 2001-2600 TL arası | 55 | 13,9 |
| | 2601-3200 TL arası | 30 | 7,6 |
| | 3201-3800 TL arası | 23 | 5,8 |
| | 3801-4400 TL arası | 27 | 6,8 |
| | 4401-5000 TL arası | 22 | 5,6 |
| | 5001 TL ve üzeri | 16 | 4,0 |
| Toplam | | 396 | 100 |

* 2018 yılı asgari ücret miktarı.

Veri Toplama Aracı: Veri toplama aracı olarak 2015 yılında Schembre vd., tarafından geliştirilerek, Eskiler vd., (2016) tarafından Türkçeye uyarlanan Bilişsel Davranışçı Fiziksel Aktivite Ölçeği kullanılmıştır. İlgili ölçeğin kullanımına yönelik gerekli izinler sorumlu yazardan alınmıştır. Ölçeğin orijinal formu; Sonuç Beklentisi (Soru Maddeleri: 13,14,9,1,2), Öz Düzenleme (Soru Maddeleri: 4,8,3,6,5) ve Kişisel Engeller (Soru Maddeleri: 12,11,10,15,7) olmak üzere 3 alt boyut ve toplam 15 ifadeden oluşmaktadır. Ölçekte yer alan tüm ifadeler “(1) Kesinlikle katılmıyorum” ve “(5) Kesinlikle katılıyorum” şeklinde 5’li Likert Tipi derecelendirme ile puanlanmaktadır.

Verilerin Analizi: Analizlere geçmeden önce elde edilen verilerin iç tutarlık katsayıları ve normallik dağılımlarına bakılmıştır (Tablo 2). Verilerin normal dağılım gösterdiği tespit edildikten sonra, parametrik testlerden, ikili gruplar için t-testi, çoklu gruplar için ise one-way anova testi uygulanmıştır.

Tablo 2: Alt boyutlara ilişkin çarpıklık basıklık değerleri ve iç tutarlılık katsayıları

| Değişkenler | n | Çarpıklık | Basıklık | Cronbach's Alfa (α) | |
|------------------|-----|-----------|----------|------------------------------|---------------|
| | | | | Alt Boyutlar | Ölçek Toplamı |
| Sonuç Beklentisi | 396 | ,793 | ,052 | ,85 | |
| Öz Düzenleme | 396 | ,233 | -,618 | ,85 | ,69 |
| Kişisel Engeller | 396 | -,128 | -,511 | ,73 | |

Tablo 2'de gösterilen ve hesaplanan verilerin güvenilirlik katsayılarına bakıldığında, Kayış (2006) tarafından verilen ölçütler ($0.60 \leq \alpha < 0.80$) dikkate alınmış ve Cronbach's Alfa (α) katsayısı güvenilir değerde görülmüştür. Normallik dağılımı ölçümlerinde, verilerdeki Çarpıklık (Skewness) değerlerinin -2 ve +2 arası, Basıklık (Kurtosis) değerlerinin ise -2 ve +2 arasında olduğunda, verilerin normal dağıldığı belirtilmektedir (George ve Mallery, 2010). Tablo 2'de yer alan verilere bakıldığında, verilerin normal dağılım gösterdiği görülmektedir. Elde edilen sonuçlara göre, verilerin analizinde parametrik testler tercih edilmiştir.

BULGULAR

Çalışmanın bu bölümünde elde edilen verilerin istatistiksel analiz sonuçlarına ve yorumlarına yer verilmiştir.

Tablo 3: Cinsiyet değişkenine göre bağımsız grup t testi sonuçları

| Değişkenler | Cinsiyet | n | X | S | t | P* |
|------------------|----------|-----|------|------|-------|------|
| Sonuç Beklentisi | Kadın | 246 | 1,85 | ,764 | -2,39 | ,017 |
| | Erkek | 150 | 2,05 | ,867 | | |
| Öz Düzenleme | Kadın | 246 | 2,83 | ,972 | 1,00 | ,316 |
| | Erkek | 150 | 2,73 | ,969 | | |
| Kişisel Engeller | Kadın | 246 | 3,15 | ,892 | -0,13 | ,896 |
| | Erkek | 150 | 3,16 | ,918 | | |

(P* < 0,05)

Bulgular incelendiğinde; "Sonuç Beklentisi" alt boyutunda, [t(394)=-2,394, p<0,005] anlamlı farklılık bulunmuştur. Anlamlı farklılığa göre, erkek katılımcıların sonuç beklentisi algı puanlarının (x=2,05), kadın katılımcılara göre daha düşük (x=1,85) olduğu tespit edilmiştir. Ölçeğe ait, "Öz Düzenleme" ve "Kişisel Engeller" alt boyutlarında ise, cinsiyet değişkenine göre yapılan t-testi sonucunda anlamlı farklılık görülmemiştir (Tablo 3).

Tablo 4: Medeni durum değişkenine göre bağımsız grup t testi sonuçları

| Değişkenler | Medeni Durum | n | X | S | t | P* |
|------------------|--------------|-----|------|------|------|------|
| Sonuç Beklentisi | Evli | 92 | 2,01 | ,825 | 1,16 | ,246 |
| | Bekar | 304 | 1,90 | ,804 | | |
| z Düzenleme | Evli | 92 | 2,83 | ,925 | 0,46 | ,639 |
| | Bekar | 304 | 2,78 | ,986 | | |
| Kişisel Engeller | Evli | 92 | 3,24 | ,854 | 1,07 | ,282 |
| | Bekar | 304 | 3,13 | ,914 | | |

(P* $<$ 0,05)

“Sonuç Beklentisi”, “z Düzenleme” ve “Kişisel Engeller” alt boyutlarında medeni durum değişkenine göre yapılan t-testi sonucunda anlamlı farklılık grlmemiştir (Tablo 4).

Tablo 5: Meslek durumu değişkenine göre bağımsız grup t testi sonuçları

| Değişkenler | Meslek Durumu | n | X | S | t | P* |
|------------------|---------------|-----|------|------|-------|------|
| Sonuç Beklentisi | Kamu | 135 | 1,96 | 0,83 | 0,54 | ,588 |
| | zel | 261 | 1,91 | 0,79 | | |
| z Düzenleme | Kamu | 135 | 2,74 | 0,87 | -0,74 | ,455 |
| | zel | 261 | 2,82 | 1,02 | | |
| Kişisel Engeller | Kamu | 135 | 3,18 | 0,79 | 0,41 | ,679 |
| | zel | 261 | 3,14 | 0,95 | | |

(P* $<$ 0,05)

“Sonuç Beklentisi”, “z Düzenleme” ve “Kişisel Engeller” alt boyutlarında meslek durumu değişkenine göre yapılan t-testi sonucunda anlamlı farklılık grlmemiştir (Tablo 5).

Tablo 6: Yaş değişkenine göre Anova sonuçları

| Değişkenler | Yaş | n | X | S | F | P* | Fark |
|------------------|-------|-----|------|------|------|------|------|
| Sonuç Beklentisi | 18-30 | 302 | 1,89 | 0,78 | 0,04 | 0,06 | - |
| | 31-40 | 68 | 1,96 | 0,80 | 0,09 | | |
| | 41-52 | 26 | 2,27 | 1,00 | 0,19 | | |
| z Düzenleme | 18-30 | 302 | 2,77 | 0,98 | 0,05 | 0,73 | - |
| | 31-40 | 68 | 2,84 | 0,90 | 0,11 | | |
| | 41-52 | 26 | 2,90 | 0,96 | 0,18 | | |
| Kişisel Engeller | 18-30 | 302 | 3,13 | 0,91 | 0,05 | 0,37 | - |
| | 31-40 | 68 | 3,20 | 0,85 | 0,10 | | |
| | 41-52 | 26 | 3,37 | 0,88 | 0,17 | | |

(P* $<$ 0,05)

“Sonuç Beklentisi”, “z Düzenleme” ve “Kişisel Engeller” alt boyutlarında yaş değişkenine göre yapılan One-Way Anova testi sonucunda, istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır (Tablo 6).

Tablo 7: Gelir durumu değişkenine göre Anova sonuçları

| Değişkenler | Gelir Durumu | n | X | S | F | P* | Fark |
|------------------|--------------------|-----|------|------|------|-------|--|
| Sonuç Beklentisi | 1610 TL ve altı | 181 | 1,90 | 0,79 | 0,93 | 0,48 | - |
| | 1611-2000 TL arası | 42 | 2,01 | 0,75 | | | |
| | 2001-2600 TL arası | 55 | 1,94 | 0,84 | | | |
| | 2601-3200 TL arası | 30 | 2,18 | 0,84 | | | |
| | 3201-3800 TL arası | 23 | 2,00 | 0,83 | | | |
| | 3801-4400 TL arası | 27 | 1,76 | 0,77 | | | |
| | 4401-5000 TL arası | 22 | 1,81 | 0,96 | | | |
| | 5001 TL ve üzeri | 16 | 1,72 | 0,72 | | | |
| Öz Düzenleme | 1610 TL ve altı | 181 | 2,94 | 0,97 | 1,62 | 0,12 | - |
| | 1611-2000 TL arası | 42 | 2,84 | 0,97 | | | |
| | 2001-2600 TL arası | 55 | 2,66 | 0,87 | | | |
| | 2601-3200 TL arası | 30 | 2,62 | 0,79 | | | |
| | 3201-3800 TL arası | 23 | 2,81 | 0,98 | | | |
| | 3801-4400 TL arası | 27 | 2,61 | 1,13 | | | |
| | 4401-5000 TL arası | 22 | 2,38 | 1,04 | | | |
| | 5001 TL ve üzeri | 16 | 2,67 | 0,97 | | | |
| Kişisel Engeller | 1610 TL ve altı | 181 | 3,02 | 0,89 | 2,15 | 0,03* | 1610 TL ve altı > 1611-2000 TL > 3801-4400 TL > 5001 TL ve üzeri |
| | 1611-2000 TL arası | 42 | 3,03 | 0,94 | | | |
| | 2001-2600 TL arası | 55 | 3,28 | 0,85 | | | |
| | 2601-3200 TL arası | 30 | 3,24 | 0,81 | | | |
| | 3201-3800 TL arası | 23 | 3,31 | 0,94 | | | |
| | 3801-4400 TL arası | 27 | 3,49 | 0,79 | | | |
| | 4401-5000 TL arası | 22 | 3,13 | 0,87 | | | |
| | 5001 TL ve üzeri | 16 | 3,62 | 1,06 | | | |

(P* < 0,05)

“Sonuç Beklentisi” ve “Öz Düzenleme” alt boyutlarında gelir durumu değişkenine göre yapılan One-Way Anova testi sonucunda, istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmamıştır. “Kişisel Engeller” alt boyutunda ise istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$F_{(7.388)}=2,152$, $p < 0,05$]. Anlamlı farkın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için yapılan fark testi sonucunda, 1610 TL. ve altı gelire sahip grup ($x=3,02$), 1611-2000 TL arası gelire sahip grup ($x=3,03$), 3801-4400 TL arası grup ile 5001 TL ve üzeri gelire sahip grup ($x=3,62$) arasında fark olduğu saptanmıştır (Tablo 7).

Tablo 8: Öğrenim durumu değişkenine göre Anova sonuçları

| Değişkenler | Öğrenim Durumu | n | X | S | F | P* | Fark |
|------------------|-------------------|-----|------|------|------|-------|---|
| Sonuç Beklentisi | İlkokul Mezunu | 8 | 2,02 | 0,71 | 0,72 | 0,60 | - |
| | Ortaokul Mezunu | 16 | 2,17 | 0,73 | | | |
| | Lise Mezunu | 198 | 1,89 | 0,81 | | | |
| | Ön Lisans Mezunu | 41 | 1,95 | 0,72 | | | |
| | Lisans Mezunu | 113 | 1,89 | 0,81 | | | |
| | Lisansüstü Mezunu | 20 | 2,15 | 0,93 | | | |
| Öz Düzenleme | İlkokul Mezunu | 8 | 2,82 | 1,12 | 2,76 | 0,01* | Ortaokul Mezunu > Lise Mezunu |
| | Ortaokul Mezunu | 16 | 2,06 | 0,83 | | | |
| | Lise Mezunu | 198 | 2,90 | 0,98 | | | |
| | Ön Lisans Mezunu | 41 | 2,61 | 0,94 | | | |
| | Lisans Mezunu | 113 | 2,75 | 0,93 | | | |
| | Lisansüstü Mezunu | 20 | 2,93 | 0,90 | | | |
| Kişisel Engeller | İlkokul Mezunu | 8 | 3,20 | 1,23 | 2,97 | 0,01* | Lise Mezunu > Lisans Mezunu > Lisansüstü Mezunu |
| | Ortaokul Mezunu | 16 | 3,16 | 1,08 | | | |
| | Lise Mezunu | 198 | 2,99 | 0,90 | | | |
| | Ön Lisans Mezunu | 41 | 3,28 | 0,75 | | | |
| | Lisans Mezunu | 113 | 3,32 | 0,87 | | | |
| | Lisansüstü Mezunu | 20 | 3,52 | 0,74 | | | |

(P* < 0,05)

“Sonuç Beklentisi” alt boyutunda da gelir durumu değişkenine göre yapılan One-Way Anova testi sonucunda, istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunamamıştır. “Öz Düzenleme” alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$F_{(5,390)}=2,764$, $p<0,05$]. Anlamlı farkın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için yapılan fark testi sonucunda, ortaokul mezunu grup ($x=2,06$) ile lise mezunu grup ($x=2,90$) arasında fark olduğu saptanmıştır. “Kişisel Engeller” alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı farklılık bulunmuştur [$F_{(5,390)}=2,970$, $p<0,05$]. Anlamlı farkın hangi gruplardan kaynaklandığını belirlemek için yapılan fark testi sonucunda, lise mezunu grup ($x=2,99$), lisans mezunu grup ($x=3,32$) ile lisansüstü mezunu grup ($x=3,52$) arasında fark olduğu saptanmıştır (Tablo 8).

TARTIşMA

Araştırmadan elde edilen bulgulara bakıldığında ölçeğin alt boyutlarına ilişkin anlamlı farklar elde edildiği görölmektedir. Cinsiyet açasından erkeklerin, kadınlara oranla düzenli fiziksel aktiviteye katılma durumlarında sonuç beklentisi algılarının yüksek olduğu görölmüştür. Literatürde yer alan benzer araştırmalarda (Hye, 2006; Khan, 2011; Lapa ve Korkmaz, 2017; Gürbüz ve Henderson, 2014) cinsiyet ve fiziksel aktivite ilişkisi açasından farklı sonuçlar elde edildiği görölmüştür. Lapa ve Korkmaz (2017) tarafından üniversite öğrencilerine yapılan bir araştırmada, erkeklerin şiddetli ve orta dereceli fiziksel aktivitelere, kadınlardan daha çok katılım gösterdiği tespit edilmiş ve toplam fiziksel aktivite değeri ile pozitif duygu durumu arasında ise pozitif doğrusal ilişki tespit edilmiştir. Bu durum hiyerarşik serbest zaman kısıtlamaları teorisinde bahsedilen kısıtlamalar ile ilgili görülebilir, çünkü kadınların serbest zaman aktivitelere katılma durumlarında aile ve sosyal yaşama dayanan sorumluluklarından dolayı birtakım engeller yaşayabildikleri literatürde görölmektedir (Hye, 2006; Khan, 2011). Literatüre bakıldığında karşılaşılan engellerin kolaylaştırıcılar ile birlikte aşılmasının rekreatif faaliyetlere katılımı artıracadığı vurgulanırken (Koçak, 2017), aktivitelere katılımı da arkadaş eksikliğinin ise kadınlarda bir kısıtlama meydana getirdiği, yapılan benzer bir araştırmada da vurgulanmıştır (Gürbüz ve Henderson, 2014).

Düzenli fiziksel aktiviteye katılım ile ilgili yaş ve cinsiyet üzerine yapılan bir araştırmada, cinsiyet değişkeninin spor kulüplerine üye olmak konusunda belirgin bir rol oynadığı vurgulanmaktadır. Araştırmada özellikle kadın üyelerin erkek üyelerden daha fazla katılım gösterdiği tespit edilmiştir. Bu tip bir sonuç cinsiyet değişkenine ait sonuçlarımız ile farklılık göstermektedir. Aynı araştırmada genç ve orta yaşlı bireylerin, daha yaşlı bireylere oranla düzenli fiziksel aktivitelere daha fazla katılım gösterdiği de belirtilmiştir (Mullen ve Whaley, 2010). Bu tip bir sonuç bulgularımızda yer alan yaş değişkeni ile farklılık göstermektedir, çünkü araştırmamızda düzenli fiziksel aktiviteye katılım ile ilgili yaş değişkenine ait anlamlı bir fark görölmemiştir. Bu durum ölkemizde kamu ya da özel sektörde olsun, çalışan bireylerin serbest zamanlarını düzenli fiziksel aktivite ile değerlendiremediği ya da tercihlerinin farklı rekreatif aktiviteler ile gerçekeştirildiği şeklinde yorumlanabilir.

İş ortamında rekreasyon aktivitelerinin yaygınlaşması ve bunların düzenli fiziksel aktiviteler ile desteklenmesi belki de çalışanların fiziksel aktiviteye olan ilgisini artırabilir. Literatürde bu konuda yapılmış örneklere baktığımızda iş yaşamının getirdiği stres ve tükenmişlik duyularının rekreasyon aktiviteleri ile giderilmeye çalışıldığı görölmektedir (Bauman,

Merom, Bull, Buchner ve Fiatarone Singh, 2016; Mokaya ve Gitari 2012). Mokaya ve Gitari (2012) tarafından yapılan bir araştırmada çalışanların önemli bir kısmının iş yerlerinde yapılan aktiviteler sayesinde rahatladığını, streslerinin azaldığını ve genel sağlık durumlarında artış sağladıkları görülmüştür. Bu durumun ise çalışanlarda iş verimini, kaliteyi ve müşteri memnuniyetini artırdığı tespit edilmiştir. Özellikle iş yerlerinde yoğun tempo altında çalışan kişilerin “aktif yaşlanma” süreci içerisinde olduğu düşünöldüğünde, düzenli fiziksel aktivitenin, kişilerde odaklanma, nöromotor fonksiyonların ve koordinasyonun dengelenmesi, reaksiyon süresinin artması gibi yeteneklerin korunmasında etkin olduğundan dolayı teşvik edilmesi gerektiği görölmektedir (Bauman, Merom, Bull, Buchner ve Fiatarone Singh, 2016).

Araştırmada gelir durumu değişkeni ile ölçeğe ait kişisel engeller alt boyutunda anlamlı bir fark olduğu görölmektedir. Gelir durumunun düşük olması çalışanlarda düzenli fiziksel aktiviteye katılmada bir kısıtlama olarak görölrken, bu durum hiyerarşik serbest zaman kısıtlamaları teorisinde belirtilen kişisel engeller konusu ile paralellik göstermektedir. Aktif bir yaşam tarzının teşvik edilmesi, hem çalışanlarda hem de yaşlı yetişkinlerde oldukça önemlidir çünkü aktif yaşlanma prensibinin sürdürülebilir olması bu yaklaşıma bağlıdır. Bu durumda risk altında olan bireylerin bu davranışı devam ettirebilmeleri için düşük maliyetli fiziksel aktivite olanaklarının geliştirilmesi gerekmektedir (Lachman, Lipsitz, Lubben, Castaneda-Sceppa ve Jette, 2018). Gelir durumu, çalışanların fiziksel aktiviteye katılmalarında bir engel olarak görölmekle birlikte, bu durum ev halkının da bu olumsuz durumdan etkilenmesine neden olabilmektedir. Özellikle ailelerin fiziksel aktivitenin yararlarını bilseler bile kendilerinde uygulayamadıkları bu alışkanlığı, çocuklarında da gösteremedikleri tespit edilmiştir (Lindsay, Wallington, Lees ve Greaney, 2018). Ancak fiziksel aktivite desteğinin gelir durumu, yaş ve cinsiyet etkisi olmadan başarılı girişimlerle sağlanmasının, bu tip kısıtlamaların önüne geçebileceği düşünölebilir. Doktor ve hemşirelerden oluşan toplam 240 sağlık çalışanının fiziksel aktiviteye katılım durumlarının incelendiği benzer bir araştırmada, fiziksel aktivite katılımlarının düşük olduğu grubun gelir durumları ile, düzenli fiziksel aktiviteye katılımlarının yüksek olduğu grubun gelir durumlarının farklılık gösterdiği ve cinsiyet açısından ise kadınların erkeklere göre daha az aktif olduğu görölmüştür (Yıldırım, Yıldırım ve Eryılmaz, 2019). Araştırmada yer alan bulgular araştırma sonuçlarımız ile benzerlik göstermektedir.

Araştırmada eğitim durumu değişkeninin, ölçeğin öz düzenleme ve kişisel engeller alt boyutlarında anlamlı farklılıklar gösterdiği tespit edilmiştir. Yetişkinlerde fiziksel aktiviteye katılma durumlarının incelendiği bir araştırmada, erkeklerin kadınlara oranla daha fazla fiziksel aktiviteye katılma oranları olduğu tespit edilirken, medeni durum, eğitim düzeyi gibi değişkenlerde ise anlamlı farklılıklar görölmüştür (Aktaş vd., 2016). Brezilya’da çalışan bireylerin fiziksel aktiviteye katılma durumları ve engellerinin incelendiği bir araştırmada ise, cinsiyet açısından anlamlı bir fark görölmezken, eğitim ve gelir durumu değişkeninde anlamlı farklar olduğu tespit edilmiş ve uzun çalışma saatleri, ailesel sorumluluklar ya da ücret azlığı gibi durumların, çalışanların fiziksel aktivitelere katılımını etkilediği tespit edilmiştir (Andrade vd., 2019). Bu tip sonuçlar araştırma sonuçlarımız ile benzerdir. Düzenli fiziksel aktivitenin sosyo-psikolojik etkilerinin incelendiği farklı araştırmalar da bulunmaktadır. Firestone, Stella, Bartley ve Eisenhower (2015) tarafından yetişkin nüfus üzerine yapılan bir araştırmada, fiziksel aktivitenin sosyal arkadaşlık bağlarının güçlenmesine neden olduğu

vurgulanmaktadır. Benzer bir sonuç Mann (2016) tarafından da bulunmuş ve fiziksel aktivitelere katılmanın insanları keyif alan, dinlendiren ve rahatlatan bir duygu durumuna soktuğu ve arkadaşlık bağlarını güçlendirdiği tespit edilmiştir.

SONUÇ ve ÖNERİLER

Araştırma sonuçları incelendiğinde, kamu ya da özel sektör olsun, çalışanların düzenli fiziksel aktivitelere katılma durumlarında bazı kısıtlamalar ile karşılaştıkları görölmektedir. Hiyerarşik serbest zaman kısıtlamaları teorisinde yer alan ve araştırma sonuçları ile benzerlik gösteren bu kısıtlamalar, aktivitelere katılmak isteyen ancak bu kısıtlamaları aşmak için stratejiler geliştirmekte başarısız olan çalışanlar için önemli bir sorun olarak görölmektedir.

Çalışanların fiziksel aktivitenin fiziksel ve sosyal yararlarını bilmelerine rağmen katılımda çekimser kalmaları, onların serbest zamanlarında fiziksel aktivitelere katılmaları konusunda karşılaştıkları engellerin kaldırılması ile sürdürülebilir olacaktır. Bu durumda literatürde örnekleri verilen araştırmaların da öngördüğu gibi, yerel yönetimlerin ya da iş yerlerinin daha az maliyetli, daha az kaynak kullanımı gerektiren ve yüksek derecede verim alınabilen çözümler üretmesi yararlı olacaktır. Özellikle cinsiyet kısıtlamalarını ortadan kaldırabilecek ailesel çözümler, ücret ve serbest zaman destekleri, kurum ve kuruluşların sponsorlukları gibi olanaklar, çalışanlarda fiziksel aktiviteye katılımı artıracaktır.

Araştırma Ankara ili ile sınırlandırılmıştır. Gelecekte farklı illerde görev yapan çalışanlar ile tekrarlanacak olan bir araştırma alana özgü yeni bilgiler sunabilir. Bu durumda nitel sorulardan oluşan ve katılımcı görüşlerini yansıtan bir araştırma literatür ile daha güçlü bir karşılaştırma örneği olabilir. Bunun yanında serbest zaman engelleri, kolaylaştırıcıları ve ilgilenim düzeylerini ölçen ölçekler ile birlikte uygulanabilecek olan nicel bir araştırma ise gelecekte farklı sonuçların ortaya çıkmasına yarar sağlayabilecektir.

KAYNAKLAR

- Aktaş, H., Şaşmaz, C.T., Kılınçer, A., Mert, E., Gülbol, S., Külekçioğlu, D., & Demirtaş, A. (2015). Yetişkinlerde fiziksel aktivite düzeyi ve uyku kalitesi ile ilişkili faktörlerin araştırılması. *Mersin Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 8(2), 60-70.
- Alemdağ, S. ve Öncü, E. (2015). Öğretmen adaylarının fiziksel aktiviteye katılım ve sosyal görünüş kaygılarının incelenmesi. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)*, 3(Özel Sayı 1), 287-300. DOI: <https://doi.org/10.14486/IJSCS291>.
- Andrade, R.D., Junior, G.J.F., Capistrano, R., Beltrame, T.S., Pelegrini, A., Crawford, D.W., & Gomes Felden, É. P. (2019). Constraints to leisure-time physical activity among Brazilian workers. *Annals of Leisure Research*, 22(2), 202-214. DOI: <https://doi.org/10.1080/11745398.2017.1416486>.
- Bauman, A., Merom, D., Bull, F.C., Buchner, D.M., & Fiatarone Singh, M.A. (2016). Updating the evidence for physical activity: summative reviews of the epidemiological evidence, prevalence, and interventions to promote “active aging”. *The Gerontologist*, 56(Suppl_2), 268-280. DOI: <https://doi.org/10.1093/geront/gnw031>.
- Beard, J.R., Officer, A., De Carvalho, I.A., Sadana, R., Pot, A.M., Michel, J.P., & Thiyagarajan, J.A. (2016). The World report on ageing and health: a policy framework for healthy ageing. *The Lancet*, 387(10033), 2145-2154. DOI: <https://doi.org/10.1016/S0140-6736>.

- Büyüköztürk, ř. (2016). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı, İstatistik, Araştırma Deseni SPSS Uygulamaları ve Yorum*. Ankara: Pegem Akademi.
- Caspersen, C.J, Powell, K.E, & Christenson, G.M. (1985). Physical activity, exercise and physical fitness: Definations and distinctions for health-related research, *Public Health Reports*, 100(2), 126-131. DOI: <https://doi.org/10.2337/dc16-1728>.
- Colberg, S.R., Sigal, R.J., Yardley, J.E., Riddell, M.C., Dunstan, D.W., Dempsey, P.C., & Tate, D.F. (2016). Physical activity/exercise and diabetes: A position statement of the American Diabetes Association. *Diabetes Care*, 39(11), 2065-2079. DOI: <https://doi.org/10.2337/dc16-1728>.
- Doğaner, S., ve Balcı, V. (2018). Effect of regular physical activities in individuals' stress, happiness and leisure satisfaction levels. *SPORMETRE Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(3), 132-148. DOI: https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000382.
- Erkuş, A. (2013). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci*. Ankara: Seçkin Yayınları.
- Eskiler, E., Kkbiş, F., Gülle, M., ve Soyer, F. (2016). Bilişsel davranışçı fiziksel aktivite leği: Geçerlik ve güvenirlik alışması. *Journal of Human Sciences*, 13(2), 2577-2587. DOI: <https://doi.org/10.14687/jhs.v13i2.3806>
- Firestone, M.J, Stella, S.Y, Bartley, K.F, & Eisenhower, D., L. (2015). Perceptions and the role of group exercise among New York City adults, 2010–2011: An examination of interpersonal factors and leisure-time physical activity. *Preventive medicine*, 72(2015), 50-55. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2015.01.001>
- George, D. & Mallery, M. (2010). SPSS for windows step by step: A Simple guide and reference, 17.0 update (10a ed.) *Boston: Pearson*
- Godbey, G., Crawford, D.W, & Shen, X.S. (2010). Assessing hierarchical leisure constraints theory after two decades. *Journal of Leisure Research*, 42(1), 111-134.
- Gürbüz, B., ve Henderson, K.A. (2014). Leisure activity preferences and constraints: Perspectives from Turkey. *World Leisure Journal*, 56(4), 300-316. DOI: <https://doi.org/10.1080/16078055.2014.958195>
- http://www.ankaraka.org.tr/tr/istatistiklerle-ankara-2018_4483.html, *Erişim Tarihi: 01.09.2019*
- Hye, C.M. (2006), Gender, leisure and time constraint: Employed men and women's experience. *Development of Society*, 35(1), 83-105.
- Kayış, A. (2006). Güvenirlik analizi (Reliability Analysis). *SPSS uygulamalı ok değişkenli istatistik teknikleri*. 2.Baskı, Editör: Kalaycı ř. Ankara: Asil Yayınları.
- Khan, S. (2011), Gendered leisure, are women more constrained in travel for future, tourism: *An International Multidisciplinary Journal of Tourism*, 6(1), 105-121.
- Koçak, F. (2017). Leisure constraints and facilitators: Perspectives from Turkey. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 3(10), 32-47. DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.852540>
- Lachman, M.E., Lipsitz, L., Lubben, J., Castaneda-Sceppa, C., & Jette, A.M. (2018). When adults don't exercise: Behavioral strategies to increase physical activity in sedentary middle-aged and older adults. *Innovation in aging*, 2(1), 1-12. DOI: <https://doi.org/10.1093/geroni/igy007>
- Lapa, T.Y., ve Korkmaz, N.H. (2017). Effect of physical activity levels on negative and positive affect comparison to the gender: Sample of Akdeniz and Uludağ Universities. *Journal of Human Sciences*, 14(4), 3177-3187. DOI: <https://doi.org/10.14687/jhs.v14i4.4478>
- Lindsay, A., Wallington, S., Lees, F., & Greaney, M. (2018). Exploring how the home environment influences eating and physical activity habits of low-income, latino children of predominantly immigrant families: A qualitative study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 15(5), 978. DOI: <https://doi.org/10.3390/ijerph15050978>

- Mann, K.A., (2016). *Time and transitions: Influences on the leisure time physical activity of young adults in rural and urban Australia*, Phd Thesis. The Australian National University.
- Mannell, C, Kleiber, D.A., & Staempfli, M. (2006). A Handbook of leisure studies. *Psychology and Social Psychology and the Study of Leisure*. Edited By, Rojek, C., Susan, M.S. and Veal, A.J. Palgrave London: Macmillan Press.
- Mokaya, S.O, & Gitari, J.W. (2012). Effects of workplace recreation on employee performance the case of Kenya Utalii College, *International Journal of Humanities and Social Science*, 2(3), 176-183.
- Mullen, S.P, & Whaley, D.E., (2010). Age, gender, and fitness club membership: Factors related to initial involvement and sustained participation, *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 8(1), 24-35. DOI: <https://doi.org/10.1080/1612197X.2010.9671931>
- Poitras, V.J., Gray, C.E., Borghese, M.M., Carson, V., Chaput, J.P., Janssen, I., & Sampson, M. (2016). Systematic review of the relationships between objectively measured physical activity and health indicators in school-aged children and youth. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 41(6), S197-S239. DOI: <https://doi.org/10.1139/apnm-2015-0663>
- Popham, F, & Mitchell, R (2006). Leisure time exercise and personal circumstances in the working age population: longitudinal analysis of the British household panel survey. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 60(3), 270-274.
- Scarapicchia, T.M.F., Amireault, S., Faulkner, G., & Sabiston, C.M. (2017). Social support and physical activity participation among healthy adults: a systematic review of prospective studies. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 50-83. DOI: <https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1183222>
- Sönmez, V., ve Alacapınar, G.F. (2017). *rneklendirilmiş bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Sparling, P.B., Howard, B.J., Dunstan, D.W. & Owen, N. (2015). Recommendations for physical activity in older adults. *Bmj*, 350(h100), 1-5. DOI: <https://doi.org/10.1136/bmj.h100>
- Stathi, A., Withall, J., Thompson, J.L., Davis, M.G., Gray, S., De Koning, J. & Fox, K.R. (2019). Feasibility trial evaluation of a peer volunteering active aging intervention: ACE (Active, Connected, Engaged). *The Gerontologist*, 1(12), 1-12. DOI:10.1093/geront/gnz003
- Telford, R.M., Telford, R.D., Cochrane, T., Cunningham, R.B., Olive, L.S., & Davey, R. (2016). The influence of sport club participation on physical activity, fitness and body fat during childhood and adolescence: the LOOK longitudinal study. *Journal of science and medicine in sport*, 19(5), 400-406. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2015.04.008>
- Tunay, B. (2008). *Yetişkinlerde fiziksel aktivite*. Ankara: Klasmat Matbaacılık, Sağlık Bakanlığı Yayınları.
- Vancampfort, D., Stubbs, B., Sienaert, P., Wyckaert, S., De Hert, M., Rosenbaum, S., & Probst, M. (2015). What are the factors that influence physical activity participation in individuals with depression? A review of physical activity correlates from 59 studies. *Psychiatria Danubina*, 27(3), 210-224.
- Yıldırım, D.İ., Yıldırım, A., ve Eryılmaz, M.A. (2019). Sağlık alışanlarında fiziksel aktivite ile yaşam kalitesi ilişkisi. *Cukurova Medical Journal*, 44(2), 325-333. DOI: <https://doi.org/10.17826/cumj.451087>
- Zacher, H., Kooij, D., & Beier, M.E. (2018). Active aging at work: Contributing factors and implications for organizations. *Organizational Dynamics*, 47(1),37-45. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.orgdyn.2017.08.001>.





Evaluation of Sports Education at Higher Education Level in the Scope of Total Quality Management

Velittin BALCI¹*, Arif YÜCE², Hakan KATIRCI²

¹Ankara University, Faculty of Sports Sciences, Ankara.

²Eskisehir Technical University, Faculty of Sports Sciences, Eskisehir.

Original Article

Received: 28.09.2019

Accepted: 23.10.2019

DOI: 10.25307/jssr.626181

Online Publishing: 31.12.2019

Abstract

The aim of this study is to determine the satisfaction levels of the students getting educated about sports at the higher education level regarding their faculties within the scope of total quality management. The sample was selected from the students of Physical Education and Sports Teaching, Sports Management, Coaching Education and Recreation Departments of Eskişehir Technical University by using simple random sampling methodology. A screening model was used within the scope of the study, which included a total of n=150 students, of which n=51 (34%) were female and n=99 (66%) were male. In the study where data was collected using the survey technique, Student Satisfaction Questionnaire prepared by the Education Research and Development Department of the Turkish Ministry of National Education was used after being adapted to the higher education institutions. The data obtained through the questionnaire were transferred to a computer and analysed with SPSS 20.0 package program. Percentage/frequency analysis technique was used for data analysis. According to the results of the research, it was determined that the students could benefit from the sports hall and university facilities at a sufficient level and they could easily meet the instructors when they needed. At the same time, the students stated that efforts were made to solve the problems they conveyed to their instructors and that the instructors were reliable people. In addition, it was determined that their opinions were not taken when making decisions about the students in the faculty. As a result of the research, it was determined that the three topics that the students of the sports sciences faculty were most satisfied with in the faculties they studied in the context of total quality management were education and training activities, accessibility and communication and security, respectively. In addition, the lowest level of satisfaction of students within the scope of total quality management is participation in decisions and student affairs. Additionally, the satisfaction levels of sports science students in the context of total quality management were found to be at a moderate level.

Keywords: Total quality management in sport, sports education, sports science students.

INTRODUCTION

Total quality management (TQM) is the management strategy that includes all organizational functions that aim to satisfy the customers in general terms and to realize the vision and mission of the institution or organization (Ahmad et al., 2017). In other words, TQM is an integrated management approach and philosophy that considers issues such as continuous improvement, meeting the needs of customers, protecting the benefit of members and society, employee participation and teamwork and problem solving (Powell, 1995; Ross, 2017). Perfect quality and high quality in each work performed are considered to be the prominent and proposed parties of services and strategies for buyers (Kim, 2016). TQM processes are one of the main forces for any organization. The concept of TQM, which plays an important role in achieving

* Corresponding Author: Assoc. Prof. Dr. Velittin Balci, E-mail: vbalci2@gmail.com

quality, improvement and competitive advantage, points to a point of interest in many areas, particularly in trade, industry, politics and academia (Tasie, 2016). Criteria for TQM are expressed in the most general form as follows;



Figure 1. Criteria Regarding Total Quality Management were adapted from Vliet (2009) and Muter & Kayalidere (2003).

The main point of TQM is customer-centricity. On the basis of customer-oriented understanding, there are factors such as determining customer requests, keeping them in mind and ensuring that the requests are satisfied (Lagrosen, 2001; Ooi et al, 2011). Today's competitive conditions and developing technology have increased the needs and expectations of customers. This not only forced all organizations to be customer-oriented but also led them to carry out intensive studies in order to provide more qualified services (Chang et al., 2009; Setó-Pamies, 2012).

Leadership is seen not only as an important position in institutions and organizations but also as a respected position. Leaders undertake different responsibilities in TQM and exhibit leadership attitude in all their behaviours. At this point, it is stated that TQM should be evaluated as a tool that increases success and has positive effects on general satisfaction (Riches & Morgan, 1990).

Communication strategies in TQM should be aligned with the mission, vision and objectives of the organization (Vliet, 2009). In addition to this, it is very important that managers can communicate by speaking, listening, writing and reading in the business environment. Communication, which is one of the important principles of TQM, needs to be used effectively. Accordingly, it is a necessity to integrate effective and correct communication both in the institution and in communication with stakeholders through different channels and in management strategies (Omachonu & Ross, 2004; Stamatis, 1995).

The strategic and systematic approach includes a well-developed plan and quality improvement and services that will enable the organization to move forward (Kantardjieva, 2015; Vliet, 2009). Continuous improvement refers to customer satisfaction for changing conditions and

the need for activities to be realized in order to reach the targets. Today, as conditions change rapidly, institutions and organizations that are unable to keep up with change face the danger of extinction. In TQM, it is stated that the only condition to keep up with the change is to follow the change closely and to act by accepting that there is always better (Ross, 2017; Shortell et al., 1995; Walsh et al., 2002). Continuous improvement factor contains the suggestions of continuous improvement for the use of correct measurement tools, the use of innovative and creative thinking elements and thus to become more qualified institutions and organizations (Oakland, 2014; Vliet, 2009). Deming, which is one of the most important names of continuous development, states that productivity will increase when quality is increased and this situation creates positive effects by increasing organizational competitiveness (Dudin et al., 2015; Sokovic et al., 2010). The element of full participation refers to the participation of employees in the process of solving problems, providing change and development, and making use of their energies (Chiu, 1999; Lawler, 1994).

The approach regarding preventing mistakes is based on the principle of preventing the occurrence of the problem, rather than solving the problems when the time comes. In the understanding of TQM, rather than debugging or correcting mistakes, it is aimed not to make mistakes and to make it right at the beginning of the action (Lagrosen, 2001). In TQM, measurement and statistics are carried out to achieve objective and realistic results solely on the basis of data. With systematic analysis and statistics, missing aspects can be identified, and feedback can be obtained. Thus, it is easier to identify the necessary changes and strategies (Hackman & Wageman, 1995; Kanji, 1994).

Today, it is generally accepted that TQM is shaped by the 14 rules of Deming (1986). Bonstingl (2001), adapted the rules of Deming (1986) to education. The so-called rules adapted for educational institutions can be expressed as follows:

- In order to improve studies, products and services, the potential of the school-students should be improved, and continuity should be created for these purposes.
- New philosophies should be adopted through further empowerment of institution (school, university) leaders, teachers-students and continuity in improvements should be ensured.
- The student's educational experience, tests and other measurement tools should be used for scientific diagnoses and recommendations. At this point, collective evaluations should be avoided, and more subjective evaluations should be made.
- Relationships based on trust and participation should be established both within the institution (school, university) and society. Joint studies should be conducted in order to increase the potential of students, teachers, managers and society.
- The managers of the institutions (school, university) and their employees should improve their qualifications and thus the production and service system in order to make continuous progress.
- New training programs should be established according to the organizational culture and corporate relations of the institution (school, university).

- Leadership should be established within the institution (school, university), and studies should be conducted with teachers, students and community members.
- Fear should be removed.
- Roles and statuses that prevent productivity within the institution (school, university) should be abolished and working groups between departments and units should be created.
- Individuals should not be held accountable if the educational objectives are not met, and system failures should be corrected.
- Numerical quotas should not be applied to students, teachers and administrators.
- Efforts should be made to eliminate the obstacles that may prevent the happiness of the employees within the institution (school, university).
- An effective education and training program should be established in order to increase satisfaction both within the institution (school, university) and outside the institution.
- Action must be taken to ensure the necessary conversions and high-level plans need to be designed to be successful in the long run.

As in all other organizations, educational institutions have to produce both in order to achieve their goals and objectives and to survive. Due to the nature of education, however, it is not always possible to put forward the elements of productivity as clearly as the goods-producing organizations. Quality in education is expressed as a phenomenon that occurs as a result of the interaction of many different variables (Özdemir, 2002). At this point, considering quality in education and the necessity of considering its elements as a whole, all the steps in an educational institution need to work effectively.

Universities have the purpose of raising individuals who have completed their education. The element of quality in education plays a key role in preparing these individuals for a world of different struggles (Langford & Cleary, 1999). Physical education and sports activities, which can be considered as one of the most important educational tools of developed countries, aim to contribute to the physical, social, psychological, cultural and mental development of individuals and to ensure healthy generations of the society (Bailey et al., 2009; Sunay, 2002). The intensive settlement of these mentioned features of sports in a country is directly related to the prevalence rate of sport in that country (Sunay, 2002). When sports and education are under debate with this dimension, two different situations emerge. The first one is education for sports and the other is sports for education. In education for sports, sport is the purpose, and the education is utilized in order to perform sports at the highest level. In this case, the education of athletes, coaches, spectators and sports managers is in question. Education is an indispensable way that leads to the field of sports as it does in every field and in addition, it serves the purpose of increasing the technical, aesthetic and performance levels of the sport. On the other hand, in the dimension of sports for education, sports are the most fun tools used and the most effective when used correctly to achieve the goals determined by education (Öztürk, 1998). At this point, it can be interpreted that the concepts of sports awareness,

increasing participation in sports and development in sports are related to sports education systems.

Quality management in education systems has a very important position in providing efficiency in student services, infrastructures, etc. The implementation of TQM in educational institutions is considered important in eliminating the negativities that occur in activities such as eliminating non-compliance, lack of leadership and lack of skills (Pineda, 2013). In addition, being able to be competitive in a higher education institution is possible by adapting to the innovations in the information and technology era, raising the quality of academic and scientific activities and providing a set of studies that would satisfy both students and employees. In this context, the satisfaction of the students from the universities they study stands out as one of the most important factors in total quality management. Universities should evaluate students' satisfaction and expectations while planning for education, and they should accordingly formulate a strategy. At this point, the determination of students' perception of total quality management regarding the institutions they study gains value in terms of strategic plans to be realized in the future. The aim of this study is to determine the satisfaction levels of the students, who study sports at the higher education level, with the faculties where they study within the scope of total quality management.

MATERIAL AND METHODOLOGY

Research Design: Screening model was used in the research. Descriptive research technique was used to determine the satisfaction of the students regarding the institution where they are educated within the scope of total quality management and to present the current situation.

Participants: The universe of the study consists of 760 students studying at Eskişehir Technical University's Faculty of Sport Sciences. The sample of the study was selected from the students of Physical Education and Sports Education, Sports Management, Coaching Education and Recreation Departments of Eskişehir Technical University using the simple random methodology and out of 150 students in total, 51 (34%) were female and 99 (66%) were male.

Data Collection Procedure: In the research, where data was collected using survey technique, the "Student Satisfaction Questionnaire", which was prepared by the Ministry of National Education, Department of Education Research and Development and used in seminars on total quality management approach, was adapted to higher education institutions and used as a data collection tool (MEB, 2013). The questionnaire consists of 45 questions and includes the following sections: "Accessibility/Communication", "Wishes, Suggestions, Complaints", "Reliability", "Security", "Participation in Decisions", "Student Affairs", "Education Activities", "Between Classes", "Physical Environment of the University", "Social Environment of the University", "Evaluation, Award", "Gaining Positive Behaviour and Education". The questionnaire was applied to the subjects using face to face interview technique. Before the application of the questionnaire, information on the research subject and

aims of the study were provided to the participants and verbal consent was obtained. All questions and sections are presented in Table 1.

Statistical Analysis: The data obtained through the questionnaire were transferred to a computer and analysed with SPSS 20.0 package program. In the analysis of the data, firstly the frequency and percentage analysis were made for the demographic characteristics of the participants, the departments they studied / their grades. Then, percentage/frequency analysis of the responses given to the statements included in the sections of the questionnaire form was performed.

RESULTS

The findings obtained within the scope of the research were tabulated and presented under this section.

Table 1. Distribution of students participated in the research according to demographic variable

| Variables | | n | f (%) |
|------------|--|------------|-------------|
| Gender | Male | 99 | 66% |
| | Female | 51 | 34% |
| | Total | 150 | 100% |
| Age | Between 18-21 | 57 | 38,0% |
| | Between 22-25 | 88 | 58,7% |
| | Between 26-29 | 4 | 2,7% |
| | 30+ | 1 | 0,7% |
| | Total | 150 | 100% |
| Department | Coaching Education | 11 | 7,3% |
| | Physical Education and Sports Teaching | 38 | 25,3% |
| | Recreation | 51 | 34% |
| | Sports Management | 50 | 33,3% |
| | Total | 150 | 100% |
| Grade | 1 st Grade | 11 | 7,3% |
| | 2 nd Grade | 38 | 25,3% |
| | 3 rd Grade | 51 | 34% |
| | 4 th Grade | 50 | 33,3% |
| | Total | 150 | 100% |

As can be seen in Table 1., it was found that 34% of the 150 students who participated in the study consisted of female students and 66% of them were male students (Table 1). 38% of the 150 students who participated in the study were students between the ages of 18-21, 58.7% of the students were between the ages of 22-25, 2.7% of the students were between the ages of 26-29, and 0.7% of the students were 30 years and above. And 33.3% of the 150 students participating in the research are Sports Management Department students, 34% are students of Recreation Department, 7.3% are students of Coaching Department and 25.3% are Physical Education and Sports Education students. Finally, also as can be seen in Table 1., 8% of the 150 students participating in the research are 1st-grade students, 24.7% are 2nd-grade students, 47.3% are 3rd-grade students and 20% are 4th-grade students.

Table 2. Distribution of students participated in the research according to answers given to the “student satisfaction survey”

| | Strongly Disagree (1) | | Less agree (2) | | Somewhat agree (3) | | Agree (4) | | Strongly Agree (5) | |
|---|--------------------------|------|-------------------|------|-----------------------|------|--------------|------|-----------------------|------|
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % |
| Accessibility and Communication | | | | | | | | | | |
| 1. I can easily meet the instructors when I need them. | 5 | 3,3 | 16 | 10,7 | 27 | 18,0 | 65 | 43,3 | 37 | 24,7 |
| 2. I can easily talk to the dean of the faculty when I need to. | 10 | 6,7 | 38 | 25,3 | 37 | 24,7 | 37 | 24,7 | 28 | 18,7 |
| 3. I can easily reach the faculty administration when I need to. | 2 | 1,3 | 32 | 21,3 | 45 | 30,0 | 43 | 28,7 | 28 | 18,7 |
| 4. I can make enough use of the faculty library. | 8 | 5,3 | 58 | 38,7 | 46 | 30,7 | 22 | 14,7 | 16 | 10,7 |
| 5. I can benefit from university facilities (Library, Dining Hall, etc.) sufficiently. | 2 | 1,3 | 6 | 4,0 | 34 | 22,7 | 77 | 51,3 | 31 | 20,7 |
| 6. I can make enough use of the faculty gym. | 2 | 1,3 | 11 | 7,3 | 12 | 8,0 | 71 | 47,3 | 54 | 36,0 |
| Wishes, Suggestions and Complaints | | | | | | | | | | |
| 7. Efforts are made for the solution of the problems I forward to my teachers. | 4 | 2,7 | 12 | 8,0 | 36 | 24,0 | 90 | 60,0 | 8 | 5,3 |
| 8. Efforts are made to solve the problems I forward to the faculty management. | 5 | 3,3 | 26 | 17,3 | 39 | 26,0 | 74 | 49,3 | 6 | 4,0 |
| Reliability | | | | | | | | | | |
| 9. I trust the school's administration. | 13 | 8,7 | 18 | 12,0 | 76 | 50,7 | 35 | 23,3 | 8 | 5,3 |
| 10. Our faculty members are reliable people. | 9 | 6,0 | 6 | 4,0 | 21 | 14,0 | 94 | 62,7 | 20 | 13,3 |
| Security | | | | | | | | | | |
| 11. I feel safe in the faculty. | 4 | 2,7 | 9 | 6,0 | 54 | 36,0 | 71 | 47,3 | 12 | 8,0 |
| 12. Adequate security measures are taken in our faculty. | 4 | 2,7 | 9 | 6,0 | 52 | 34,7 | 73 | 48,7 | 12 | 8,0 |
| Participation in Decisions | | | | | | | | | | |
| 13. Our opinions are taken for the decisions made about the students in the faculty. | 64 | 42,7 | 53 | 35,3 | 26 | 17,3 | 7 | 4,7 | 0 | 0 |
| 14. The faculty student board can represent students. | 19 | 12,7 | 30 | 20,0 | 80 | 53,3 | 21 | 14,0 | 0 | 0 |
| Student Affairs | | | | | | | | | | |
| 15. All kinds of transactions are carried out quickly in the student affairs office. | 10 | 6,7 | 28 | 18,7 | 29 | 19,3 | 73 | 48,7 | 10 | 6,7 |
| 16. Health services in the faculty are sufficient. | 14 | 9,3 | 59 | 39,3 | 48 | 32,0 | 27 | 18,0 | 2 | 1,3 |
| Education Activities | | | | | | | | | | |
| 17. I think that the information I have gained at the faculty will be useful to me in life and / or in my later education. | 7 | 4,7 | 14 | 9,3 | 25 | 16,7 | 59 | 39,3 | 45 | 30,0 |
| 18. Sufficient time is allocated for the teaching of the courses in the faculty. | 4 | 2,7 | 5 | 3,3 | 21 | 14,0 | 46 | 30,7 | 74 | 49,3 |
| 19. Different methods are used in the processing of courses. | 7 | 4,7 | 15 | 10,0 | 63 | 42,0 | 54 | 36,0 | 11 | 7,3 |
| 20. We are given the opportunity to learn and succeed. | 4 | 2,7 | 13 | 8,7 | 27 | 18,0 | 77 | 51,3 | 29 | 19,3 |
| 21. The theoretical knowledge that we have learned is also practised (with methods such as experiments, projects, assignments, etc.). | 6 | 4,0 | 12 | 8,0 | 48 | 32,0 | 63 | 42,0 | 21 | 14,0 |
| 22. I can easily express my opinions and suggestions in the classroom. | 4 | 2,7 | 10 | 6,7 | 22 | 14,7 | 62 | 41,3 | 52 | 34,7 |
| 23. I'm not afraid to make mistakes. | 5 | 3,3 | 13 | 8,7 | 45 | 30,0 | 56 | 37,3 | 31 | 20,7 |
| 24. Appropriate tools are used during the courses. | 5 | 3,3 | 17 | 11,3 | 32 | 21,3 | 76 | 50,7 | 20 | 13,3 |
| 25. Enough equipment is available in the classroom or in the gym. | 1 | 0,7 | 8 | 5,3 | 22 | 14,7 | 93 | 62,0 | 26 | 17,3 |
| 26. We can use the tools and the equipment (computer, projection, etc.) in our classes. | 2 | 1,3 | 7 | 4,7 | 20 | 13,3 | 54 | 36,0 | 67 | 44,7 |

Table 2. Distribution of students participated in the research according to answers given to the “student satisfaction survey” (Table 2 continued)

| | Strongly Disagree (1) | | Less agree (2) | | Somewhat agree (3) | | Agree (4) | | Strongly Agree (5) | |
|--|--------------------------|------|-------------------|------|-----------------------|------|--------------|------|-----------------------|------|
| | n | % | n | % | n | % | n | % | n | % |
| Between Classes | | | | | | | | | | |
| 27. I find the opportunity to rest between classes. | 3 | 2,0 | 17 | 11,3 | 81 | 54,0 | 37 | 24,7 | 12 | 8,0 |
| 28. Breaks between classes are sufficient. | 7 | 4,7 | 23 | 15,3 | 80 | 53,3 | 30 | 20,0 | 10 | 6,7 |
| Physical Environment of the University | | | | | | | | | | |
| 29. Faculty building and other physical spaces (gym, garden, etc.) are sufficient. | 11 | 7,3 | 44 | 29,3 | 53 | 35,3 | 25 | 16,7 | 17 | 11,3 |
| 30. I can sit comfortably in the classroom and follow the lessons in the best way. | 13 | 8,7 | 27 | 18,0 | 76 | 50,7 | 22 | 14,7 | 12 | 8,0 |
| 31. Our classrooms are suitable for teaching. | 21 | 14,0 | 65 | 43,3 | 23 | 15,3 | 30 | 20,0 | 11 | 7,3 |
| 32. The inside and outside of the faculty are clean. | 3 | 2,0 | 4 | 2,7 | 10 | 6,7 | 67 | 44,7 | 66 | 44,0 |
| Social Environment of the University | | | | | | | | | | |
| 33. I can find the things I need in our faculty’s canteen. | 10 | 6,7 | 17 | 11,3 | 57 | 38,0 | 53 | 35,3 | 13 | 8,7 |
| 34. The staff in the faculty canteen are friendly and kind to the students. | 4 | 2,7 | 6 | 4,0 | 21 | 14,0 | 95 | 63,3 | 24 | 16,0 |
| 35. The products sold in the faculty canteen are high quality and reliable. | 5 | 3,3 | 16 | 10,7 | 65 | 43,3 | 54 | 36,0 | 10 | 6,7 |
| 36. In our faculty, sufficient social and cultural activities are organized. | 10 | 6,7 | 28 | 18,7 | 79 | 52,7 | 30 | 20,0 | 3 | 2,0 |
| 37. In our faculty, a sufficient amount of sportive activities is organized. | 8 | 5,3 | 20 | 13,3 | 85 | 56,7 | 36 | 24,0 | 1 | 0,7 |
| 38. I like the social, cultural and sportive activities that are being organized. | 10 | 6,7 | 13 | 8,7 | 38 | 25,3 | 71 | 47,3 | 18 | 12,0 |
| Evaluation, Reward | | | | | | | | | | |
| 39. While evaluating students’ achievements (Grading etc.), they are treated objectively. | 7 | 4,7 | 27 | 18,0 | 71 | 47,3 | 43 | 28,7 | 2 | 1,3 |
| 40. Prepared exam questions and evaluations made measure our real success as students. | 15 | 10,0 | 19 | 12,7 | 79 | 52,7 | 34 | 22,7 | 3 | 2,0 |
| 41. Rewarding is based on objective criteria. | 8 | 5,3 | 25 | 16,7 | 70 | 46,7 | 44 | 29,3 | 3 | 2,0 |
| Gaining Positive Behaviour and Education | | | | | | | | | | |
| 42. I got to know Atatürk and other state elders better in the faculty and my love for them grew. | 7 | 4,7 | 24 | 16,0 | 79 | 52,7 | 34 | 22,7 | 6 | 4,0 |
| 43. Faculty students are given national and spiritual values. I am proud to be a member of the Republic of Turkey. | 3 | 2,0 | 10 | 6,7 | 52 | 34,7 | 56 | 37,3 | 29 | 19,3 |
| 44. Faculty students are given basic moral values (integrity, honesty, helpfulness, etc.). | 16 | 10,7 | 53 | 35,3 | 44 | 29,3 | 27 | 18,0 | 10 | 6,7 |
| 45. In the faculty, the habit of having contemporary and innovative ideas in accordance with the aims of education is given. | 6 | 4,0 | 8 | 5,3 | 29 | 19,3 | 69 | 46,0 | 38 | 25,3 |

As shown in Table 2., the points highlighted by the students are as follows:

Regarding the “Accessibility and Communication” section, they stated that they were able to benefit sufficiently from the gym (83.3%) and university facilities (72%) and that they could easily meet the instructors when they needed (68%). In the “Wishes, Suggestions and Complaints” section, the students stated that efforts were made to solve the problems they conveyed to their professors (60%), and in the “Reliability” section, they stated that the faculty members were reliable people (62.7%). In the “Participation in Decisions” section, students (42.7%) mostly stated that their opinions were not taken in the decisions taken about the students in the faculty. In the “Student Affairs” section, students (55.4%) stated that all transactions were carried out quickly in the student affairs department. In the “Education”

section, 80% of the students stated that there was sufficient time for the teaching of the courses in the faculty, 79.3% stated that they had sufficient equipment in the classroom or in the gym, and 75% stated that they could easily express their opinions and suggestions in the classroom. Students stated that the breaks between the classes were sufficient (53.3%) and that they had the opportunity to rest during these breaks (54%). In the "Physical Environment of the University" section, most of the students (88.4%) stated that the faculty was clean inside and out. In the "Social Environment of the University" section, students (79.3%) stated that the individuals working in the faculty canteen were friendly and kind and 59.3% liked social, cultural and sports activities. Students (77.3%) who think that they have been treated objectively while evaluating their success levels, state that they have gained the habit of having a modern and innovative idea in line with the aims of education in the faculty they study.

Table 3. The mean value of the responses of the students participating in the research given to the "student satisfaction survey" by sections

| Sections | n | \bar{x} |
|--|-----|-----------|
| Accessibility and Communication | 150 | 3,53 |
| Wishes, Suggestions and Complaints | 150 | 3,45 |
| Reliability | 150 | 3,39 |
| Security | 150 | 3,53 |
| Participation in Decisions | 150 | 2,26 |
| Student Affairs | 150 | 2,96 |
| Education Activities | 150 | 3,79 |
| Between Classes | 150 | 3,17 |
| Physical Environment of the University | 150 | 3,20 |
| Social Environment of the University | 150 | 3,31 |
| Evaluation, Rewarding | 150 | 3,01 |
| Gaining Positive Behaviour and Education | 150 | 3,32 |

As can be seen in Table 3., it has been identified that "Education Activities" ($\bar{x}=3.79$), "Security" ($\bar{x}=3.53$) and "Accessibility and Communication" ($\bar{x}=3.53$) were the sections which students were most satisfied with. On the other hand, satisfaction with "Participation in Decisions" ($\bar{x}=2.26$), "Student Affairs" ($\bar{x}=2.96$) and "Evaluation, Rewarding" ($\bar{x}=3.01$) was determined to be the lowest amongst students.

DISCUSSION

The services offered within the education systems are mostly aimed at students. However, it is stated that sports education is among the most important educational tools of developed countries (Sunay, 2002). Therefore, the universities and sub-units providing sports education need continuous improvement in order to provide the most qualified and holistic service to the students. One of the important points of meeting this need is the adoption of the principles regarding total quality management. In addition, the determination of students' wishes, needs

and expectations is considered important both in providing qualified services and satisfying individuals. In this context, the satisfaction levels of the students studying in the faculties of sports sciences regarding the faculties were considered important and evaluated within the scope of total quality management. Within the scope of the data obtained, it was determined that the students stated that they benefited sufficiently from the facilities of the university and faculty. The studies conducted (Drakou et al., 2008; Jackson & Henderson, 1995; Öcal, 2014) reveal that situations such as lack of facilities or not being able to benefit from the facilities, both in universities and in daily life, are restrictive of leisure time. Effective use of leisure time, especially by young people, helps both social cohesions become stronger and protects the young population further from harmful habits (Tuncay, 2000). In addition, Yalçınkaya et al. (1993), stated that sports facilities were at the top of the expectations of university students and that inadequacies had negative effects. At this point, it is seen as a positive result that the students of the faculty of sports sciences find the facilities sufficient and make sufficient use of them.

The students stated that they could meet with faculty members when needed and that they could meet with faculty administration including dean when necessary. In the other sections, they stated that efforts were made to solve the problems they conveyed to the faculty members and faculty management, that they trust the school management and that the faculty members are trustworthy people. The communication between the instructor and the student in the universities contributes positively to the motivation levels of the students and their education. In addition, it is stated that the instructors approaching the students in a sincere and reassuring manner when communicating with them, being fair in their relations with the students, using the appropriate methods in the learning-teaching process, acting according to the principles of measurement and evaluation, affect the ethics and efficiency of the education very significantly (Arslantaş, 2011). The results obtained in this context are positively important.

One of the important data obtained within the scope of the research is that students think that their own opinions are not taken when others make decisions about themselves in the faculty. Print et al. (2002), emphasize that the schools should be democratic places, while the democratic school is an institution that gives the right to participate in the decision-making process to all members, including the students. Similarly, Kepenekçi (2003) states that students should participate in the decisions concerning them.

The students of the Faculty of Sport Sciences think that the duration of the courses is sufficient, that the tools used in the courses or the gym are used in accordance with the subject and that the information acquired within the scope of the educational activities do also work in their lives. Arcaro (1995), stated that the selection along with the use of appropriate tools and techniques in the courses within the scope of TQM is very important for the effective functioning of the process.

Higher education institutions play an important role in developing the skills and competencies necessary for lifelong learning (Coşkun & Demirel, 2012). Personal development, learning, preserving forward-looking information through teaching and improving it, which are among the four main objectives of higher education, also gain importance accordingly (Bergan & Damian, 2010). In this context, it is considered valuable for students to think that they have acquired information that they will use for the rest of their lives in the faculty of sports sciences in terms of total quality management in education.

Students who stated that social, cultural and sportive activities are organized sufficiently in the Faculty of Sport Sciences and that they like these activities, also stated that the physical environment of the university is clean and sufficient, that the exam questions are sufficient in measuring themselves and that the rewarding is handled according to objective criteria. The faculties pay special attention to organizing social, cultural and sportive activities as well as educational activities. These activities, which are organized with the aim of making the students evaluate their non-studying time in the best way, contribute to students' gaining of new interests, the healthy development of their talents and personalities, and their physical, mental and cultural development. The quality of the physical and social environment of the university, which is very important in terms of total quality management in education, directly affects the satisfaction levels of the students. According to this, the fact that the students find the physical and social environment of the university sufficient shows that the satisfaction levels are at the desired level.

Finally, the students state that they have been given the habit of having contemporary and innovative ideas in line with the aims of education in the faculty. Quality of lifelong learning focuses on three important points: creating high labour force, providing personal development for a more successful life and creating a stronger society (Chapman & Aspin, 2001). However, the main function of universities is to train highly qualified people who have creative thinking, disciplined and sound reasoning, consistent and broad horizons (Bolay, 2011). In this context, the fact that students studying in the faculty of sports sciences are given the habit of having contemporary and innovative ideas in accordance with the aims of the faculty of education reveals that the university and faculty care and fulfil its basic function.

The quality of an educational institution consists of a safe environment, relations between individuals based on participation and satisfaction, the intensity of support given to the student, continuous improvement activities, transparent communication, standards-based learning, professionalism and teamwork (Snyder et al., 2012).

CONCLUSION

As a result of the research, it was determined that the three sections that students studying in the faculty of sports sciences were most satisfied with in the faculties where they studied within the scope of total quality management were the following: education activities, accessibility and communication and security. In addition, the lowest levels of satisfaction of students within the scope of total quality management are participation in decisions and student affairs. In addition, the satisfaction levels of the students of the faculty of sports sciences within the scope of total quality management were found to be moderate. Accordingly, the review of the sections with lower levels of satisfaction and the development of strategies and plans for these sections will provide the desired level of satisfaction in total quality management.

Within the scope of continuous improvement and continuous evolution which is the main purpose of Total Quality Management, scientific approaches that keep with total quality management should be evaluated and applied both in order to ensure the continuity of quality in areas where satisfaction levels are sufficient and to make necessary improvements in areas where satisfaction levels are low. Management strategies to be applied to these recommendations are considered important in terms of quality of education.

REFERENCES

- Ahmad, M. F., Soo Nee, P., Muhd Nor, N. H., Shiaw Wei, C., Hassan, M. F., & Abdul Hamid, N. A. (2017). Total quality management practices in malaysia healthcare industry: a survey result. *International Journal of Supply Chain Management*, 6(3), 332-336. DOI: 10.1063/1.5005354
- Arcaro, J. (1995). *Creating quality in the classroom*. Florida: Lucie Press.
- Arslantaş, H. İ. (2011). Öğretim elemanlarının öğretim stratejileri-yöntem ve teknikleri, iletişim ve ölçme değerlendirme yeterliklerine yönelik öğrenci görüşleri. [Student views regarding teaching staffs' sufficiencies in teaching strategies-methods and techniques, communication]. *Mustafa Kemal Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(15), 487-506.
- Bailey, R., Armour, K., Kirk, D., Jess, M., Pickup, I., Sandford, R., & Education, B. P. (2009). The educational benefits claimed for physical education and school sport: an academic review. *Research Papers in Education*, 24(1), 1-27. DOI: 10.1080/02671520701809817
- Bergan, S., & Damian, R. (2010). *Higher education for modern societies-competences and values*. Council of Europe Higher Education series No: 15, Strasbourg: Council of Europe Publishing.
- Bolay, S. H. (2011). Çağdaş üniversitede neler önem kazanmaktadır? [What becomes important in the contemporary university?]. *Yükseköğretim ve Bilim Dergisi*, 1(3), 105-112. DOI: 10.5961/jhes.2011.016
- Bonstingl, J. J. (2001). *Schools of quality*. Thousand Oaks, California: Corwin Press.
- Chang, H. H., Wang, Y. and Yank, W. (2009). The impact of e-service quality, customer satisfaction and loyalty on e-marketing: Moderating effect of perceived value. *Total Quality Management and Business Excellence*, 20(4): 423-443. DOI: 10.1080/14783360902781923
- Chapman, J., & Aspin, D. (2001). Schools and the learning community: Laying the basis for learning across the lifespan. In *International handbook of lifelong learning* (pp. 405-446). Dordrecht: Springer.
- Chiu, R. K. (1999). Employee involvement in a total quality management programme: problems in Chinese firms in Hong Kong. *Managerial Auditing Journal*, 14(1/2), 8-11. DOI: 10.1108/02686909910245522.
- Coşkun, Y. D., & Demirel, M. (2012). Üniversite öğrencilerinin yaşam boyu öğrenme eğilimleri. [Lifelong learning tendencies of university students]. *Hacettepe Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 42(42), 108-120.
- Deming, W. E. (1986). *Out of the crisis: Quality, Productivity and Competitive Position*. Massachusetts: Cambridge Mass.
- Drakou, A., Tzetzis, G., & Mamantzi, K. (2008). Leisure constraints experienced by university students in Greece. *The Sport Journal*, 11(1). [Available online at: <http://thesportjournal.org/article/leisure-constraints-experienced-by-university-students-in-greece/>], Access Date: 04.05.2019
- Dudin, M., Frolova, E., Gryzunova, N., & Shuvalova, E. (2015). The Deming Cycle (PDCA) concept as an efficient tool for continuous quality improvement in the agribusiness. *Asian Social Science*, 11(1), 239-246. DOI:10.5539/ass.v11n1p239.
- Hackman, J. R., & Wageman, R. (1995). Total quality management: Empirical, conceptual, and practical issues. *Administrative Science Quarterly*, 40(2), 309-342. DOI: 10.2307/2393640.
- Jackson, E. L., & Henderson, K. A. (1995). Gender-based analysis of leisure constraints. *Leisure Sciences*, 17(1), 31-51. DOI: 10.1080/01490409509513241.
- Kanji, G. K. (1994). Total quality management and statistical understanding. *Total Quality Management*, 5(3), 105-114. DOI: 10.1080/09544129400000030.
- Kantardjieva, M. (2015). The relationship between total quality management (TQM) and strategic management. *Journal of Economics, Business and Management*, 3(5), 537-541. DOI: 10.7763/JOEBM.2015.V3.242.

Balcı, V., Yüce, A., & Katırcı, H. (2019). Evaluation of sports education at higher education level in the scope of total quality management. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 167-180.

Kepekçi, Y. (2003). Demokratik okul. *Eğitim Araştırmaları*, 3(11), 44-53.

Kim, G. S. (2016). Effect of total quality management on customer satisfaction. *International Journal of Engineering Sciences & Research Technology*, 5(6), 507-514. DOI: 10.5281/zenodo.55618.

Lagrosen, S. (2001). Strengthening the weakest link of TQM—from customer focus to customer understanding. *The TQM Magazine*, 13(5), 348-354. DOI: 10.1108/09544780110401916.

Langford, D. P., & Cleary, B. A. (1999). *Eğitimde kalite yönetimi*. İstanbul: Kalite Derneği.

Lawler III, E. E. (1994). Total quality management and employee involvement: are they compatible?. *Academy of Management Perspectives*, 8(1), 68-76.

MEB (2013). Milli Eğitim Bakanlığı, Eğitimi Araştırma ve Geliştirme Daire Başkanlığı Dokümanlar. "Çalışan memnuniyeti anketi" Formu, 2013.

Muter, N. B., & Kayalidere, G. (2003). Toplam Kalite Yönetiminin Manisa Vergi Dairesinde Uygulanabilirliği. [Applicability of total quality management in the tax administration department of Manisa, Mesir]. *Yönetim ve Ekonomi: Celal Bayar Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 10(1), 141-157.

Oakland, J. S. (2014). *Total quality management and operational excellence: text with cases*. London: Routledge.

Omachonu, V. K., & Ross, J. E. (2004). *Principles of total quality*. Florida: Crc Press.

Ooi, K. B., Lin, B., Tan, B. I., & Yee-Loong Chong, A. (2011). Are TQM practices supporting customer satisfaction and service quality?. *Journal of Services Marketing*, 25(6), 410-419. DOI: 10.1108/08876041111161005.

Öcal, K. (2014). Constraints on leisure time physical activity at a public university. *Journal of Human Sciences*, 11(2), 648-660.

Özdemir, S. (2002). Eğitimde toplam kalite yönetimi. [Total quality management in education]. *Kırgızistan-Türkiye Manas Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 2002, 2, 253-270.

Öztürk F. (1998). Toplumsal boyutlarıyla spor. Ankara: Bağırhan Yayınevi.

Pineda, A. P. M. (2013). Total quality management in educational institutions: Influences on customer satisfaction. *Asian Journal of Management Sciences and Education*, 2(3), 41-46.

Powell, T. C. (1995). Total quality management as competitive advantage: a review and empirical study. *Strategic Management Journal*, 16(1), 15-37. DOI: 10.1002/smj.4250160105.

Print, M. Arnsram, S., Nielsen, H. S. (2002). Education for democratic processes in schools and classrooms. *European Journal of Education*, 37 (2), 193-210.

Riches, C. R., & Morgan, C. (1990). *Human resource management in education*. Milton Keynes: Open University Press.

Ross, J. E. (2017). *Total quality management: Text, cases, and readings*. New York: Routledge.

Setó-Pamies, D. (2012). Customer loyalty to service providers: examining the role of service quality, customer satisfaction and trust. *Total Quality Management & Business Excellence*, 23(11-12), 1257-1271. DOI: 10.1080/14783363.2012.669551.

Shortell, S. M., O'Brien, J. L., Carman, J. M., Foster, R. W., Hughes, E. F., Boerstler, H., & O'Connor, E. J. (1995). Assessing the impact of continuous quality improvement/total quality management: concept versus implementation. *Health Services Research*, 30(2), 377.

Snyder, F. J., Vuchinich, S., Acock, A., Washburn, I. J., & Flay, B. R. (2012). Improving elementary school quality through the use of a social-emotional and character development program: A matched-pair, cluster-randomized, controlled trial in Hawai'i. *Journal of School Health*, 82(1), 11-20. DOI: 10.1111/j.1746-1561.2011.00662.x.

Balcı, V., Yüce, A., & Katırcı, H. (2019). Evaluation of sports education at higher education level in the scope of total quality management. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 167-180.

Sokovic, M., Pavletic, D., & Pipan, K. K. (2010). Quality improvement methodologies–PDCA cycle, RADAR matrix, DMAIC and DFSS. *Journal of Achievements in Materials and Manufacturing Engineering*, 43(1), 476-483.

Stamatis, D. H. (1995). *Total quality service: principles, practices, and implementation*. Florida: CRC Press.

Sunay, H. (2002). *Türkiye’de sporun yaygınlaştırılması kapsamında çağdaş spor yöneticilerinin rolü ve önemi*. 27-29 Ekim 2002, 7.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri kitapçığı, s.263-272, Antalya.

Tasie, G. (2016). An exploratory review of total quality management and organizational performance. *International Journal of Business and Law Research*, 4(1), 39-45.

Tuncay, S. (2000). Türkiye’de gençlik sorunlarının psikolojik boyutu. *Muğla Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(1), 231-257.

Van Vliet, V. (2009). Total Quality Management (TQM). 05.05.2019 [Available online at: <https://www.toolshero.com/quality-management/total-quality-management-tqm/>], Access Date: 04.05.2019.

Walsh, A., Hughes, H., & Maddox, D. P. (2002). Total quality management continuous improvement: is the philosophy a reality?. *Journal of European Industrial Training*, 26(6), 299-307.
DOI: 10.1108/03090590210431274

Yalçınkaya, M., Saraçoğlu, A. S., & Varol, S. R. (1993). Üniversite öğrencilerinin spora ilişkin görüşleri ve beklentileri. [The opinions and expectations of the university students toward sport]. *Spor bilimleri dergisi*, 4(2), 12-26.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Life Kinetiğin Performans Sporcuları Üzerine Etkileri

İmdat YARIM^{ID*1}, Ebru ÇETİN^{ID¹}, Özlem ORHAN^{ID¹}
¹Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi

Derleme

Gönderi Tarihi: 25.06.2019

Kabul Tarihi: 31.10.2019

DOI: 10.25307/jssr.581943

Online Yayın Tarihi: 31.12.2019

Öz

Sportif performans açısından iyi planlanmış bilimsel temellere dayanan antrenman içeriklerinin önemi bilinmektedir. Antrenman içeriklerinde life kinetik egzersizlerinin (LK) performansa etkileri ve beceri öğrenme hızı ile koordinatif yeteneklerin gelişimine olan katkısı son yıllarda dikkat çekmektedir. Yapılan çalışmalar, life kinetiğin öğrenme sürecini hızlandırarak, merkezi sinir sisteminde yeni yapılanmalar oluşturduğu, konsantrasyonu ve performansı iyileştiren bir egzersiz sistemi içerdiğinden bahsetmektedir. Life kinetiğin farklı etkileri ve uygulanan değişken içerikleri, sporcularda branşlarına özgü görsel ve kinestetik süreçleri birbirine bağlamak yoluyla performansı etkileyebilmektedir. Life kinetik farklı hareket modelleri, görsel görevler ve bilişsel elementlerden kombine edilen eş zamanlı egzersizler ile çalışılan bir metot olduğu bilinmektedir. Sözü geçen bu egzersizler sporcuları sürekli kendisine bağlamak ve motive etmek için her zaman eğlencelidir. Life kinetik tüm bunları kişilerin yeteneğine göre, değişen zorluk seviyesindeki egzersizlerin yardımıyla başarır. Sportif branşlarda LK egzersizlerinin kullanımı sıklıkla öğrenme, teknik ve taktik gelişime de katkı oluşturup oluşturulamayacağı üzerinde merak uyandırmaktadır. İyi bir performans için kas kuvvetinin yanı sıra, maksimum hareket hızı ve nöromüsküler aktivasyon da önemlidir. Life kinetik ile sporcular iyi antrene edilmiş koordinatif yeteneklere sahip olabilir ve dolayısıyla da performanslarına katkılar sağlanabilir. Bu çalışma farklı branşlarda performans sporcularının LK kullanımlarını ve etkilerinin özetlenmesi amacıyla yapılmıştır.

Anahtar kelimeler: Life kinetik, performans, spor branşları.

Effects of Life Kinetics on Performance Athletes

Abstract

The importance of training contents based on well-planned scientific foundations is known for a good sporting performance. The effects of life kinetics (LK) on performance, contribution of speed of learning skills and development of coordinative abilities have attracted attention studies indicate that life kinetics accelerates the learning process, creating new neural structures, and an exercise system that improves concentration and performance. Different effects of life kinetics and the variable contents applied can affect performance by linking visual and kinesthetic processes specific to their branches in athletes. Life kinetic is known to be a method studied with different motion models, visual tasks and simultaneous exercises combined from cognitive elements. These exercises are always fun to connect and motivate athletes. Life kinetic accomplishes all of this with the help of difficulty-level exercises that vary according to the ability of the individual. The use of LK exercise in sport branches often raises curiosity as to whether learning can contribute to technical and tactical development. In addition to muscle strength, maximum movement speed and neuromuscular activation are also important for good performance. With LK, athletes can have well-coordinated coordinated skills and thus contribute to their performance. The aim of this study is to summarize the effects of the LK usage and performance in different sports branches.

Keywords: Life kinetics, performance, sport branch.

*Sorumlu Yazar: İmdat YARIM, Gazi Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, E-posta: imdat@gazi.edu.tr,
Tel: 0 532 265 0232

GİRİŞ

Almanya’da geliştirilen Life Kinetik (LK) egzersizleri, günümüzde dünyanın birçok ülkesinde uygulanan nöronsal öğrenme sürecini canlandırarak, yeni beyin ağlarını yapılandırıp sinirsel semptomları azaltırken, konsantrasyonu ve görsel sistemin performansını iyileştiren bir eğitim programı olarak kullanılmaktadır (Lutz, 2011). Life kinetik tüm bunları kişilerin yeteneğine göre değışen zorluk seviyesindeki egzersizlerin yardımıyla başarmaktadır. Kişilerin yeteneğİ geliştikçe LK egzersizlerinin beyni daha fazla geliştirmek için giderek zorlaştırılması önerilmektedir. Bu egzersiz modelinin kullanımı geniş çaplı bir alana yayılmaktadır. Çocuklarda, yetişkinlerde, yaşlılarda ve hatta sporcularda da kullanılabilir. Aralarında Olimpiyat ve Dünya şampiyonlarının da bulunduğU elit sporcular son yıllarda LK eğitim programlarını antrenmanlarının içerisinde giderek artan miktarlarda kullanmaya başlaşmışlardır. Bununla birlikte LK ile ilgili olarak bilimsel çalışmalarında doğru orantılı olarak arttığU söylenebilir. Yapılan bilimsel çalışmalar haftada sadece bir saat bile LK ile konsantre olma yeteneğinin arttığınU, fiziksel ve motorik özelliklerde de gelişmeler olduğunu göstermiştir (Lutz, 2014). Life kinetik programlarını geliştiren ve ilk egzersiz kitabının da yazarı olan Host Lutz (2002), kitabında life kinetiğın geniş çapta koordine edilmiş egzersiz programı yolu ile hem fiziksel hem de mental sağıık açısından önemli olduğuna ısrarla değinmiştir.

Günümüzde sportif branşlar için en iyi performans yalnızca titizlikle planlanan, uygulanan ve kontrol edilen temelleri, metodu ve teoriğİ bilimsel geçerliliğİ olan bilgiler üzerine dayandırılan bir antrenman sistemi vasıtasıyla elde edildiğİ bilinmektedir. Üst düzey bir performans seviyesi teknik, taktik, fiziksel kondisyon, psikolojik kalite ve koordinasyon bileşenlerinin tümünü antrene ederek ve çalışarak kazanılır (Pietsch, Böttcher ve Jansen, 2017). Becerinin öğrenme hızı ve istikrarı, çeşitli koordinatif yeteneklerin seviyesine doğrudan bağıdır. Yeteneklerin, teknik ve taktik becerilerin en üst düzeyde kullanımı için koordineli olmasına ihtiyaç vardır (Jain, Bansal, Kumar ve Singh, 2015). Spor branşlarında iyi performansı motor koordinatif yetilerin uyumu belirler (Faigenbaum vd., 2013). Zihinsel rotasyonun altında yatan süreçler ile ilgili olarak Funk, Brugger ve Wilkening (2014), akılda dönen figürlerin sadece zihinsel bir çaba olmadığınU, bunun bireyin fiziksel hareketleri ile bağılantılı olduğuna inanmaktadır. Bu anlayış zihinsel süreçlerin motor işlemlere aracılık ettiğini göstermektedir. Performans sporlarında hareketi çabuk kavrayıp, hızlı karar alabilen ve bu yeteneklerini de performanslarına yansıtanlar iyi bir sporcuya dönüşebilirler. Yapılan araştırmalarda, farklı branşlardaki ve takımlardaki elit sporcular LK’in etkilerini uygulamalar sonrası hissettiklerini ve koordinatif yetileri üzerinde olumlu katkıları olduğunu bildirmişlerdir (Peker ve Taşkın, 2016). Literatür bilgilerine bakıldığında bu egzersiz tipinin yaygın olarak futbolcular üzerinde kullanıldığınU hatta pek çok profesyonel futbol takımının bu antrenmanlar için bünyelerinde özel bir kadro oluşturduğU da bilinmektedir (Vural, 2016). Life Kinetik egzersizlerinin kullanımı da giderek yaygınlaşırken, yeterince bilimsel araştırma ve kanıta dayalı çalışmaların azlığında dikkat çekmektedir. Farklı etkileri ve gelişimleri beraberinde getiren bu uygulama şekline dikkat çekmek, kullanımını arttırmak ve bilimsel kanıtlar sunulmasının büyük ihtiyaç olduğU düşünölmektedir.

Bu çalışmanın amacı, LK’in sporcularda performans parametreleri ve antrenmanlardaki gelişimleri üzerine yapılan çalışmaların özetini içeren bir derleme yapmaktır. Daha sonra ise

spor dallarında sportif performansın arttırılması amacıyla bir araç olarak LK'in etkisi üzerine dikkat çekmektedir.

Performans Sporcularında Life Kinetik Uygulamaları ve İçerikleri

Life Kinetik, beyin hücreleri arasında yeni bağlantılar oluşturan, görsel görevleri, hareketleri ve bilişsel görevleri birleştiren egzersizler kullanarak, fiziksel aktivite yoluyla beyin eğitimi sağlayan bir sistem içermektedir. Egzersizler konsantrasyon, problem çözme becerileri, refleksler, denge, koordinasyon ve aynı zamanda performans sporcuları için stres ile başa çıkma yeteneği üzerinedir. Life kinetik uygulamaları 3 temel üzerine dayandırılmaktadır. Bunlardan ilki "esnek vücut kontrolü" olarak adlandırılır. Bu uygulamalarda dış dünyadan gelen uyarılara karşı hazır olma ve uygun şekilde cevap verme becerileri hedeflenir. İkinci olarak vücut koordinasyonu için ihtiyaç duyulan "görsel sistem" dir. Üçüncü başlık "bilişsel beceriler" i kapsamaktadır. Bu süreçte ise mümkün olduğunca fazla bilgiyi olabildiğince hızla işlemek en temel esastır (FIFA, 2019; Lutz, 2014) Esnek vücut kontrolü kapsamında beynin ve vücudun daha esnek bir şekilde teknikleri uygulaması mümkün olur. Her sporcu antrenmanlarında müsabaka durumundaki tüm şartları deneyimlemeyi hedefler. Bu durum da müsabaka sırasında daha önceden öğrenilmiş hareketlerin daha iyi bir performansla ortaya konulmasını sağlar. Esnek vücut kontrolü hareketleri içeriğinde iki düzensiz hareket arasında değişiklik yapmak (hareket değişikliği), İki hareketi birleştirmek (hareket zinciri) ve düzenli ve düzensiz hareketleri bağlamak (hareket akışı) tarzında egzersizler uygulanır (Lutz, 2010). Görsel sistem, çevresel faktörler, hareketin uygulandığı zeminin özellikleri, mesafe ve kullanılan araç gerece adaptasyon ile ilgili durumlarda ön plana çıkmaktadır. Bu durumlarda veri sağlamasının yanında vücut bileşenlerinin işlevleri, aralarındaki ilişki ve gereken hareket miktarı hakkında da bilgi sağlamaktadır. Hareket hızı ve zorluk derecesi arttığı zaman görsel sistem bileşenlerinin işlevlerinin önemi de artacaktır (Lutz, 2010). LK'in öğrenme üzerinde etkili aracı bilişsel gelişim bileşenidir. Bu temel üzerinde uygulanan LK egzersizleri bilişsel yetenekleri geliştirmeyi hedefler (Chib, 2000).

Life kinetik ile bilişsel yetenekler geliştirilmekte ve performans için önemli kriterlerden olan algı, problem çözme, dikkat ve muhakeme gibi özelliklerin gelişimi sağlanmaktadır. Özellikle LK egzersizlerinin derece derece zorlaşması ve hareketlerin sürekli olarak değiştirilmesi bu eğitim sürecinin daha etkili olmasını destekler. LK uygulamaları, sporcularda durumları daha hızlı analiz etmeyi ve buna göre tepki vermeyi sağlar. Uygulamalar bireysel, eşli veya grup içerisinde yapılabilir. Sporcular program içerisinde sürekli değişen, zorlaşan veya giderek kolaylaşan hareketlerle alışık olmadıkları durumlara adaptasyon sağlamaya çalışır. Egzersizler iki farklı şekilde zorlaştırılabilir. İlk olarak zihinsel görev dediğimiz bilişsel görev zorlaştırılarak daha karmaşık şekle dönüştürülebilir. İkincisi ise egzersizin uygulanış biçimi daha zor bir hale getirilebilir. Bu şekilde, otomatik cevaplama önlenir ve yeni uyarılar üretilir. Mükemmellik için gayret göstermeye ve egzersizleri tamamen ustalaşınca kadar tekrarlamaya alışık olan sporcular için, bu yaklaşım ilk önce büyük bir düşünce değişikliği gerektirir. Bu düşünce değişikliğinin felsefesini kavrayan sporcular bu durumdan zevk alıyorlar ve eğleniyorlar. Sporcular hızla bu yeni duruma adapte oluyorlar ve performansları kısa zamanda artıyor. Bu felsefe değişikliği mükemmeliyetçiliği ortadan kaldırıyor ve hatta mükemmel düzeyde yapılmayan hareketlerin de farklı avantajlar sağladığını ortaya koyuyor. Çünkü beyin sürekli çalışıyor ve yeni şartlara uyum sağlayıcı farklı yöntemler keşfediyor (Lutz, 2014; FIFA, 2019).

Life kinetik uygulamaları sırasında farklı koordinatif yetenekleri geliştirici, egzersizleri eğlenceli ve daha yapılabilir kılan pek çok araç-gereç kullanılmaktadır. Bu materyallere örnek olarak farklı boy, renk ve ağırlıktaki toplar, renkli çember, kurdela, ip, kuka ve göz bantları verilebilir (Resim 1,2). Ayrıca uygulanan spor branşına (raket sporları, toplu sporlar, bireysel sporlar) göre kullanılacak malzemeler çeşitlilik göstermektedir.



Resim 1: LK malzemeleri*



Resim 2: LK uygulama biçiminden bir örnek*

*<https://www.stadtzeitung.de/augsburg-nordwest/sport/life-kinetik-workshop-+-schnupperstunde-d36439.html>

Performans Sporcularında Life Kinetiğin Etkilerinin Araştırıldığı Çalışmalar

Performans sporcularında son yıllarda yapılan çalışmalar incelenmiş ve LK'in etkileri özetlenmeye çalışılmıştır. Araştırmadan elde edilen bilgiler doğrultusunda life kinetik nöronal öğrenme sürecini canlandırmaktadır. Öğrenme sinaptik plastisite yolu ile gerçekleşir (Nelson, 2000). Bu süreçte beyinde gerçekleşen nöroplastisitenin özellikle beyin görme, işitme ve motor beceriler ile ilgili alanlarında olduğu saptanmıştır (Hyde vd., 2009). Egzersiz, beyin plastisitesini destekleyen ve sürdüren moleküler ve hücrel basamakları aktive eder. Bunun yanı sıra uygulanması basit ve yaygındır (Cotman ve Berchtold, 2002). LK egzersizleri de bu kapsamda kullanılarak yeni beyin ağları yapılandırmakta, sinirsel semptomları azaltmakta ve konsantrasyonu artırarak performansını iyileştirebilmektedir. Penka, askeri üniversite öğrencileri üzerinde yaptığı, çalışmasında, LK'in denge, göz-el ve göz-ayak koordinasyonu üzerinde etkili olduğunu tespit etmiştir (Life Kinetik, 2019). Yapılan bir başka çalışmada, life kinetik eğitiminin fonksiyonel beyin bağlanabilirliği üzerindeki etkisini araştırmışlardır. 4 haftalık bir eğitim sürecinde 21 katılımcı ile çalışılmış, test öncesi ve sonrası katılımcıların beyin aktiviteleri FMRI (Anlık Magnetik Rezonans Görüntüleme) yöntemi ile kaydedilmiştir. Eğitim büyük miktarda motor aktivitesi içermiştir. Tüm katılımcıların sağ elini kullandıkları tespit edilmiş ve bu yüzden sol el, kol ve bacaklarını daha koordine etmek zorunda kalmışlardır. Sonuç olarak; life kinetiğin içerdiği bilinmeyen denebilecek, alışılmadık dışında hareket ve görevlerin, kas-ko aktivasyon nedeniyle beyin bölgelerinin artan bağlanma gücü için ifade edilen beyin plastisitesini tetiklediğini bulmuşlardır (Demirakca vd., 2016).

Sportif branşlarda LK egzersiz kullanımına bakılacak olursa sıklıkla öğrenme, teknik ve taktik gelişime de katkı oluşturup oluşturulamayacağı üzerinde merak uyandırmaktadır. Karmaşık bir şekilde hareket ederken kişinin kendi bedeninin algısını harekete geçirir ve böylece kinetik ve vestibüler sistem eğitilir, bu da sporcuların özel bir hareket olmadığında bile belirli bilişsel prosedürleri kullanmalarını sağlar (Pietsch, Böttcher ve Jansen, 2017). Daha spesifik olarak,

güreşçiler veya Cimnastikçiler gibi spor aktiviteleri sırasında görsel ve kinestetik süreçleri birbirine bağlamak zorunda kalan sporcular, koşu gibi başlıca kardiyovasküler spor aktiviteleri ile atletlerden daha iyi zihinsel rotasyon performansı sergilemektedir (Moreau, 2012). Peker ve Taşkın (2016), life kinetiğın bilişsel işlemler üzerine etkisini araştırdığı çalışmasını 20 sağlıklı atlet üzerinde yapmıştır. Deney grubuna 12 hafta boyunca atletizm antrenmanlarının yanı sıra haftada üç gün 30 dk life kinetik uygulamaları yapılmıştır. Deney grubunun planlama ve bilişsel işlem performansının kontrol grubuna göre istatistiksel açıdan daha yüksek olduğu bulunmuştur.

Takım sporları üzerine yapılan bir çalışmada Buraczewski, Cicirko ve Ciupińska (2016) Polonya Kadın Futbol Ligi'nde mücadele eden 18 futbolcuya Life Kinetik antrenmanlarını 12 hafta boyunca uygulamıştır. Yapılan testlerde ritim kullanılarak (*dominant olan ve olmayan bacakla ses eşliğinde top sektirme*) dominant olan ve olmayan ayak ile hedefe řut testleri yapılmıştır. Sonuçlar dominant olmayan bacakta anlamlı derecede gelişme olduğunu göstermiştir ($p<0.05$). Sonuç olarak araştırmacının tavsiyesi, life kinetiğın futbol oyuncularının antrenman programlarına dahil edilmesinin onların özel yeteneklerini geliştirmesine katkı sağlayacağı, böylece oyun performanslarının daha iyi olacağı yönünde olmuştur (Buraczewski, Cicirko ve Ciupińska, 2016). Bir başka çalışmada Vural (2016), life kinetiğın genç erkek basketbolcuların denge, dikkat ve reaksiyon süresi üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçladığı çalışmasında denekleri deney ve kontrol grubu olmak üzere ikiye ayırmıştır. Çalışma grubuna 12 hafta boyunca LK uygulamaları yaptırılmıştır. Çalışma grubunun işitsel ve görsel reaksiyon süreleri kontrol grubuna oranla anlamlı düzeyde daha kısa bulunurken ($p<0,05$), denge skorlarında gruplar arasında istatistiksel anlamda fark bulunamamıştır.

SONUÇ

Yapılan araştırmalar incelendiğinde LK egzersizlerinin bilişsel süreci etkilediği açıkça görölmektedir. Bunun yanı sıra motor beceriler ve farklı fizyolojik parametreler üzerine etkileri olduğundan da araştırmalarda bahsedilmektedir. Sporcuların performans gelişimlerine katkı sağlaması açısından değerlendirdiğimize LK'in pozitif yönlü bir etki göstereceği söylenebilir. Hem alt yapı çalışmalarında teknik öğretimının desteklenmesi hemde üst düzey sporcularda daha iyi bir performans sergilenmesi amacıyla bu egzersiz modelinin antrenman programlarına dahil edilmesi olumlu katkılar sağlayabilir. Bu model ile rutin, yorucu ve tek düze devam eden antrenman programlarına eğlence katılabilir. Bunun yanı sıra yeni, değişik, zorlayıcı ve hergün farklılaşan egzersizlerle sporcuların sadece performanslarını değil aynı zamanda antrenmanlara olan motivasyonları da artırılabilir.

KAYNAKLAR

- Buraczewski, T., Cicirko, L. & Ciupińska, A. (2016). The effectiveness of coordination training of female football players coordination abilities in physical education. In *Coordination Abilities in Physical Education, Sports and Rehabilitation* (Ed., T. Niznikowski, J. Sadowski, W. Starosta), p. 43-55. Poland: International Association of Sport Kinetics Library Series.
- Chib, S.S. (2000). *Relationship of selected psychomotor variables and coordinativeabilities to playing ability in volleyball*. (Yayımlanmamış doktora tezi). Lakshmi Bai National Institute of Physical Education Deemed Universty, India.

- Cotman, C.W., & Berchtold, N.C. (2002). Exercise: A behavioral intervention to enhance brain health and plasticity. *Trends in Neurosciences*, 25(6), 295-301.
- Demirakca, T., Cardinale, V., Dehn, S., Ruf, M., & Ende, G. (2016). The exercising brain: changes in functional connectivity induced by an integrated multimodal cognitive and whole-body coordination training. *Neural plasticity*, 2016, 1-11. <http://dx.doi.org/10.1155/2016/8240894>.
- Faigenbaum, A.D., Farrell, A., Fabiano, M., Radler, T., Naclerio, F., Ratamess, N.A., Kang, J. & Myer, G.D. (2013). Effects of integrative neuromuscular training on fitness performance in children. *Pediatr Exerc Sci*, 23(4), 573-584.
- FIFA 1904. (2019). Life kinetik, brain training for the pros. Erişim adresi: www.fifa.com.tr/magazine
- Funk, M., Brugger P., & Wilkening, F. (2014). Motor processes in children's imagery: the case of mental rotation of hands. *Developmental Science*, 8(5), 402-408.
- Hyde, K., Lerch, J., Norton, A., Forgeard, M., Winner, E., Evans, A., & Schlaug, G. (2009). The effects of musical training on structural brain development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1169(1), 182-186.
- Jain, A., Bansal, R., Kumar, A. & Singh, K.D.A. (2015). Comparative study of visual and auditory reaction times on the basis of gender and physical activity levels of medical first year students. *Int J Appl Basic Med Res*, 5(2), 124-127.
- Life Kinetik. (2019). Life Kinetik. Erişim adresi: www.lifekinetik.com.tr/life-kinetik, 15 Haziran 2019.
- Lutz, H. (2002). Life Kinetik, Gehirntaining durch Bewegung. Germany: Blv Buchverlag GmbH & Co.
- Lutz, H. (2010). Fußball spielen mit LK. Mnch: BLV.
- Lutz, H. (2011). LK&wetenschappelijk onderzoek research en samenstelling 1-8, Germany.
- Lutz, H. (2014). Life Kinetik. Gehirntaining durch Bewegung, München, Germany: BLV.
- Moreau, D. (2012). The role of motor processes in three-dimensional mental rotation: Shaping cognitive processing via sensorimotor experience. *Learning and Individual Differences*, 22(2012), 354-359.
- Nelson, C. A. (2000). The neurobiological bases of early intervention. In J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), *Handbook of early childhood intervention* (pp. 204-227). New York, NY, US: Cambridge University Press.
- Peker, A.T., ve Taşkın, H. (2016). The effect of LK trainings on coordinative abilities. 27th Proceedings of International Academic Conferences 5306946, 20 Oct., 2016. International Institute of Social and Economic Sciences. ISBN 978-80-87927-29-8.
- Pietsch, S., Böttcher, C. & Jansen, P. (2017). Cognitive motor coordination training improves mental rotation performance in primary school-aged children. *Mind, Brain and Education*, 11(4),176-180.
- Vural, M.U. (2016). *Life kinetik antrenmanının genç erkek basketbolcularda denge, reaksiyon süresi ve dikkat üzerine etkisi*. (Yayımlanmamış ysek lisans tezi). Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Ankara.



Elit Güreşçilerin Doping ve Ergojenik Yardım Hakkındaki Bilgi ve Kullanma Düzeylerinin İncelenmesi

Yahya YILDIRIM¹, Süleyman ŞAHİN²

¹Bursa Teknik Üniversitesi, Bursa.

²Uludağ Üniversitesi, Bursa.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 16.09.2019

Kabul Tarihi: 08.11.2019

DOI: 10.25307/jssr.620393

Online Yayın Tarihi: 31.12.2019

Öz

Çalışmanın amacı; Türkiye Serbest, Greko-Romen ve kadın Milli Takım güreşçilerinin doping ve ergojenik yardım hakkındaki bilgi düzeyleri ve tutumlarının incelenmesidir. Araştırmaya 2019 yılında milli takım kamplarında yer alan 47 Serbest stil, 52 Greko-Romen stil ve 24 kadın olmak üzere toplam 123 elit güreşçi gönüllü olarak katılmışlardır. Çalışmaya katılan sporcuların yaş ortalamalarının 22,94±3,44 yıl olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada Eröz (2007) tarafından geliştirilen, doping maddeleri ve ergojenik yardımcıları hakkındaki anket formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde SPSS 24 paket programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistik olarak frekans ve yüzde değerleri verilmiştir. Doping bilgi düzeyleri ve tutumları ile eğitim düzeyi ve spor yaşı arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. İstatistiksel işlemlerin yorumlanmasında anlamlılık düzeyi için $p < 0,05$ kabul edilmiştir. Elde edilen bulgular ışığında, güreşçilerin öncelikli olarak “iyi bir yaşam standardına ulaşmak için doping kullanımını tercih ettikleri” görüşünde oldukları, doping hakkında yeterli bilgiye sahip olmadıkları ve dopingin sağlığa büyük zararlarının olduğu yönünde görüş bildirdikleri görülmektedir. Yine katılımcıların çoğunluğunun dopingin haksız rekabete yol açtığı düşüncesine katıldıkları, doping kullanımının serbest bırakılmasına ve yakalanmadığı sürece doping kullanımını fikrine katılmadıkları belirlenmiştir. Ayrıca katılımcıların çoğunluğunun antrenörünün verdiği ilaçların içeriğini bilmeden kullanmadığı görülmüştür. Tüm bunların yanında güreşçilerin eğitim düzeyleri yükseldikçe, doping hakkındaki bilgi düzeylerinin azaldığı ve dopingin sağlığa büyük zararlarının olmadığı yönündeki düşüncelerinin arttığı tespit edilmiştir. Ayrıca güreşçilerin eğitim düzeyleri yükseldikçe, sporda doping kullanımının serbest bırakılmaması gerektiği ve dopingin sporcular, antrenörler ve idareciler tarafından yeterince iyi bilinmediği düşüncesinde oldukları belirlenmiştir. Güreşçilerin spor yaşları arttıkça, “sporda başarı için her yolu denemekten” kaçındıkları ve dopingin sporcular, antrenörler ve idareciler tarafından yeterince iyi bilinmediği düşüncesinde oldukları belirlenmiştir.

Anahtar Kelimeler: Güreş, Doping, Ergojenik Yardım.

Research of Knowledge and Use Levels of Elite Wrestlers About Doping and Ergogenic Aids

Abstract

The aim of the study is to investigate the knowledge levels and opinions of Turkish freestyle, Greco-Roman and female national team wrestlers about doping and ergogenic aids. A total of 123 elite wrestlers participated in the study voluntarily in 2019, including 47 freestyle, 52 Greco-Roman and 24 women in national team camps. The mean age of the participants was 22,94 ± 3,44 years. In this study, a questionnaire about doping agents and ergogenic aids developed by Eröz (2007) was used. SPSS 24 package program was used to analyze the data. Frequency and percentage values are given as descriptive statistics. Pearson correlation analysis was performed to determine the relationship between doping knowledge levels and opinions, education level and sport age. $p < 0.05$ was accepted as the level of significance in the interpretation of statistical procedures. In the light of the findings, it is seen that the wrestlers are primarily of the opinion that “athletes prefer to use doping to reach a good standard of living”, they do not have enough information about doping, and that doping has great harm to health. It was also determined that the majority of the participants agreed that doping caused unfair competition, they did not agree with the release of doping use and the idea of using doping unless I was caught. In addition, it was seen that the majority of the participants did not use the drugs given by their trainer without knowing the contents. In addition to these, it was found that as the education level of the wrestlers increased, their knowledge about doping decreased and the thoughts that doping did not have great health damages increased. In addition, as the training level of wrestlers increased, it was determined that the use of doping in sports should not be released and that doping was not well known by athletes, coaches and administrators. It was found that as the age of the wrestlers increased, they avoid trying every way to success in sports and think that doping is not well known by athletes, coaches and administrators.

Keywords: Wrestling, Doping, Ergogenic Aids.

* Sorumlu yazar: Yahya YILDIRIM, E-posta: yahya.yildirim@btu.edu.tr

GİRİŞ

Günümüzde spor toplumun farklı kesimleri için farklı anlamlar ifade edebilmektedir. Seyredenler için estetik bir kavram, bahisçiler için bir bahis alanı, uygulayanlar için ise kimi zaman sağlıklı yaşam aracı, kimi zaman da para kazanma ve hayatı idame aracı olarak görülebilmektedir. Özellikle sporu meslek olarak yapan bireyler için başarılı olmak kaçınılmaz bir hale gelmiştir. Bu bireyler başarılı olabilmek için etik dışı davranışları, sağlığını tehdit eden unsurları dikkate almadan çeşitli yöntemlere başvurumaktadırlar. Bu yöntemlerin başında da doping gelmektedir (Dallı, Işıkdemir ve Bingöl, 2014). Dünya Anti Doping Ajansı (WADA) tarafından yapılan tanıma göre, doping bir sporcunun vücuduna ait örnekte; sportif performans artırıcı veya sağlığı tehdit eden ya da spor ruhuna aykırı olan herhangi bir madde veya yöntemin bulunması ya da kullanılması veya kullanıldığına dair bir kanıtla rastlanmasıdır (Yücesir, 2004).

Doping kullanımına bağlı ortaya çıkan olumsuzlukların birçok sporcu tarafından bilindiği kabul edilmektedir. Buna rağmen, doping kullanımında ısrar edilmesi, rekorların ve galibiyetlerin dayanılmaz cazibesini, sporun giderek ticarileşmesini ve doping ile profesyonellik arasında gitgide artan sıkı bir ilişkinin olduğunu düşündürmektedir. Takımın ligdeki konumu, forma aşkı, bilgisizlik, antrenman tembelliği veya müsabakaya hazırlanma eksikliği sporcuların başarıya daha çabuk ulaşabilmek için çeşitli arayışlara girmelerine dolayısıyla dopinge olan ilginin artmasına neden olmaktadır (Bayram, Bayraktar, Tozoğlu ve Doğar, 2017; Eröz, 2007). Doping'in kısa sürede birçok motorik özelliği olumlu etkilediği bilinmekle beraber, uzun süre ve yüksek dozlarda kullanıldığında geriye dönüşü olmayan karaciğer bozuklukları, tümörler, deri dökülmeleri, kadınlarda kılınma ve psikolojik kişilik bozuklukları gibi yan etkilerine de rastlanmaktadır (Gençtürk, Çolakoğlu ve Demirel, 2009; Güler, Gökdemir ve Günay, 2004).

Bazı vitamin, mineral, aminoasit, bitki ve metabolit gibi maddeler ya da yöntemler ergojenik yardımcıları olarak nitelendirilirler. Ergojenik yardımcıları, sporcular tarafından optimal enerji sağlama, enerji sistemlerinin dengesi ve kas dokusunun gelişimi gibi amaçlarla ek besin olarak kullanılmaktadırlar, doping sınıfına girmemektedirler. Yüksek yoğunlukta ve sıklıkta antrenman yapan sporcular enerji düşüklüğü ve bitkinlikten şikâyetçi olurlar, bu durumdan kurtulmak için enerji içecekleri ya da bazı ergojenik maddeler onlara cazip gelebilmektedir (Bayram vd., 2017; Bonci, 2002; Kürkcü, Can ve Durukan, 2009). Doping yapan maddelerin sınıflandırılması stimülanlar (uyarıcılar), narkotik analjezikler, anabolik steroid'ler, beta bloke'ler, diüretik'ler, (idrara söktürücü) Peptid hormonlar ve analoglarıdır (Dallı vd., 2014). Günümüzde uygulanan ilginç bir yöntem de dopingi doping ile gizlemektir. İlaçların vücuttan atılmasını hızlandıran veya doping maddelerinin tespit edilmesini zorlaştıran maddelere maskeleyici (silici) ajan denilmektedir. Diüretik, epitestosteron, probenesid ve plazma genişletici (örneğin hidroksetil, nişasta) gibi maddeler maskeleyici ajan grubunda yer almaktadırlar ve kullanımları yasaklanmıştır (Ünal ve Durisehvar, 2003).

Güreş sporu aerobik ve anaerobik dayanıklılık, güç, kuvvet, esneklik, sürat, çabukluk, denge, reaksiyon ve strateji gibi üst düzey sportif performans ve kontrol gerektirmektedir (Yıldırım, Arabacı, Topcu ve Vardar, 2019; Yoon, 2002). Bu nedenle güreşçilerin yasaklı maddeleri kullanma olasılıklarının yüksek olduğu düşünülmektedir. Çalışmanın amacı; Türkiye Serbest,

Greko-Romen ve kadın Milli Takım güreşçilerinin doping ve ergojenik yardım hakkındaki bilgi düzeyleri ve tutumlarının incelenmesidir.

METOT

Araştırma Modeli

Araştırma modeli olarak, Türk Milli Takım güreşçilerinin doping ve ergojenik yardım hakkındaki bilgi düzeyleri ve tutumlarını belirlemek amacıyla nicel araştırma yöntemlerinden tarama modeli seçilmiştir.

Araştırma Grubu

Araştırmaya 2019 yılında Türk Milli Takımı'nı temsil edecek olan A milli takım kamplarında yer alan 47 Serbest stil, 52 Greko-Romen stil ve 24 kadın olmak üzere toplam 123 elit güreşçi gönüllü olarak katılmışlardır. Çalışmaya katılan sporcuların yaş ortalamalarının $22,94 \pm 3,44$ yıl olduğu tespit edilmiştir. Çalışmaya başlamadan önce Türkiye Güreş Federasyonu'ndan gerekli izinler alınmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmanın veri toplama sürecinde kişisel bilgiler formu ve sporcuların doping maddeleri ve ergojenik yardımcıları hakkındaki bilgi düzeyleri ve tutumlarına ilişkin Eröz (2007) tarafından oluşturulan anket formu kullanılmıştır. Kişisel bilgi formunda bireylerin yaş, cinsiyet, güreş stili, eğitim düzeyi ve antrenman yaşı ile ilgili sorular sorulmuştur. Anket formunda ise sporcuların doping ve ergojenik yardım hakkındaki bilgi düzeylerinin ve tutumlarının belirlenmesine yönelik 5 ayrı bölümden oluşan ve 48 madde bulunmaktadır. Ankette; sporda doping kullanımının tercih edilme nedenleri ile ilgili 8 madde, sporda doping ve kullanılan doping (yasaklı madde) çeşitleri hakkındaki bilgi düzeyleri ile ilgili 11 madde, sporda doping kullanım konusundaki görüşleri ile ilgili 11 madde, sporcuyu dopinge yönlendirmeye sebep olan etkenlerin derecesi ile ilgili 7 madde ve sporcuların ergojenik yardım hakkındaki bilgi ve kullanma düzeyleri ile ilgili 11 madde yer almaktadır. Eröz (2007) tarafından oluşturulan ankette 5'li likert tipi cevap türü uygulanmışken, bu çalışmada 3'lü cevap türü (katılmıyorum, kararsızım, katılıyorum) kullanılmıştır.

Anket formunun geçerlilik güvenilirlik çalışması Eröz (2007) tarafından yapılmış, alfa düzeyinin 0,05 olarak kabul edildiği güvenilirlik testi sonucunda, anketin 0,797 düzeyinde güvenilir olduğu görülmüştür. Bu çalışmada ise yapılan Cronbach's Alpha analizinde anket 0,935 düzeyinde güvenilir olarak bulunmuştur. Anketler güreş milli takım kamplarının yapıldığı merkezlere gidilerek (ankete katılacak olan gönüllü sporculara toplantı salonlarında gerekli açıklamalar yapılarak) uygulanmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 24 paket programı kullanılmıştır. Tanımlayıcı istatistik olarak frekans ve yüzde değerleri verilmiştir. Doping bilgi düzeyleri ve görüşleri ile eğitim düzeyi ve spor yaşı arasındaki ilişkiyi belirlemek için Pearson korelasyon analizi yapılmıştır. İstatistiksel işlemlerin yorumlanmasında anlamlılık düzeyi için $p < 0,05$ kabul edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1’de çalışmaya katılan güreşçilerin cinsiyet, güreş stili, eğitim düzeyi ve spor yaşı frekans ve yüzde değerleri verilmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların cinsiyet, güreş stili, eğitim düzeyi ve spor yaşı frekans ve yüzde değerleri

| | | Frekans | Yüzde |
|----------------|--------------------|---------|-------|
| Cinsiyet | Erkek | 99 | 80.5 |
| | Kadın | 24 | 19.5 |
| | Toplam | 123 | 100.0 |
| Güreş Stili | Serbest stil | 47 | 38.2 |
| | Grekoromen stil | 52 | 42.3 |
| | Kadın serbest stil | 24 | 19.5 |
| | Toplam | 123 | 100.0 |
| Eğitim Düzeyi | Lise | 10 | 8.1 |
| | Üniversite | 92 | 74.8 |
| | Yüksek lisans | 21 | 17.1 |
| | Toplam | 123 | 100.0 |
| Antrenman Yaşı | 4-7 yıl | 10 | 8.1 |
| | 8-11 yıl | 46 | 37.4 |
| | 12-15 yıl | 51 | 41.5 |
| | 16-19 yıl | 8 | 6.5 |
| | 20 yıl ve üzeri | 8 | 6.5 |
| | Toplam | 123 | 100.0 |

Tablo 1’de görüldüğü gibi çalışmaya katılan 123 elit güreşçinin 99’unun (% 80,5) erkek, 24’ünün (% 19,5) kadın olduğu; 47’sinin (% 38,2) serbest stilde, 52’sinin (% 42,3) grekoromen stilde, 24’ünün (% 19,5) kadın serbest stilde olduğu; 10’unun (% 8,1) lise mezunu, 92’sinin (% 74,8) üniversite mezunu, 21’inin (% 17,1) yüksek lisans mezunu olduğu; 10’unun (% 8,1) spor yaşının 4-7 yıl, 46’sının (% 37,4) spor yaşının 8-11 yıl, 51’inin (% 41,5) spor yaşının 12-15 yıl, 8’inin (% 6,5) spor yaşının 16-19 yıl ve 8’inin (% 6,5) spor yaşının 20 yıl ve üzeri olduğu görülmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların sporda doping kullanımını tercih etme nedenleri ile eğitim düzeyleri ve spor yaşları arasındaki ilişki (N=123)

| | | Eğitim Düzeyi | Antrenman Yaşı |
|--|---|---------------|----------------|
| Başarılı sporcu daha yüksek performans elde etmek için doping kullanmak ister. | r | 0.200* | 0.075 |
| | p | 0.027 | 0.411 |
| Başarılı sporcu kaybetme korkusunu yok etmek için doping kullanmak ister. | r | -0.060 | 0.009 |
| | p | 0.513 | 0.925 |
| Başarılı sporcu heyecanını yatıştırabilmek için doping kullanmak ister. | r | -0.053 | -0.173 |
| | p | 0.561 | 0.055 |
| Başarılı sporcu aşırı kazanma isteği sebebiyle doping kullanmak ister. | r | 0.147 | 0.084 |
| | p | 0.106 | 0.357 |
| Başarılı sporcu cazip olan maddi teşvikler sebebiyle doping kullanmak ister. | r | -0.004 | -0.050 |
| | p | 0.963 | 0.582 |
| Başarılı sporcu sosyal statü sağlamak ve bu statüyü korumak için doping kullanmak ister. | r | 0.115 | -0.158 |
| | p | 0.204 | 0.082 |
| Başarılı sporcu iyi bir yaşam standardına ulaşmak için doping kullanmak ister. | r | -0.025 | -0.111 |
| | p | 0.787 | 0.224 |
| Başarılı sporcu kulüp desteğini alabilmek için doping kullanmak ister. | r | -0.150 | -0.226* |
| | p | 0.097 | 0.012 |

* p<0.05

Tablo 2'ye bakıldığında araştırmaya katılanların “başarılı sporcu daha yüksek performans elde etmek için doping kullanmak ister” maddesi hakkındaki düşünceleri ile eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki bulunmuştur (p<0.05). Yine, katılımcıların “başarılı sporcu kulüp desteğini alabilmek için doping kullanmak ister” maddesi hakkındaki düşünceleri ile spor yaşları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki görülmektedir (p<0.05). Katılımcıların “eğitim düzeyleri” ve “spor yaşları” ile diğer maddeler arasında ise herhangi bir anlamlılık düzeyine rastlanılmamıştır.

Tablo 3. Katılımcıların sporda doping kullanımını tercih etme nedenleri ile ilgili anket sorularına verdikleri cevapların dağılımı (N=123)

| | Katılmıyorum (%) | Kararsızım (%) | Katılıyorum (%) |
|--|------------------|----------------|-----------------|
| Başarılı sporcu daha yüksek performans elde etmek için doping kullanmak ister. | 43.9 | 32.5 | 23.6 |
| Başarılı sporcu kaybetme korkusunu yok etmek için doping kullanmak ister. | 55.3 | 17.9 | 26.9 |
| Başarılı sporcu heyecanını yatıştırabilmek için doping kullanmak ister. | 63.4 | 28.5 | 8.1 |
| Başarılı sporcu aşırı kazanma isteği sebebiyle doping kullanmak ister. | 50.4 | 24.4 | 25.2 |
| Başarılı sporcu cazip olan maddi teşvikler sebebiyle doping kullanmak ister. | 53.7 | 26.8 | 19.5 |
| Başarılı sporcu sosyal statü sağlamak ve bu statüyü korumak için doping kullanmak ister. | 52.0 | 23.6 | 24.4 |
| Başarılı sporcu iyi bir yaşam standardına ulaşmak için doping kullanmak ister. | 50.4 | 13.0 | 36.6 |
| Başarılı sporcu kulüp desteğini alabilmek için doping kullanmak ister. | 52.8 | 27.6 | 19.5 |

Tablo 3’te çalışmaya katılan güreşçilerin sporda doping kullanımını tercih etme nedenleri ile ilgili anket sorularına verdikleri cevapların dağılımı verilmiştir. Bulgulara göre katılımcıların “başarılı sporcu daha yüksek performans elde etmek için doping kullanmak ister” maddesine %23,6 oranında, “başarılı sporcu kaybetme korkusunu yok etmek için doping kullanmak ister” maddesine %26,9 oranında, “başarılı sporcu heyecanını yatıştırmak için doping kullanmak ister” maddesine %8,1 oranında, “başarılı sporcu aşırı kazanma isteği sebebiyle doping kullanmak ister” maddesine %25,2 oranında, “başarılı sporcu cazip olan maddi teşvikler sebebiyle doping kullanmak ister” maddesine %19,5 oranında, “başarılı sporcu sosyal statü sağlamak ve bu statüyü korumak için doping kullanmak ister” maddesine %24,4 oranında, “başarılı sporcu iyi bir yaşam standardına ulaşmak için doping kullanmak ister” maddelerine %36,6 oranında ve “başarılı sporcu kulüp desteğini alabilmek için doping kullanır” maddesine %19,5 oranında “katılıyorum” yanıtını verdikleri görülmektedir.

Tablo 4. Katılımcıların sporda doping ve kullanılan doping (yasaklı madde) çeşitleri hakkındaki bilgi düzeyleri ile eğitim düzeyleri ve spor yaşları arasındaki ilişki (N=123)

| | | Eğitim Düzeyi | Antrenman Yaşı |
|---|---|---------------|----------------|
| Doping hakkında yeterli bir bilgiye sahibim. | r | -0.246* | -0.089 |
| | p | 0.006 | 0.326 |
| Dopingün sağlığa büyük zararları vardır. | r | -0.178* | 0.167 |
| | p | 0.049 | 0.065 |
| Sporda en çok Uyarıcılar (Kafein, Kokain vb.) kullanılmaktadır. | r | -0.104 | -0.231* |
| | p | 0.254 | 0.01 |
| Sporda en çok Narkotik Analjezikler (Morfin vb.) kullanılmaktadır. | r | 0.062 | -0.157 |
| | p | 0.497 | 0.083 |
| Sporda en çok Anabolik-Androjenik Steroidler kullanılmaktadır. | r | -0.03 | 0.033 |
| | p | 0.741 | 0.715 |
| Sporda en çok Beta Bloke ediciler kullanılmaktadır. | r | 0.146 | 0.039 |
| | p | 0.106 | 0.668 |
| Sporda en çok Peptid Hormonlar (Eritropoetin, Büyüme hormonu vb.) kullanılmaktadır. | r | 0.072 | 0.122 |
| | p | 0.429 | 0.179 |
| Sporda en çok Maskeleyici Ajanlar kullanılmaktadır | r | -0.019 | 0.072 |
| | p | 0.838 | 0.428 |
| Sporda en çok Kanabinoidler (marihuana, esrar) kullanılmaktadır. | r | -0.054 | -0.092 |
| | p | 0.551 | 0.309 |
| Sporda en çok Kortikosteroidler kullanılmaktadır. | r | -0.012 | -0.031 |
| | p | 0.892 | 0.733 |
| Sporda en çok Anti-östrojenik aktivite ajanlar kullanılmaktadır. | r | 0.066 | 0.051 |
| | p | 0.468 | 0.577 |

* p<0.05

Tablo 4’te görüldüğü gibi araştırmaya katılanların “Doping hakkında yeterli bilgiye sahibim” maddesi hakkındaki düşünceleri ile eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki (p<0.05), “Dopingün sağlığa büyük zararları vardır” maddesi hakkındaki düşünceleri ile eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki (p<0.05) ve “Sporda en çok uyarıcılar (kafein, kokain vb.) kullanılır” maddesi hakkındaki düşünceleri ile spor yaşları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki (p<0.05) tespit edilmiştir. Katılımcıların “eğitim düzeyleri” ve “spor yaşları” ile diğer maddeler arasında ise herhangi bir anlamlılık düzeyine rastlanılmamıştır.

Tablo 5. Katılımcıların sporda doping ve kullanılan doping (yasaklı madde) çeşitleri hakkındaki bilgi düzeyleri ile ilgili anket sorularına verdikleri cevapların dağılımı (N=123)

| | Katılmıyorum (%) | Kararsızım (%) | Katılıyorum (%) |
|---|------------------|----------------|-----------------|
| Doping hakkında yeterli bir bilgiye sahibim. | 37.4 | 37.4 | 25.2 |
| Dopingün sağlığa büyük zararları vardır. | 22.8 | 14.6 | 62.6 |
| Sporda en çok Uyarıcılar (Kafein, Kokain vb.) kullanılmaktadır. | 22.8 | 28.5 | 48.8 |
| Sporda en çok Narkotik Analjezikler (Morfin vb.) kullanılmaktadır. | 31.7 | 45.5 | 22.8 |
| Sporda en çok Anabolik-Androjenik Steroidler kullanılmaktadır. | 32.5 | 31.7 | 35.7 |
| Sporda en çok Beta Bloke ediciler kullanılmaktadır. | 23.5 | 51.2 | 25.2 |
| Sporda en çok Peptid Hormonlar (Eritropoetin, Büyüme hormonu vb.) kullanılmaktadır. | 30.1 | 39.8 | 30.1 |
| Sporda en çok Maskeleyici Ajanlar kullanılmaktadır | 25.3 | 50.4 | 24.4 |
| Sporda en çok Kanabinoidler (marihuana, esrar) kullanılmaktadır. | 37.4 | 36.6 | 26.0 |
| Sporda en çok Kortikosteroidler kullanılmaktadır. | 24.4 | 52.8 | 22.8 |
| Sporda en çok Anti-östrojenik aktivite ajanlar kullanılmaktadır. | 18.7 | 52.0 | 29.3 |

Tablo 5’te çalışmaya katılan güreşçilerin sporda doping ve kullanılan doping (yasaklı madde) çeşitleri hakkındaki bilgi düzeyleri ile ilgili anket sorularına verdikleri cevapların dağılımı verilmiştir. Bulgulara göre, “Dopingün sağlığa büyük zararları vardır” maddesine katılımcıların %62,6’sı katılıyorum derken, “Doping hakkında yeterli bilgiye sahibim” maddesine katılımcıların sadece %25,2’si katılıyorum cevabını vermişlerdir. Katılımcıların kullanılan doping çeşitleri hakkındaki sorulara ise öncelikli olarak (%48,8 oranında) “sporda en çok uyarıcılar (kafein, kokain vb.) kullanılmaktadır” maddesine katıldıkları görülmektedir. Ayrıca katılımcılar “sporda en çok Beta-Bloke ediciler (morfin vb.) kullanılmaktadır”, “sporda en çok Maskeleyici Ajanlar kullanılmaktadır”, “sporda en çok Kostikorteroidler kullanılmaktadır” ve “sporda en çok Anti-Östrojenik Aktivite Ajanlar kullanılmaktadır” maddelerine çoğunlukla kararsızım cevabını vermişlerdir.

Tablo 6. Katılımcıların sporda doping kullanımına yönelik görüşleri ile eğitim düzeyleri ve spor yaşları arasındaki ilişki (N=123)

| | | Eğitim Düzeyi | Antrenman Yaşı |
|--|---|---------------|----------------|
| Sporda doping kullanımı haksız rekabete yol açmaktadır. | r | 0.143 | 0.156 |
| | p | 0.114 | 0.085 |
| Sporda başarılı olmak için her yolu denerim. | r | 0.138 | -0.220* |
| | p | 0.127 | 0.015 |
| Sporda doping kullanımı fair play ruhuna zarar verir. | r | -0.048 | -0.011 |
| | p | 0.598 | 0.903 |
| Sporda doping kullanımı serbest bırakılmalıdır. | r | -0.186* | 0.015 |
| | p | 0.040 | 0.873 |
| Yakalanmadığım sürece doping kullanırım. | r | -0.052 | -0.157 |
| | p | 0.567 | 0.083 |
| Doping sporcular, antrenörler ve idareciler tarafından yeterince iyi biliniyor. | r | -0.185* | -0.275* |
| | p | 0.040 | 0.002 |
| Devlet, sporda dopingi önleme, bilinçlendirme, dopingün zararları, haksız rekabet ve dopingün spor ahlakına ters düştüğü hususunda üzerine düşen görevi yapıyor. | r | -0.113 | -0.072 |
| | p | 0.215 | 0.430 |
| Uluslar arası bir organizasyonda ülkemizin başarısı için doping yaparım. | r | -0.139 | -0.159 |
| | p | 0.125 | 0.080 |
| Sporda doping kullanımı önemli bir sorundur. | r | -0.082 | 0.139 |
| | p | 0.367 | 0.126 |
| Dünya şampiyonu yapacak ciddi bir yan etkisi olan bir ilaca sahip olduğumda tereddüt etmeden kullanırım. | r | -0.055 | -0.030 |
| | p | 0.542 | 0.738 |
| Doping ile ilgili yayınlar okurum. | r | -0.030 | 0.092 |
| | p | 0.743 | 0.310 |

* p<0.05

Tablo 6’da görüldüğü gibi araştırmaya katılanların “Sporda doping kullanımı serbest bırakılmalıdır” maddesi hakkındaki düşünceleri ile eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki ($p<0.05$), “Doping sporcular, antrenörler ve idareciler tarafından yeterince iyi biliniyor” maddesi hakkındaki düşünceleri ile eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki ($p<0.05$), “Sporda başarılı olmak için her yolu denerim” maddesi hakkındaki düşünceleri ile spor yaşları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki ($p<0.05$) ve “Doping sporcular, antrenörler ve idareciler tarafından yeterince iyi biliniyor” maddesi hakkındaki düşünceleri ile spor yaşları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Katılımcıların “eğitim düzeyleri” ve “spor yaşları” ile diğer maddeler arasında ise herhangi bir anlamlılık düzeyine rastlanılmamıştır.

Tablo 7. Katılımcıların sporda doping kullanımına yönelik görüşleri ile ilgili anket sorularına verdikleri cevapların dağılımı (N=123)

| | Katılmıyorum (%) | Kararsızım (%) | Katılıyorum (%) |
|--|------------------|----------------|-----------------|
| Sporda doping kullanımı haksız rekabete yol açmaktadır. | 21.1 | 22.0 | 56.9 |
| Sporda başarılı olmak için her yolu denerim. | 48.0 | 37.4 | 14.6 |
| Sporda doping kullanımı fair play ruhuna zarar verir. | 24.4 | 27.6 | 47.9 |
| Sporda doping kullanımı serbest bırakılmalıdır. | 56.9 | 26.9 | 17.1 |
| Yakalanmadığım sürece doping kullanırım. | 51.2 | 23.6 | 25.2 |
| Doping sporcular, antrenörler ve idareciler tarafından yeterince iyi biliniyor. | 35.0 | 44.7 | 20.3 |
| Devlet, sporda dopingi önleme, bilinçlendirme, dopingin zararları, haksız rekabet ve dopingin spor ahlakına ters düştüğü hususunda üzerine düşen görevi yapıyor. | 35.8 | 32.5 | 31.7 |
| Uluslar arası bir organizasyonda ülkemizin başarısı için doping yaparım. | 44.7 | 31.7 | 23.6 |
| Doping ile ilgili yayınlar okurum. | 27.6 | 13.0 | 59.4 |
| Dünya şampiyonu yapacak ciddi bir yan etkisi olan bir ilaca sahip olduğumda tereddüt etmeden kullanırım. | 39.0 | 40.7 | 20.3 |
| Sporda doping kullanımı önemli bir sorundur. | 42.3 | 25.2 | 32.5 |

Tablo 7’de çalışmaya katılan güreşçilerin anket sorularına verdikleri cevapların dağılımı verilmiştir. Tablodaki bulgulara göre, “Sporda doping kullanımı haksız rekabete yol açar” maddesine katılımcıların %56,9’unun çoğunlukla katılıyorum cevabını verdikleri görülmektedir. Katılımcıların “sporda doping kullanımı serbest bırakılmalıdır” maddesine % 56,9 oranında, “Sporda başarılı olmak için her yolu denerim” maddesine %48,0 oranında, “Yakalanmadığım sürece doping kullanırım” maddesine %51,2 oranında ve “sporda doping kullanımı serbest bırakılmalıdır” maddesine % 56,9 oranında katılmadıkları tespit edilmiştir. “Dünya şampiyonu yapacak ciddi bir yan etkisi olan bir ilaca sahip olduğumda tereddüt etmeden kullanırım” maddesine katılımcıların sadece %20,3’ü, “Doping ile ilgili yayınları okurum” maddesine ise katılımcıların %32,5’i katılıyorum cevabını vermişlerdir.

Tablo 8. Çalışmaya katılan güreşçilerin dopinge yönlendirmelerine sebep olan etkenlerin derecesi ile eğitim düzeyleri ve spor yaşları arasındaki ilişki (N=123)

| | | Eğitim Düzeyi | Antrenman Yaşı |
|--|---|---------------|----------------|
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok yazılı ve görsel basın (radyo, tv. dergi, kitap, vb.) sebep olmaktadır. | r | -0.042 | 0.004 |
| | p | 0.647 | 0.961 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok aile sebep olmaktadır. | r | -0.177 | -0.061 |
| | p | 0.051 | 0.505 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok arkadaşlar sebep olmaktadır. | r | 0.032 | 0.001 |
| | p | 0.725 | 0.995 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok sosyal çevre sebep olmaktadır. | r | 0.105 | 0.012 |
| | p | 0.249 | 0.898 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok kulüp yöneticileri sebep olmaktadır. | r | -0.134 | 0.050 |
| | p | 0.139 | 0.580 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok antrenörler sebep olmaktadır. | r | -0.111 | 0.120 |
| | p | 0.221 | 0.186 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok beden eğitimi öğretmenleri sebep olmaktadır. | r | -0.326* | 0.194* |
| | p | 0.000 | 0.031 |

* p<0.05

Tablo 8’de görüldüğü gibi araştırmaya katılanların “Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok beden eğitimi öğretmenleri sebep olmaktadır” maddesi hakkındaki düşünceleri ile eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki ($p<0.05$) ve “Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok beden eğitimi öğretmenleri sebep olmaktadır” maddesi hakkındaki düşünceleri ile spor yaşları arasında istatistiksel olarak anlamlı pozitif ilişki ($p<0.05$) bulunmuştur. Katılımcıların “eğitim düzeyleri” ve “spor yaşları” ile diğer maddeler arasında ise herhangi bir anlamlılık düzeyine rastlanılmamıştır.

Tablo 9. Katılımcıların dopinge yönlendirmelerine sebep olan etkenlerin derecesi ile ilgili anket sorularına verdikleri cevapların dağılımı (N=123)

| | Katılmıyorum (%) | Kararsızım (%) | Katılıyorum (%) |
|--|------------------|----------------|-----------------|
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok yazılı ve görsel basın (radyo, tv. dergi, kitap, vb.) sebep olmaktadır. | 46.3 | 30.9 | 22.7 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok aile sebep olmaktadır. | 61.0 | 17.9 | 21.1 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok arkadaşlar sebep olmaktadır. | 43.1 | 33.3 | 23.5 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok sosyal çevre sebep olmaktadır. | 42.3 | 32.5 | 25.2 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok kulüp yöneticileri sebep olmaktadır. | 48.8 | 27.6 | 23.6 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok antrenörler sebep olmaktadır. | 47.2 | 19.5 | 33.3 |
| Sporcuyu dopinge yönlendirmede daha çok beden eğitimi öğretmenleri sebep olmaktadır. | 56.1 | 22.0 | 22.0 |

Tablo 9’da çalışmaya katılan güreşçilerin dopinge yönlendirmelerine sebep olan etkenlerin derecesi ile ilgili anket sorularına verdikleri cevapların dağılımı verilmiştir. Tablodaki verilere göre, katılımcıların sporcuyla dopinge yönlendirmeye sebep olan etkenlerin derecelerinin belirlenmesindeki maddelere verdikleri cevaplarda “Sporcuyla dopinge yönlendirmede daha çok antrenörler sebep olmaktadır” maddesine en yüksek oranda (%33,3) katıldıkları görülürken “sporcuyla dopinge yönlendirmede daha çok aile sebep olmaktadır” maddesine ise en düşük oranda (%21,1) katıldıkları ve aynı maddeye en yüksek oranda (%61,0) katılmadıkları tespit edilmiştir. Katılımcıların çoğunluğunun (%56,1) “sporcuyla dopinge yönlendirmede daha çok beden eğitimi öğretmenleri sebep olmaktadır” maddesine ise katılmadıkları görülmektedir. Yine katılımcıların “Sporcuyla dopinge yönlendirmede daha çok arkadaşlar sebep olmaktadır” maddesine %23,5 oranında, “Sporcuyla dopinge yönlendirmede daha çok sosyal çevre sebep olmaktadır” maddesine %25,2 oranında ve “sporcuyla dopinge yönlendirmede daha çok kulüp yöneticileri sebep olmaktadır” maddesine % 23,6 oranında katıldıkları tespit edilmiştir.

Tablo 10. Katılımcıların ergojenik yardım hakkındaki bilgi ve kullanma düzeyleri ile eğitim düzeyleri ve spor yaşları arasındaki ilişki (N=123)

| | | Eğitim Düzeyi | Antrenman Yaşı |
|---|---|---------------|----------------|
| Ergojenik yardım kullanıyorum. | r | -0.089 | -0.222* |
| | p | 0.329 | 0.014 |
| Ergojenik yardım hakkında yeterli bilgiye sahibim. | r | -0.129 | -0.194* |
| | p | 0.157 | 0.032 |
| Müsabaka öncesi ergojenik yardım alıyorum. | r | -0.139 | -0.204* |
| | p | 0.124 | 0.024 |
| Farkında olmadan ergojenik yardım kullandım. | r | -0.224* | 0.122 |
| | p | 0.013 | 0.180 |
| Antrenörümün verdiği ilaçları içeriğini bilmeden kullandım. | r | -0.082 | 0.066 |
| | p | 0.369 | 0.470 |
| Müsabakaya çıkmadan önce hipnoz ve motivasyon tekniklerinden yararlanıyorum. | r | -0.147 | -0.008 |
| | p | 0.104 | 0.928 |
| Ergojenik yardım doping olarak sayılmaktadır. | r | -0.106 | -0.172 |
| | p | 0.243 | 0.057 |
| Ergojenik yardımlardan besinsel yardımcıları kullanıyorum (kreatin, karnitin, aminoasit vb.). | r | -0.126 | 0.054 |
| | p | 0.165 | 0.551 |
| Ergojenik yardımların kullanımı yasaldır. | r | -0.255* | -0.114 |
| | p | 0.004 | 0.211 |
| Ergojenik yardımcıları gerektiğinde kullanılmalıdır. | r | -0.238* | 0.075 |
| | p | 0.008 | 0.410 |
| Kullandığım ergojenik yardımcıların yan etkilerine maruz kaldım. | r | -0.084 | 0.012 |
| | p | 0.357 | 0.898 |

* p<0.05

Tablo 10’da görüldüğü gibi araştırmaya katılanların, “Farkında olmadan ergojenik yardım kullandım” maddesi hakkındaki düşünceleri ile eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki ($p<0.05$), “Ergojenik yardımların kullanımı yasaldır” maddesi hakkındaki düşünceleri ile eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki ($p<0.05$), “Ergojenik yardımcıları gerektiğinde kullanılmalıdır” maddesi hakkındaki düşünceleri ile eğitim düzeyleri arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki ($p<0.05$), “Ergojenik yardım kullanıyorum” maddesi hakkındaki düşünceleri ile spor yaşları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki ($p<0.05$), “Ergojenik yardım hakkında yeterli bilgiye sahibim” maddesi hakkındaki düşünceleri ile spor yaşları arasında istatistiksel olarak anlamlı

negatif ilişki ($p<0.05$) ve “Müsabaka öncesi ergojenik yardım alıyorum” maddesi hakkındaki düşünceleri ile spor yaşları arasında istatistiksel olarak anlamlı negatif ilişki bulunmuştur ($p<0.05$). Katılımcıların “eğitim düzeyleri” ve “spor yaşları” ile diğer maddeler arasında ise herhangi bir anlamlılık düzeyine rastlanılmamıştır.

Tablo 11. Katılımcıların ergojenik yardım hakkındaki bilgi ve kullanma düzeyleri ile ilgili anket sorularına verdikleri cevapların dağılımı (N=123)

| | Katılmıyorum (%) | Kararsızım (%) | Katılıyorum (%) |
|---|------------------|----------------|-----------------|
| Ergojenik yardım kullanıyorum. | 42.3 | 27.6 | 30.1 |
| Ergojenik yardım hakkında yeterli bilgiye sahibim. | 37.4 | 34.1 | 28.4 |
| Müsabaka öncesi ergojenik yardım alıyorum. | 36.6 | 30.1 | 33.4 |
| Farkında olmadan ergojenik yardım kullandım. | 44.7 | 30.9 | 24.4 |
| Antrenörümün verdiği ilaçları içeriğini bilmeden kullanırım. | 58.5 | 18.7 | 22.8 |
| Müsabakaya çıkmadan önce hipnoz ve motivasyon tekniklerinden yararlanıyorum. | 41.5 | 28.5 | 30.1 |
| Ergojenik yardım doping olarak sayılmaktadır. | 48.0 | 30.9 | 21.1 |
| Ergojenik yardımlardan besinsel yardımcıları kullanıyorum (kreatin, karnitin, aminoasit vb.). | 39.8 | 28.5 | 31.7 |
| Ergojenik yardımların kullanımı yasaldır. | 37.4 | 31.7 | 30.9 |
| Ergojenik yardımcıları gerektiğinde kullanılmalıdır. | 33.3 | 33.3 | 33.3 |
| Kullandığım ergojenik yardımcıların yan etkilerine maruz kaldım. | 50.4 | 24.4 | 25.2 |

Tablo 11’de çalışmaya katılan güreşçilerin ergojenik yardım hakkındaki bilgi ve kullanma düzeyleri ile ilgili anket sorularına verdikleri cevapların dağılımı verilmiştir. Tablodaki verilere göre, “müsabaka öncesi ergojenik yardım alıyorum” maddesine en yüksek oranda (%33,4) katıldıkları görülürken “ergojenik yardım doping olarak sayılmaktadır” maddesine ise en düşük oranda (%21,1) katıldıkları tespit edilmiştir. Katılımcıların çoğunluğunun (%58,5) “antrenörümün verdiği ilaçları içeriğini bilmeden kullanırım” maddesine ise katılmadıkları görülmektedir. Yine katılımcıların, “Ergojenik yardım kullanıyorum” maddesine %30,1 oranında, “Ergojenik yardım hakkında yeterli bilgiye sahibim” maddesine %28,4 oranında, “Farkında olmadan ergojenik yardım kullandım” maddesine %24,4 oranında, “müsabakaya çıkmadan önce hipnoz ve motivasyon tekniklerinden yararlanıyorum” maddesine %30,1 oranında, “Ergojenik yardımlardan besinsel yardımcıları kullanıyorum (kreatin, karnitin, aminoasit vb.)” maddesine %31,7 oranında, “ergojenik yardımların kullanımı yasaldır” maddesine %30,9 oranında ve “Ergojenik yardımcıları gerektiğinde kullanılmalıdır” maddesine %33,3 oranında katıldıkları tespit edilmiştir. “kullandığım ergojenik yardımcıların yan etkilerine maruz kaldım” maddesinde ise katılımcıların %50,4’ü katılmadıkları yönünde cevap vermişlerdir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Birçok sporcu tarafından antrenmanlara ek olarak performansı artırmaya yönelik bir takım maddeler kullanılmaktadır (Gündoğdu, Çelebi ve Beyazçiçek, 2017). Performans artırıcı maddelerin kullanımı sporcular açısından ciddi sorunlara yol açmaktadır. Bu maddeler son yıllarda ekonomik sebeplerden dolayı spor otoritelerinin, antrenörlerin ve sporcuların daha çok ilgisini çekmekte ve sporcular tarafından etik olmayan davranışlarda artış gözlenmektedir (Arazi, Saeedi ve Sadeghi, 2014).

Bu yönüyle, ilaçların veya diğer maddelerin kullanımının sporcular arasında yaygınlaşması, spor örgütleri için önemli bir sorun haline gelmiştir (Çelebi, Gündoğdu, Beyazçiçek, Beyazçiçek ve Özmerdivenli, 2017). Bu nedenle bu çalışmada olimpiyatlarda en fazla madalya kazandığımız güreş milli takımlarının doping ile ilgili süreçlerinin titizlikle takip edilebilmesinin bazı bilimsel verilerin ortaya konulmasıyla sürdürülebileceği gereklilikleri düşünülmüş ve sürecin spor örgütleri tarafından daha iyi şekilde yönetilmesine katkı sağlamak hedeflenmiştir.

Bu kapsamda; çalışmaya katılan güreşçilerin sporda doping kullanımının tercih edilme nedenleriyle ilgili düşüncelerine bakıldığında; daha iyi bir yaşam standardına ulaşmak (%36,6), kaybetme korkusunu yok etmek (%26,9), aşırı kazanma isteği (%25,2), sosyal statü sağlamak (%24,4), daha yüksek performans elde etmek (%23,6), cazip olan maddi teşvikler (%19,5), kulüp desteğini alabilmek (%19,5), heyecanını yatıştırabilmek (%8,1) şeklinde sıralandığı görülmektedir. Katılımcılar doping kullanımının tercih edilmesinde en önemli sebebin “Daha iyi bir yaşam standardına ulaşmak” (%36,6) olduğunu düşünmektedirler. Yapılan bir çalışmaya göre Alman elit sporcuların doping kullanmalarında en önemli nedenlerin sportif başarı ve finansal kazanç sağlamak olduğu görülmüştür (Striegel, Vollkommer ve Dickhuth, 2002). Bir başka çalışmada sporcular arasında çeşitli doping maddelerinin kullanımında olası nedenlerin başında ekonomik sebeplerin olduğu görülmüştür (Bloodworth ve McNamee, 2010). Bu çalışmalar bizim çalışmamızı destekler niteliktedir. Güreşçilerin daha iyi bir yaşam standardına sahip olmaları; motivasyonlarını ve başarılarını artırmak açısından da önemli görülmektedir. Ayrıca küreselleşmenin ve kapitalist sistemlerin neredeyse tüm dünya ve de tüm inanç değerlerinde oluşturduğu “ne şekilde olursa olsun” kazanma hedefi maddi değerlerin hızla yükseldiği bir çağı oluşturmuştur. Böyle bir toplumsal yapıda da güreş sporunun ekonomik getirilerinin artırılması ve başarılı güreşçilerin hayat standartlarının iyileştirilmesi güreş sporunun ülke içindeki popülaritesinin artırılması ve ailelerin çocuklarını güreşe daha fazla yönlendirmeleri açısından da önemli olacaktır. Gençlik ve Spor Bakanlığı ve Türkiye Güreş Federasyonunun milli güreşçileri daha iyi bir yaşam standardına ulaştırabilmek adına; ödül sistemini yeniden düzenlemek, başarılı sporculara kamuda daha fazla iş imkanları sağlamak gibi uygulamalar yapması ayrıca spor kulüpleri ile özel sektör temsilcilerinin güreşe daha ciddi şekilde destek vermeleri bu açıdan önemli görülebilecek konulardır.

Dinçer ve Demir’in (2013) elit güreşçilerle yaptığı çalışmada sporda doping kullanımını tercih etme nedenleri olarak ilk 5 sırada; aşırı kazanma isteği (%27,5), daha yüksek performans elde etmek (%19,3), cazip olan maddi teşvikler (%17,8), daha iyi bir yaşam standardına ulaşmak (%17,8) ve sosyal statü sağlamak (%17,8) olduğu sonucuna ulaşmışlardır (Dinçer ve Demir, 2013). Diğer bir çalışmada, atletlerin, güreşçilerin,

judocuların ve haltercilerin başarılı sporcunun iyi bir yaşam standardına ulaşmak için doping kullanmak isteyip istemediği konusuna toplamda % 67,5'lik oranın kesinlikle katılıyorum dediği görülmektedir (Eröz, 2007). Bu çalışmalar da bizlere sporcuların iyi bir yaşam standardına ulaşmak için doping kullanımına toleranslı olabileceklerini gösterir niteliktedirler.

Çalışmaya katılan güreşçilerin eğitim düzeyleri yükseldikçe, “Daha yüksek performans elde etmek” için dopingi tercih etme oranlarının yükselebileceği şeklinde bir düşüncenin hakim olduğu görülmektedir. Bu sonuç güreşçilerin ağırlıklı olarak eğitim gördükleri spor bilimleri fakültelerindeki derslerin içeriğinde öğrendikleri bilgiler ve dopinge ilgili zorunlu-isteğe bağlı seminerlerde öğrendikleri bilgileri arttıkça dopingi tercih etme yönünde daha istekli oldukları şeklinde yorumlanabilir. Bu açıdan konu değerlendirildiğinde de doping kullanımını önleyici nitelikteki etik-ahlak konularında değerler eğitimlerinin müfredat programında yetersiz olabileceği ihtimalini akla getirmektedir. Bu konuda özellikle antrenör, beden eğitimi öğretmeni ve spor yöneticileri yetiştiren, aynı zamanda üst düzey sporculara da bünyesinde eğitim veren üniversitelerin spor bilimleri fakültelerinde ahlak ve etik temelinde dopinge ilgili derslerin ve bilgilendirici seminerlerin yeterliliğinin tekrar gözden geçirilmesi gerektiği düşünülmektedir.

Çalışmaya katılan güreşçilerin sporda doping ve kullanılan doping (yasaklı madde) çeşitleri hakkındaki bilgi düzeylerine bakıldığında; “Doping hakkında yeterli bilgiye sahibim” maddesine sadece %25,2'sinin “katılıyorum” şeklinde cevap verdiği görülmektedir. Aynı soruya %74,8'inin “katılmıyorum” ve “kararsızım” ifadeleri güreşçilerin doping hakkında yeterli bilgiye sahip olmadıkları yönünde bir bulgu olarak görülmektedir. 23 yaş altı Türk Milli Atletizm Takımı ile yapılan bir başka çalışmada katılımcıların % 47'si doping ile ilgili yeterli bilgiye sahip olduklarını ifade etmişlerdir (Yalçın, Çalık, Ece, Geri, Şeker ve Yalçın, 2019). Dallı ve arkadaşlarının (2014) beden eğitimi ve spor yüksek okulunda öğrenim gören üniversite öğrencileri ile yaptıkları çalışmada katılımcıların %74,2'sinin doping hakkında yeterli bilgiye sahip olmadıkları sonucuna ulaşmıştır (Dallı vd., 2014). Bu sonuçlar çalışmamızın bulgularıyla benzer niteliktedirler. Diğer bir araştırmada Ağırbaş (2002), atletizm genç milli sporcularına “Doping nedir biliyor musunuz?” sorusunu yönelmiş ve ankete katılanların % 75'inden hayır cevabını almıştır (Ağırbaş, 2002). Yine Şirin'in (2001) yaptığı çalışmada dopingin yan etkileri konusunda en fazla % 18,3'lük oranla az bilgiliyim, % 15,4'lük oranla bilgiliyim sonucuna ulaşılmıştır (Şirin, 2001). Şirin ve Ağırbaş'ın çalışmalarından elde edilen bulgular; sporcuların doping ve doping kullanımı hakkında kesin bilgilere sahip olmadıkları şeklinde yorumlanabilir. Bir başka çalışmada hentbol oyuncularının çoğunun doping hakkında yeterli bilgiye sahip olmadıkları bildirilmiştir (Öztürk, Suveren ve Çolakoğlu, 2012). Elit düzey futbolcular üzerinde yapılan bir çalışmada, katılımcıların doping hakkında önemli derecede bilgi eksikliği olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Sanchez, Zandonai ve Diaz, 2019). Dolayısıyla yapılan bu çalışmalar bizim çalışmamızla örtüşür niteliktedir. Bir başka çalışmada da sporcuların doping hakkındaki bilgi düzeyleri incelendiğinde eğitim durumlarına göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir farklılık olmadığı görülmüştür, bu sonuç çalışmamız ile çelişmektedir (Dinçer ve Demir, 2013). Bu farklılığın Dinçer ve Demir'in (2013) çalışmasında katılımcıların % 71,8' inin ilköğretim ve lise mezunu, bizim çalışmamızda ise katılımcıların % 91,9'unun üniversite ve yüksek lisans mezunu olmasından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Anketimizin “Dopingın sağlığa büyük zararları vardır” maddesine katılımcıların %62,6’sı katılıyorum, %22,8’i katılmıyorum, %14,6’sı kararsızım cevabını vermişlerdir. Dinçer’e (2010) göre bu maddeye katılmayan güreşçilerin oranı ise %33,9’dur (Dinçer, 2010). 23 yaş altı Türk Milli Atletizm Takımı ile yapılan bir başka çalışmada katılımcıların % 81’i aynı maddeyi “katılıyorum” şeklinde cevaplamışlardır (Yalçın vd., 2019). Dolayısıyla doping maddelerinin sağlığa zararlı olduğu tüm otoriteler tarafından kabul edilmesine ve A Milli Takım güreşçilerinin çoğunluğunun (%62,6) dopingin sağlığa zararlı olduğunu düşünmelerine rağmen, önemli sayılacak bir oranda güreşçinin (%22,8) dopingi sağlık yönüyle bile zararlı görmemeleri önemsenecek bir bulgudur.

Anketimizin “Sporda en çok uyarıcılar (kafein, kokain vb.) kullanılır” maddesine katılımcıların %48,8’i katılıyorum cevabını vermişlerdir. Yine doping çeşitleri ile ilgili olan diğer tüm maddelere katılımcıların büyük çoğunluğu “kararsızım” cevabını vermişlerdir. Bu sonuç katılımcıların doping çeşitleri hakkında yeterli bilgiye sahip olmadığı şeklinde yorumlanabilir, ayrıca “Doping hakkında yeterli bilgiye sahibim” maddesine sadece %25,2’sinin “katılıyorum” cevabını vermesi de bunu güçlendiren bir sonuç olarak görülmektedir.

Çalışmaya göre A Milli Takım güreşçilerinin eğitim düzeyleri yükseldikçe, doping hakkındaki bilgi düzeylerinin azaldığı ve dopingin sağlığa büyük zararlarının olmadığı yönündeki düşüncelerinin arttığı görülmektedir. Güreşçilerin spor yaşları arttıkça, “sporda en çok uyarıcılar (kafein, kokain vb.) kullanılır” düşüncesine katılmadıkları görülmektedir. Dinçer’e göre dopingin sağlığa ciddi zararları olup olmadığı konusunda sporcuların görüşleri eğitim durumuna göre karşılaştırıldığında istatistiksel açıdan anlamlı farklılık olduğu görülmüştür. Bu sonuçta çalışmamızı desteklemektedir (Dinçer, 2010).

Yine elde edilen bulgulara göre güreşçilerin eğitim düzeyleri yükseldikçe, sporda doping kullanımının serbest bırakılmaması gerektiği ve dopingin sporcular, antrenörler ve idareciler tarafından yeterince iyi bilinmediği düşüncesinde oldukları görülmektedir. Güreşçilerin spor yaşları arttıkça, sporda başarı için her yolu denemekten kaçındıkları ve dopingin sporcular, antrenörler ve idareciler tarafından yeterince iyi bilinmediği düşüncesinde oldukları görülmektedir.

Anketimizde “Yakalanmadığım sürece doping kullanırım” maddesine katılımcıların %51,2’si “katılmıyorum” cevabını vererek çoğunlukla bu görüşe katılmamışlardır. Yine “Sporda başarılı olmak için her yolu denerim” maddesine katılımcıların %48’i “katılmıyorum” cevabını vermişlerdir. Bu oranlar A Milli Takım güreşçilerinin yaklaşık yarısının doping kullanımına ve diğer etik dışı davranışlara müsamahalı yaklaştıklarını gösterir niteliktedir. Öte yandan “Dünya şampiyonu yapacak ciddi bir yan etkisi olan bir ilaca sahip olduğumda tereddüt etmeden kullanırım” maddesine katılımcıların %39,0’u “katılmıyorum”, %40,7’si “kararsızım” ve %20,3’ü “katılıyorum” cevabını vermişlerdir. Dolayısıyla milli güreşçilerin %61’inin böyle bir ilacı şartlar oluştuğunda kullanabileceği yönünde bir sonucun oluşabilmesi ihtimali görülmektedir. Tüm bu bulgular A Milli Takım güreşçilerinin çoğunluğunun doping kullanımında toleranslı hareket edebilecekleri yönünde bir bulgu olarak değerlendirilebilir. Benzer bir çalışmada, “Dünya şampiyonu yapacak ciddi bir yan etkisi olan bir ilaca sahip olduğumda tereddüt etmeden kullanırım” ifadesine ise güreşçilerin %41,9’unun katılıyorum ve kararsızım cevaplarında birleştikleri görülmektedir (Dinçer,

2010). Çalışmamızdan elde edilen bulguların Dinçer'in çalışmasıyla kısmi olarak benzerlik gösterdiği görülmektedir. Yine Sinan ve arkadaşlarının (2006) yaptığı çalışmada; "sonucunda öleceğinizi bilseniz dahi şampiyon olacağınızı garanti eden ilaç kullanır mıydınız?" sorusuna çalışmaya katılan sporcuların "evet" yanıtını verdiklerini bildirmiştir (Sinan, Koşar ve Demirel, 2006). Yine bir tv programında yayınlanan ABD'de uluslararası düzeydeki 100 sporcuya, "bir doping maddesi alacaksınız ve olimpiyat şampiyonu olacaksınız. Fakat bu madde yüzünden 1 ya da 2 yıl içinde öleceksiniz. Bu doping maddesini kullanmayı buna rağmen kabul eder misiniz?" sorusuna sporcuların %90'ının "evet" demiş olması daha dikkat çekici bir sonuç olarak görülmektedir (Yoncalık ve Gündoğdu, 2007). Bu bulgularda çalışmamızın sonuçları ile benzeşir niteliktedir. Tüm bu çalışmalar ve bizim çalışmamızda elde edilen veriler ışığında A milli güreş takımındaki güreşçilerin yarısının dünya şampiyonu olabilmek için doping kullanımına toleranslı yaklaştıklarını gösterir niteliktedir. A milli güreş takımının birçoğunun 2020 Tokyo olimpiyat kotası olarak olimpiyat kadrosunda yer alacağı düşünüldüğünde idari ve teknik ekiplerin konu ile ilgili gerekli tedbirleri şimdiden alması önem arz eden bir husustur.

Anketimizde bulunan "Doping ile ilgili yayınları okurum" maddesine katılımcıların sadece %32,5'i "katılıyorum" cevabını vermişlerdir. Dinçer'e göre doping ile ilgili yayınları okuyan güreşçilerin oranı ise %30,7'dir (Dinçer, 2010). Bu sonuçlar A Milli Takım güreşçilerinin doping hakkında gerekli bilgileri öğrenme ve araştırma eğilimlerinin çok düşük olduğunu göstermektedir.

Çalışmaya katılan güreşçilerin dopinge yönlendirmelerine sebep olan etkenlerin derecesine bakıldığında; antrenörler (%33,3), sosyal çevre (%25,2), kulüp yöneticileri (%23,6), arkadaşlar (%23,5), yazılı ve görsel medya (%22,7), beden eğitimi öğretmenleri (%22,0), aileler (%21,5) şeklinde sıralandığı görülmektedir. Katılımcıların dopinge yönlendirmelerine sebep olan en önemli etkenin "Antrenörler" (%33,3) olduğu görülmektedir. Burada yine üniversitelerin antrenör yetiştiren bölümlerine büyük sorumluluklar düşmektedir. Öte yandan çeşitli zamanlarda federasyonlar tarafından açılan ve 10-15 gün gibi kısa bir sürede antrenörlük belgesi veren kursların tekrar gözden geçirilmesi, eğitim süresinin uzatılması, içeriğinin ve katılım şartlarının yeniden düzenlenmesi gerekmektedir. Aksi takdirde pedagojik formasyonu yetersiz ve eğitim düzeyi düşük olan antrenörlerin sayısı her geçen gün artacak ve bu durumda doping gibi bir takım olumsuzlukları da beraberinde getirecektir. Ayrıca milli takımlardaki mevcut faal antrenörlerin tüm bu konulardaki donanımlarının artırılması yönündeki çalışmalara hız verilmelidir. Yine sporcuları doping veya şike gibi olumsuzluklara sevk ederek başarılı kılmak suretiyle maddi-manevi kazanç elde etmeye çalışan antrenörlerin tespit edilmesi halinde en ağır şekilde cezalandırılmaları için yasal düzenlemelerin caydırıcı şekilde düzenlenmesi ve uygulanması önem arz etmektedir. İngiliz genç milli atletizm sporcularıyla yapılan bir çalışmada, sporcuların dopinge yönlendirmelerine sebep olan etkenler incelenmiş ve en fazla etkiyi antrenörlerin sağladığı görülmüştür (Nieper, 2005). Bu çalışmanın sonuçları bizim çalışmamızı desteklemektedir.

Bu çalışmada dopinge yönelmeye sebep olan etken olarak "Daha çok beden eğitimi öğretmenleri sebep olmaktadır" maddesine verilen cevaplar ile eğitim düzeyleri ve spor yaşları arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğu görülmektedir. Daha düşük eğitim düzeyine sahip olanlar ve spor yaşı fazla olanlar dopinge yönelmeye sebep olarak beden eğitimi öğretmenlerini göstermektedirler. Özellikle ilk ve ortaokul dönemlerinde beden

eğitimi öğretmenleri çocukları spora yönlendirmede aktif rol oynamakta, aynı zamanda sporla ilgilenen çocuklar için beden eğitimi öğretmenlerinin tüm tutum ve davranışlarına rol model olmaktadır. Bu bağlamda sporcuların hayatlarında her daim önemli bir yeri olan beden eğitimi öğretmenlerinin yetiştirilme aşamalarında üniversitelerin azami önemi göstermesi gerekmektedir.

Çalışmaya katılan güreşçilerin ergojenik yardım hakkındaki bilgi ve kullanma düzeylerine bakıldığında; “Ergojenik yardım kullanıyorum” maddesine katılımcıların %30,1’i katılıyorum cevabını vermişlerdir. “Ergojenik yardım hakkında yeterli bilgiye sahibim” maddesine katılımcıların sadece %28,4’ü katılıyorum cevabına vermişlerdir. Katılımcıların %58,5’i “Antrenörümün verdiği ilaçları içeriğini bilmeden kullanırım” maddesini “katılmıyorum şeklinde cevaplamışlardır. “Kullandığım ergojenik yardımcıların yan etkilerine maruz kaldım” maddesine katılımcıların %50,4’ü katılmıyorum, %24,4’ü kararsızım ve %25,2’si katılıyorum cevabını vermişlerdir. Dolayısıyla katılımcıların %25,2’sinin ergojenik yardımcılarının yan etkilerine maruz kalmış olabileceği görülmektedir. Dinçer’in elit güreşçilerle yaptığı çalışmada katılımcıların %50’si ergojenik yardımcılarının yan etkilerine maruz kaldığını belirtmiştir. Aynı çalışmada katılımcıların %9,7 si ergojenik yardımcılar hakkında yeterli bilgiye sahip olduklarını belirtmişlerdir. Dinçer’in çalışmasında “Antrenörümün verdiği ilaçları içeriğini bilmeden kullanırım” maddesine katılımcıların %69,4’ü katılmıyorum cevabını vermişlerdir (Dinçer, 2010). Tüm bu sonuçlar çalışmamızda elde edilen bulgularla örtüşür nitelikte görülmektedir.

Araştırmaya katılanların eğitim düzeyi düştükçe “Farkında olmadan ergojenik yardım kullandım” maddesine “katılıyorum” cevabını verenlerin sayısının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde arttığı görülmektedir. Dinçer’in çalışmasında sporcuların ergojenik yardım hakkında bilgi ve kullanım düzeyleri eğitim durumu değişenine göre incelendiğinde; ergojenik yardımlardan besinsel yardımcılarını kullanıyorum, ergojenik yardımların kullanımı yasaldır, ergojenik yardımcılar gerektiğinde kullanılmalıdır ve kullandığım ergojenik yardımcılarının yan etkilerine maruz kaldım şeklindeki durumlar için alınan yanıtların eğitim durumuna göre farklılık gösterdiği belirlenmiştir (Dinçer, 2010). Bu çalışmada da bizim çalışmamızda olduğu gibi ergojenik yardım ve eğitim düzeyi arasında ilişki olduğu söylenebilir. Çalışmamızda katılımcıların spor yaşları düşükçe “Ergojenik yardım kullanıyorum” maddesine “katılıyorum” cevabını verenlerin sayısının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde arttığı görülmektedir. Katılımcıların spor yaşları arttıkça “Ergojenik yardım hakkında yeterli bilgiye sahibim” maddesine “katılıyorum” cevabını verenlerin sayısının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde azaldığı görülmektedir. Literatürde doping ve ergojenik yardımcılar hakkında bilgi ve kullanma düzeyleri ile eğitim düzeyi ve spor yaşı arasındaki ilişkiye yönelik bir çalışma bulunmamaktadır.

Türkiye’de son yıllarda doping kullanımının arttığı görülmektedir. Yapılan çalışmalar dopingin zararları konusunda sporcuların bilgi düzeylerinin yetersiz olduğunu göstermektedir. Gençtürk vd., (2009) yaptıkları çalışmada idareci ve antrenörlerin de doping konusunda yeterince bilgi sahibi olmadıklarını savunarak sporcuların bu tip hatalara düşebileceklerini belirtmişlerdir. Özellikle milli sporcuların da doping bilgi düzeylerinin yeterli olmayışı sağlıklarının olumsuz etkileeneceği gerçeğini ortaya koymaktadır. Bu nedenle milli takım kamplarında doping kullanımını önleyici nitelikte seminerlere sıklıkla yer verilmelidir.

Türkiye’ye olimpiyatlarda en fazla madalya kazandıran spor dalı olan güreşte A milli takım düzeyindeki sporcuların dopinge ilgili yeterli bilgiye sahip olmamaları ve doping kullanımına toleranslı yaklaşımları Türk sporunun geleceğinin ve sporcuların kendi gelecekleri açısından bir takım olumsuzluklar içermektedir. Kullanımı yasaklı olan doping maddelerinin yarışmalarda haksız rekabete yol açması, spor etiğine aykırı olması ve sporcu sağlığına ciddi zararları olması nedeniyle antrenörlerin ve sporcuların bilinçlendirilmesi ve bu konudaki eğitimlerinin desteklenmesi konunun uzun vadede çözümü için gereklilik arz eden bir husustur. Bu konuda şüphesiz Gençlik ve Spor Bakanlığı, Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi, Spor Federasyonları ve Üniversitelerin ilgili birimlerinin işbirliği içerisinde hareket ederek birtakım önleyici ve bilgilendirici nitelik taşıyan uygulamalar yapması ülkemizin dopingte “0 Tolerans” hedefine ulaşması açısından önemli olacaktır.

KAYNAKLAR

- Ağırbaş, İ. (2002). Atletizm genç milli takımının masaj-sauna-vitamin-mineral-doping üzerine bilgi düzeyleri, spora başlamalarında ve süresince etki eden faktörler. 7. *Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi seminer kitabı*, Poster Bildiri, Antalya.
- Arazi, H., Saeedi, T. & Sadeghi, M. (2014). Prevalence of supplements use and knowledge regard to doping and its side effects in Iranian athlete university students. *Acta Kinesiol*, 8(2), 76–81. [Erişim adresi: http://actakinesiologica.com/wp-content/uploads/2017/11/akta_linesiologica_decembar_2014.pdf].
- Bayram, M., Bayraktar, G., Tozoğlu, E., ve Doğar, A. (2017). Beden eğitimi ve spor öğretmenlerinin doping bilgi düzeylerinin belirlenmesi. *International Journal of Education, Science and Technology*, 3(1), 23-31.
- Bloodworth, A., & McNamee, M. (2010). Clean olympians? Doping and anti-doping: The views of talented young British athletes. *Int J Drug Policy*, 21(4), 276–282. Doi: 10.1016/j.drugpo.2009.11.009.
- Bonci, L. (2002). " Energy" drinks: help, harm or hype?. *Sports Science Exchange*, 15, 1-4. [Erişim adresi: https://www.researchgate.net/publication/237799530_Energy_Drinks_Help_Harm_or_Hype].
- Çelebi E., Gündoğdu, C., Beyazççek, Ö., Beyazççek, E., ve Özmerdivenli, R. (2017). Atletizm sporcularının doping türleri ve dopinge mücadele hakkındaki görüşlerinin belirlenmesi. *Konuralp Tıp Dergisi*, 9(3), 250-256. 10.18521/ktd.312903.
- Dallı, M., Işıkdemir, E. ve Bingöl, E. (2014). Beden eğitimi ve spor yüksekokulu öğrencilerinin doping bilgi düzeylerinin saptanması. *International Journal of Science Culture and Sport*, 2,11-20. DOI: 10.14486/IJSCS174.
- Dinçer, N. (2010). *Elit sporcuların doping hakkındaki bilgi düzeylerinin belirlenmesi*. Yayımlanmış Yüksek Lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Konya.
- Dinçer, N., & Demir, H. (2013). The determination of knowledge levels related to doping in elite athletes. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 15(2), 56-69.
- Eröz, F. (2007). *Milli düzeyde, atletizm, güreş, judo ve halter yapan sporcuların doping ve ergojenik yardım hakkındaki görüşlerinin ve bilgi düzeylerinin belirlenmesi*. Yayımlanmış Yüksek Lisans tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Kütahya.
- Gençtürk, G., Çolakoğlu, T., ve Demirel, M. (2009). Elit sporcularda doping bilgi düzeylerinin ölçülmesine yönelik bir araştırma. *Niğde Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 213-221.
- Güler, D., Gökdemir, K., ve Günay, M. (2004). Türkiye’de üniversitelerarası spor oyunlarına katılan futbolcuların ergojenik yardımcıları hakkındaki bilgileri ve kullanma düzeyleri. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 9(3), 37-78.

Yıldırım, Y., ve Şahin, S. (2019). Elit güreşçilerin doping ve ergojenik yardım hakkındaki bilgi ve kullanma düzeylerinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 187—204.

Gündoğdu, C., Çelebi, E., ve Beyazçiçek, Ö. (2017). Triatlon atletlerinin doping ve anti-doping konusundaki görüşlerinin belirlenmesi. *Konuralp Tıp Dergisi*, 9, 63–9. DOI: 10.18521/kt.280117.

Kürkçü, R., Can, S., ve Durukan, E. (2009). Farklı branşlardaki üniversiteli sporcuların ergojenik yardımcıları konusundaki bilgi ve yararlanma düzeylerinin araştırılması. *NWSA: Sports Sciences*, 4(3), 198-209.

Nieper, A. (2005). Nutritional supplement practices in UK junior national track and field athletes. *Br J Sports Med*, 39(9), 645–649. DOI: 10.1136/bjism.2004.015842

Öztürk, E.G., Suveren, S., ve Çolakoğlu, T. (2012). Türkiye’de doping, sporcuların doping bilgi düzeylerinin ölçülmesi (Hentbol örneği). *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 9(1), 249-260.

Sanchez, J.M., Zandonai, T. & Diaz, M.Z. (2019). Attitudes, beliefs and knowledge related to doping in different categories of football players. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 22(9), 981–986. DOI: <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.05.010>.

Sinan, M.F., Koşar, S.N., ve Demirel, A.H. (2006). Vücut geliştirme sporcularının doping ve ergojenik madde kullanım eğilimleri. *9.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitabı*. Muğla: Nobel Yayın Dağıtım.

Striegel, H., Vollkommer, G., & Dickhuth, H. (2002). Combating drug use in competitive sports. An analysis from the athletes’ perspective. *J Sports Med Phys Fitness*, 42(3), 354–359.

Şirin, E.F. (2001). *Bireysel ve takım sporlarında yer alan sporcuların doping hakkındaki bilgi düzeylerinin belirlenmesi ve karşılaştırılması*. Yayınlanmış Yüksek Lisans tezi, Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Konya.

Ünal, M., ve Durişehvar, Ü. (2003). Sporda doping kullanımı derlemeler. *İst. Tıp Fak. Mecmuası*, 66(3), 189-198.

Yalçın, İ., Çalık, F., Ece, C., Geri, S., Şeker, R., & Yalçın, S. (2019). Knowledge levels and preference reasons regarding the doping of U23 Turkish National Team athletes. *Progress in Nutrition*, 21(2), 391-397. DOI: 10.23751/pn.v21i2.8396.

Yıldırım, Y., Arabacı, R., Topcu, H., & Vardar, T. (2019). The relationship between some physical fitness characteristics and body composition of elite wrestlers. *Int. J. Phys. Ed. Fit. Sports*, 8(1), 25-32. DOI: <https://doi.org/10.26524/ijpefs1913>.

Yoncalık, O., ve Gündoğdu, C. (2007). Sporda ahlaki bir sorun olarak doping. *Fırat Üniversitesi Doğu Araştırmaları Dergisi*, 6(1),128-134.

Yoon, J. (2002). Physiological profiles of elite senior wrestlers. *Sports Medicine*, 32(4), 225-233. DOI: 10.2165/00007256-200232040-00002.

Yücesir, İ. (2004). Doping suçu; doping madde ve yöntemleri. T. Atasü (Ed.), *Doping ve Futbolda Performans Arttırma Yöntemleri* içinde (41-42). İstanbul: Form Reklam Hizmetleri.



Bu eser [Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.

Yıldızlar Kategorisindeki Haltercilere Uygulanan Güç Antrenmanlarının Koparma Silkme ve Total Derecelerine Etkisinin Araştırılması

Yunus Emre YILDIZ¹, Yunus Emre BAĞIŞ*¹

¹Süleyman Demirel Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Isparta

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 11.07.2019

Kabul Tarihi: 13.11.2019

DOI: 10.25307/jssr.590824

Online Yayın Tarihi: 31.12.2019

Öz

Bu çalışmanın amacı yıldızlar kategorisinde yarışan sporculara uygulanan güç antrenmanlarının koparma, silkme ve total derecelerine etkisinin araştırılmasıdır. Çalışmaya halter branşında müsabık olan 24 erkek sporcu katılmıştır. 24 sporcu 2 gruba bölünmüş olup 12 sporcu antrenman 12 sporcu kontrol grubu olarak oluşturulmuştur. Araştırmada antrenman grubuna 4 haftalık güç antrenmanları modeli uygulanmıştır. Antrenman grubunun güç antrenmanları ölçümleri Eryaman (TOHM) Türkiye olimpiyat ve hazırlık merkezinde alınmıştır. Kontrol grubu sadece halter antrenman metotlarını yaparak ölçümleri ise Ankara Sesam halter salonunda alınmıştır. Antrenman ve kontrol grubundan koparma, silkme ve total dereceleri alınmıştır. Antrenman grubu 16:00-19:00 saatler arası salı, Perşembe ve cuma günleri haftada 3 gün, günde 1 saat olmak üzere güç antrenmanları uygulanmış ve bu antrenmanlar temel halter teknikleri olan koparma, silkme, squat çekişten ayrı uygulanmıştır. Bu çalışmada istatistiksel sonuçların elde edilmesi için SPSS 24.0 paket programı kullanıldı. Tanımlayıcı istatistikler ve sporcularda antrenman öncesi ile antrenman sonrası farkın olup olmadığının belirlenmesinde grup içi paired sample t testi uygulandı. Anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ önem seviyesine göre değerlendirilmiştir. Araştırma sonucunda antrenman grubuna uygulanan güç antrenmanlarının koparma ve silkme hareketlerine etki ettiği gözlemlenmiştir. Güç antrenmanlarını diğer kuvvet antrenmanlarından ayıran özellik süredir. Araştırma ile güç antrenmanlarının halter branşında olduğu gibi diğer branşlarda da teknik veya hareketler uygulanırken önemli derecede katkısının olacağı söylenebilir. Bu doğrultuda antrenman modeli oluşturulurken güç antrenmanlarının uygulanması sporculara avantaj sağlayacağı ve antrenörlerin güç antrenmanlarına yer vermeleri düşüncesindeyiz.

Anahtar Kelimeler: Güç, Koparma, Silkme, Total.

Research on the Effect of Power Exercises on Snatch, Clean and Jerk and Total Degrees in Stars Category

Abstract

The aim of this study is to do research on the effect of power exercises on snatch, clean and jerk and total degrees for the children who compete in the stars Category. 24 male athletes who are competitors in the branch of weightlifting participated in the study. These 24 athletes have been divided into 2 groups. 12 athletes are in the training group, 12 athletes are in the control group. In the study, a 4-week power training model has been applied to the training group. The measurements of the training group have been taken in Eryaman (TOHM) Turkish Olympics Center. The control group has done weight lifting training method only. The measurements of this group have been taken in Ankara Sesam Weightlifting Center. The snatch, clean and jerk and total degrees have been taken in the training group and the control group. The training group has done power training for 3 days a week for 1 hour between 16.00 and 19.00 on Tuesdays, Thursdays and Fridays. This training has been done apart from snatch, clean and jerk, squat which are the basic techniques of weightlifting. In the study, SPSS 24.0 programme has been used to obtain the statistical results. In group paired sample t test has been applied to see if there is a difference or not before and after training. Level of significance has been evaluated according to " $p < 0.05$ ". At the end of the study, it has been seen that the power training which has been applied to the training group has affected the snatch and clean and jerk movements. The characteristic which separates power training from strength training is duration. It can be said that power training has remarkable contribution when applying the techniques and movements. Accordingly, we think that when forming a training model, the application of power training offers an advantage to athletes so trainers should include power training.

Keywords: Power, Breakout, Shrinking, Total.

*Sorumlu Yazar: Yunus Emre BAĞIŞ, Eposta: yunusemrebagis@hotmail.com

GİRİŞ

Performans sporu sürekli bir gelişim sürecindedir. Yeni oluşturulan antrenman modelleri ile sporcuların performanslarının artırılması hedeflenmektedir. Birçok araştırmacı sporcuların performanslarını yükseltmek amacı ile araştırmalar yapmaktadır. Sporcuların yüksek performans sergileyebilmeleri için motorik, fizyolojik, fiziksel, teknik özelliklerinin iyi bir seviyede olması gerekir. Bu özellikler geliştirilirken oluşturulan antrenman modellerinin uygulanan yöntemlerin amacına yönelik, branşın karakteristik özelliğine uygun ve spesifik olması daha doğru olacaktır.

Performans sporu ile ilgilenen bütün branşlarda kuvvet önemli bir faktördür. Halter branşında bu önem daha da artmakta olup sporcu herhangi bir tekniği uygularken kaldırma kuvvetinin yanında güç özelliğinin yüksek seviyede kullanılması gerekir. Güç, iş hızı olarak tanımlanan ve kuvvet ile hızın çarpımı ile hesaplanan mekanik miktardır (Lee, 2017). Güç, bir hareket aralığında ortalama olarak veya bir nesnenin yer değiştirmesi sırasında belirli bir anda meydana gelen anlık bir değer olarak ifade edilebilir. Zirve güç (zg), bir hareket sırasında elde edilen en yüksek anlık değerdir (Carlock vd., 2004). Güç, birbirleriyle ters bir ilişkiye sahip kuvvet ve hız ürünüdür. Bir halter kaldırışındaki güç çıktısı halter barının dikey eksenindeki hızı ile ilişkilidir (Akkuş, 2012). Güç ve kuvvet parametreleri, diğer performans etkenlerine kıyasla nispeten daha çabuk gelişim gösterir. Doğru belirlenmiş yüklenme şiddetleri, ağırlıklar ve periyotlamaya bağlı hızlı bir gelişim kaydetmek daha kolay sayılır (Baker, 2011).

Halter, bir yarışmada koparma ve silkme olarak isimlendirilen teknikleri uygulayarak en yüksek ağırlığın kaldırılmasının amaçlandığı bir spor olarak tanımlanır. Bir yarışmada sporcular üç koparma kaldırışı ve takiben üç silkme kaldırış hakkına sahiptir. Her iki kaldırış tekniğindeki en yüksek başarılı kaldırışın birlikte değerlendirilmesi toplam dereceyi oluşturur (Chiu ve Schilling, 2005). Halterde teknik, patlayıcı kuvvet ve esneklik en üst düzeyde sergilenir. Bu nedenle performans artışı için kas kuvvetinin artırılması ve bu kuvvetin teknikle bütünleşmesi gerekir (Harbili ve Arıtan, 2006).

Halter'de en önemli amaçlardan biri daha büyük ağırlıkları kaldırmayı sağlayan tekniğin geliştirilmesidir (Campos, 2006; Schilling vd., 2002). Yetişkin haltercilerle genç halterciler arasındaki temel farklılık yetişkin haltercilerin teknik açıdan daha üst seviyede ve gücün baskın bir oranda daha yüksek olmasına bağlanmaktadır (Gourgoulis, Aggeloussis, Garas & Mavromatis, 2004).

Bu bilgiler ışığı altında araştırmanın önemi güç antrenmanlarının halter branşının koparma, silkme, total derecelerine etkisi olup olmadığını araştırmaktır. Çalışmanın amacı ise yıldızlar kategorisinde yarışan sporculara uygulanan güç antrenmanlarının koparma, silkme ve total derecelerine etkisinin araştırılmasıdır.

METOT

Araştırma Grubu

Çalışmaya halter branşında müsabık olan 24 erkek sporcu katılmıştır. 24 sporcu 2 gruba bölünmüş 12 sporcu antrenman 12 sporcu kontrol grubu olarak oluşturulmuştur. Yıldızlar Milli takımında olan Antrenman grubunun yaş ortalaması $16,5\pm 1,0$ (yıl), boy ortalaması $1,7\pm 0,7$ (cm), ve vücut ağırlığı ortalaması $70,4\pm 16,7$ (kg) olarak tespit edilirken; kontrol grubunun yaş ortalaması $16,5\pm 1,5$ (yıl), boy ortalaması $1,7\pm 0,6$ (cm), ve vücut ağırlığı $75,8\pm 14,8$ (kg) olarak tespit edilmiştir.

Boy Ölçümü

0,1 m hassasiyete sahip olan SEGA marka boy skalası ile ölçülmüştür.

Vücut Ağırlığını Ölçümü

Vücut ağırlığını ölçmek için Fakir Hausgerate / Hercules markalı elektronik tartı kullanılmış. Sporcular çıplak ayak ve hafif spor kıyafetleriyle ölçüme girmişlerdir. Görünen değerler kg cinsinden kaydedilmiştir.

Antrenman Programı

Araştırmada antrenman grubuna 4 haftalık güç antrenmanları uygulanmıştır. Antrenman grubunun ölçümleri güç antrenmanları öncesi ve sonrasında Eryaman (TOHM) Türkiye olimpiyat ve hazırlık merkezinde, Kontrol grubuna hiçbir antrenman modeli uygulanmamış olup ölçümleri ise Ankara Sesam halter salonunda alınmıştır. Antrenman ve kontrol grubundan koparma, silkme ve total dereceleri alınmıştır. Antrenman grubuna 16:00-19:00 saatler arası salı, perşembe ve cuma günleri haftada 3 gün, günde 1 saat olmak üzere güç antrenmanları uygulanmış ve bu antrenmanlar temel halter teknikleri olan koparma, silkme, squat ve çekişten ayrı uygulanmıştır. Kontrol grubu ise sadece halter antrenman metotlarına devam etmiştir. Araştırma grubuna uygulanan güç antrenman programı aşağıda belirtilmiştir.

Tablo 1. Antrenman grubuna uygulanan güç antrenman programı

| Antrenman Programı | Birim | Şiddet | Tekrar | Set |
|--------------------|-------|----------|--------|-----|
| Bench Press | | | | |
| Leg Curl | | | | |
| Lat Pull Down | | | | |
| Leg Extension | | | | |
| Seated Row | Süre | %85 -100 | 1-5 | 3-5 |
| Deadlift | | | | |
| Shoulder Press | | | | |
| Leg Press | | | | |

Antrenman programına büyük kas gruplarını geliştiren hareketlerden oluşmuştur. Antrenman grubundaki sporcular hareketlerin yüzdeleri alınarak programa dahil olmuşlardır. Çalışma

antrenör tarafından hareketlerin doğru uygulanması gözlem yöntemiyle yapılmıştır. Yüklenme şiddeti yüksek tekrar ve set sayıları düşük olmuştur.

Verilerin Analizi

Bu çalışmada istatistiksel sonuçların elde edilmesi için SPSS 24.0 paket programı kullanıldı. Tanımlayıcı istatistikler ve sporcularda antrenman öncesi ile antrenman sonrası farkın olup olmadığının belirlenmesinde grup içi paired sample t testi uygulandı. Anlamlılık düzeyi $p<0.05$ önem seviyesine göre değerlendirilmiştir.

BULGULAR

Tablo 2. Sporcuların fiziksel bilgileri

| Parametreler | Grup | Min. | Max. | X (Ort.) | S |
|---------------------|-----------|-------|-------|----------|-------|
| Boy (cm) | Antrenman | 1,60 | 1,83 | 1,70 | 0,70 |
| | Kontrol | 1,63 | 1,85 | 1,70 | 0,60 |
| Vücut Ağırlığı (kg) | Antrenman | 51,00 | 100,0 | 70,4 | 16,70 |
| | Kontrol | 57,00 | 107,0 | 75,8 | 14,80 |
| Yaş (yıl) | Antrenman | 15,00 | 18,00 | 16,5 | 1,00 |
| | Kontrol | 14,00 | 18,00 | 16,5 | 1,50 |

Tablo 2’de görüldüğü üzere antrenman grubunun boy ortalaması $1,7\pm 0,7$ cm, vücut ağırlığı ortalaması $70,4\pm 16,7$ kg, yaş ortalaması $16,5\pm 1,0$ yıl olarak tespit edilirken, kontrol grubunun boy ortalaması $1,7\pm 0,6$ cm, vücut ağırlığı ortalaması $70,4\pm 16,7$ kg, yaş ortalamaları $16,5\pm 1,5$ yıl olarak tespit edilmiştir.

Tablo 3. Sporcuların total maksimal dereceleri

| Parametre | Grup | X (Ort.) | S | t | p |
|-----------|--------------------|----------|------|--------|------|
| Total | Antrenman ön test | 254,5 | 38,4 | -2,522 | ,028 |
| | Antrenman son test | 259,9 | 40,0 | | |
| | Kontrol ön test | 227,0 | 47,8 | -1,298 | ,221 |
| | Kontrol son test | 230,9 | 42,7 | | |

* $p<0.05$

Tablo 3’e bakıldığında total maksimal derecelerinin verilerine göre antrenman grubuna uygulanan 4 haftalık güç antrenmanlarının ön test ve son test arasında anlamlı fark tespit edilirken ($p<0.05$), kontrol grubunda anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 4. Sporcuların koparma maksimal dereceleri

| Parametre | Grup | X(Ort.) | S | t | p |
|----------------|--------------------|---------|------|--------|-------------|
| Koparma | Antrenman ön test | 113,8 | 17,7 | -4,717 | ,001 |
| | Antrenman son test | 117,9 | 18,1 | | |
| | Kontrol ön test | 101,2 | 21,5 | -1,353 | ,203 |
| | Kontrol son test | 103,1 | 20,2 | | |

*p<0.05

Tablo 4'e bakıldığında koparma maksimal derecelerinin verilerine göre antrenman grubuna uygulanan 4 haftalık güç antrenmanlarının ön test ve son test arasında anlamlı fark tespit edilirken ($p<0.05$), kontrol grubunda anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

Tablo 5. Sporcuların silkme maksimal dereceleri

| Parametre | Grup | X (Ort.) | S | t | p |
|---------------|--------------------|----------|------|--------|------|
| Silkme | Antrenman ön test | 140,6 | 20,9 | -,615 | ,551 |
| | Antrenman son test | 141,5 | 22,1 | | |
| | Kontrol ön test | 125,8 | 26,4 | -1,266 | ,232 |
| | Kontrol son test | 128,1 | 23,6 | | |

*p<0.05

Tablo 5 incelendiğinde silkme maksimal derecelerinin verilerine göre antrenman grubuna uygulanan 4 haftalık güç antrenmanlarının ön test ve son test arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$). Kontrol grubunda anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0.05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmanın amacı yıldızlar kategorisinde yarışan sporculara uygulanan güç antrenmanlarının koparma, silkme ve total derecelerine etkisinin araştırılmasıdır. Çalışmaya halter branşında müsabık olan 24 erkek sporcu katılmıştır. 24 sporcu 2 gruba bölünmüş 12 sporcu antrenman 12 sporcu kontrol grubu olarak oluşturulmuştur. Araştırmada antrenman grubuna 4 haftalık güç antrenmanları uygulanmıştır. Uygulanan güç antrenmanı halter branşının genel hareketleri olan koparma ve silkme hareketlerinden ayrı tutulmuştur.

Yapmış olduğumuz çalışmada total dereceleri bakımından incelediğimizde antrenman grubunun ön ve son test değerlerinde anlamlı fark bulunurken ($p<0,05$), kontrol grubunda ön ve son test değerlerinde anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Bu doğrultuda araştırma grubuna uygulanan antrenman programının total derecelerine etki ettiğini söyleyebiliriz.

Araştırmamızı koparma dereceleri bakımından incelediğimizde antrenman grubunun ön ve son test değerlerinde anlamlı fark bulunurken ($p<0,05$), kontrol grubunda ön ve son test değerlerinde anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Bu doğrultuda antrenman grubuna uygulanan antrenman programının haltercilerin kuvvet özelliğini olumlu yönde etkilediğini söyleyebiliriz.

Yaptığımız çalışmamızda silkme dereceleri bakımından incelediğimizde antrenman grubunun ön ve son test değerleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0,05$), kontrol grubunda da ön ve son test değerleri arasında anlamlı fark bulunmamıştır ($p>0,05$). Silkme hareketinde uygulanan güç koparma hareketinde uygulanan güç den daha fazladır. Gücün daha etkili olduğu hareket olduğu için uygulanan antrenman programının ardından toparlanma ve rejenerasyon süresinin kısa olmasından dolayı maksimal silkme derecelerine ulaşamamıştır. Bu doğrultuda uygulanan antrenman metodunun silkme derecelerinin artmasında katkıda sağlamadığını ortaya koymaktadır.

Korkmaz (2011) yapmış olduğu çalışmada, koparma tekniğinin üç boyutlu kinematığını incelemek ve tekniğin evreleri arasındaki farklılıkları tespit etmek için 10 genç kadın halter sporcusu üzerinde koparma, silkme, squat, deadlift, bir tekrarlı maksimal test değerleri alınmıştır. Halterde biyomekanik açıdan ikinci çekiş esnasında kalça ekstensor kaslarının gücündeki artışın yüksek seviyede kuvvet üretmede avantaj sağlayacağını belirtmektedir. Araştırmada bu kas gruplarını güçlendirmeye yönelik egzersizler yapılarak anlamlı sonuç elde etmiştir.

Silkme kaldırış girişimlerinin, koparma kaldırış girişimlerine göre daha düşük oranda değerlendirilmesi fizyolojik faktörlere bağlı olabilir. Silkme kaldırışı omuzlama ve atış aşamalarını içeren koparmaya göre yaklaşık %18-20 kadar daha fazla ağırlık kaldırmaya olanak sağlayan bir kaldırıştır (Storey ve Smith, 2012).

Nazik, Kılınç, Salici ve Orhan (2016) halter sporunun ana hareketleri olan koparma ve silkme tekniklerinde kuvvetin etkisini araştırmak amacıyla 14 erkek halterciden 2 grup oluşturmuşlardır. Birinci grup tamamlayıcı maksimal kuvvet, İkinci grup ise piramidal antrenman programı uygulamış ve çalışma 6 hafta sürmüştür. Çalışmanın sonunda tamamlayıcı maksimal kuvvet ilk ve son test sonuçları piramidal antrenman yapan gruba kıyasla istatistiksel olarak anlamlı farklılıklar göstermiştir, çalışmada bulunan antrenman metodundaki tamamlayıcı egzersizlerin performansla ilişkin etkisi olduğu tespit etmişlerdir.

Gourgoulis vd., (2004) yaptığı çalışmada 14 genç erkek ve 9 yetişkin erkek sporcu üzerinde koparma ve silkme tekniklerini analiz etmiştir. Her iki çalışmada da, koparmadaki ilk çekiş evresinin daha yavaş ve kuvvete gerek duyduğu, ikinci çekişin ise daha hızlı ve güce gereksinim duyduğunu belirtmişlerdir.

Nazik, Kılınç, Salici ve Orhan (2017) haltercilere uygulanan maksimal egzersiz yöntemine karşılık piramidal egzersiz yöntemi karşılaştırılmak amacıyla 14 erkek halterciyi 2 gruba bölmüşlerdir. Birinci grup piramidal antrenman metodu, ikinci grup ise maksimal antrenman metodu uygulamış, çalışma 6 hafta sürmüştür. Çalışmanın sonunda piramidal antrenman yönteminin koparma, silkme ana hareketlerin yanı sıra yardımcı hareketler olan squat ve çekiş egzersizlerinde daha etkili olduğunu ortaya koymuşlardır. Bununla birlikte her iki antrenman yönteminin karşılaştırılmasında esneklik ve çevre testlerinde de piramidal egzersiz yönteminin genel anlamda daha etkili olduğu tespit etmişlerdir.

Cinel vd., (2006) yaptıkları çalışmada voleybolcuları 2 gruba bölerek birinci gruba maksimal kuvvet antrenmanı içeren tekrar yüklenme metodu, ikinci gruba ise piramidal yüklenme metodu uygulayarak 12 hafta antrenman yaptırılmıştır, ilk test ve son test ölçümlerinde göğüs pres değerlerinde iki grubunda anlamlı fark tespit edilmiştir ($p<0,05$). Ayrıca iki grubun

sonuçları karşılaştırıldığında piramidal yüklenme yöntemini kullanan grubun değerlerinde anlamlı bir fark tespit edilmiştir. Bu çalışmada kuvvetin patlayıcı güce etkisinin önemide görülmüştür.

Gourgoulis vd., (2009) başarılı ve başarısız koparma kaldırıışlarına kinematik bir yaklaşım isimli çalışmalarında, yedi adet uluslararası seviyede yarışan üst düzey erkek haltercilerin bir adet başarılı ve bir adet başarısız koparma kaldırıışlarını kaydederek incelemiştir. Çalışmanın sonunda erkek haltercilerin ikinci çekiş safhasında kalça eklemlerindeki ekstensiyonunun diz eklemininkinden daha hızlı olduğunu belirtmiştir. Literatüre bakıldığında yapılan çalışmalar araştırmayı destekler niteliktedir.

Araştırma sonucunda antrenman grubuna uygulanan güç antrenmanlarının koparma ve silkme hareketlerine etki ettiği gözlemlenmiştir. Güç antrenmanlarını diğer kuvvet antrenmanlarından ayıran özellik süredir. Araştırma ile güç antrenmanlarının halter branşında olduğu gibi diğer branşlarda da teknik veya hareketler uygulanırken önemli derecede katkısının olacağı söylenebilir. Bu doğrultuda antrenman modeli oluşturulurken güç antrenmanlarının uygulanması sporculara avantaj sağlayacağı ve antrenörlerin güç antrenmanlarına yer vermeleri düşüncesindeyiz.

KAYNAKLAR

- Akkus, H. (2012). Kinematic analysis of the snatch lift with elite female weightlifters during the 2010 World Weightlifting Championship. *J Strength CondRes*, 26(4), 897-905.
DOI: 10.1519/JSC.0b013e31822e5945.
- Baker, D. (2011). The effects of an in-season of concurrent training on the maintenance of maximal strength and power in Professional and college-aged rugby league football players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 15(2), 172-177. DOI: 10.1519/1533-4287(2001)015<0172:TEOAIS>2.0.CO;2.
- Campos, J., Poletaev, P., Cuesta, A., Pablos, C., & Carratala, V. (2006). Kinematical analysis of the snatch in elite weightlifters of different weight categories. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 20(4), 843-50.
- Carlock, J.M., Smith, S.L., Hartman, M.J., Morris, R.T., Ciroslan, D.A., Pierce, K.C., & Stone, M.H. (2004). The relationship between vertical jump power estimates and weightlifting ability: A field-test approach. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 18(3), 534-539.
- Chiu, L.Z., & Schilling, B.K. (2005). A primer on weightlifting: From sport to sports training. *Strength and Conditioning Journal*, 27(1), 42-48.
- Cinel, Y., Yenigün, Ö., Çolak, T., Özbek, A., Yenigün, N., & Çolak, E. (2006). Voleybolcularda maksimal kuvvet gelişimi için uygulanacak antrenman programı seçiminde piramidal yüklenme yöntemi ve tekrar yüklenme yöntemlerinin karşılaştırılması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 25-29.
- Gourgoulis, V., Aggeloussis, N., Garas, A., & Mavromatis, G. (2009). Unsuccessful vs. successful performance in snatchlifts: A kinematic approach. *J Strength Cond Res*, 23(2), 486-494.
DOI: 10.1519/JSC.0b013e318196b843.
- Gourgoulis, V., Aggeloussis, N., Kalivas, V., Antoniou, P., & Mavromatis, G. (2004). Snatch lift kinematics and bar energetics in male adolescent and adult weightlifters. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 44(2), 126-31.
- Harbili, E., & Arıtan, S. (2006). Koparma tekniğinin biyomekaniği. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17(3), 124-142.

Yıldız, Y.E., ve Bağış, Y.E. (2019). Yıldızlar kategorisindeki haltercilere uygulanan güç antrenmanlarının koparma silkme ve total derecelerine etkisinin araştırılması. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 205-212.

Korkmaz, S. (2011). *Genç kadın haltercilerde koparma tekniğinin biyomekanik analizi*. Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Antrenörlük Eğitimi Anabilim Dalı, Yüksek Lisans Tezi, Konya.

Lee, S., DeRosia, K., Lamie, L., Levine, N. (2017). Correlation profiles between lower extremity net joint torques and whole body power during the power clean. *International Journal of Sports. Science & Coaching*, 7(2), 66-72.

Nazik, K.N., Kılınç, F., Salici, O., & Orhan, H. (2016). Elit haltercilere 6 haftalık tamamlayıcı kuvvet antrenmanlarının çevre ölçümü ve kuvvet performansları üzerine etkileri. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, 55, 257-271.

Nazik, K.N., Kılınç, F., Salici, O., & Orhan, H. (2017). Elit haltercilere uygulanan 6 haftalık yoğun piramidal ve maksimal kuvvet antrenmanlarının kas çevresi ile performanslarına etkilerinin araştırılması. *Akademik Bakış Uluslararası Hakemli Sosyal Bilimler Dergisi*, 61, 387-403.

Schilling, B.K., Stone, M.H., O'Braynt, H.S., Fry, A.C., Coglianese, R.H. & Pierce, K.C. (2002). Snatch technique of collegiate national level weightlifters. *J. Strength Cond. Res.*, 16(4), 551-555. DOI: 10.1519/1533-4287(2002)016<0551:STOCNL>2.0.CO;2.

Storey, A., & Smith, H.K. (2012). Unique aspects of competitive weightlifting, performance, training and physiology. *Sports Med*, 42(9), 769-790.



Bu eser [Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) ile lisanslanmıştır.

Differences in the Effect of Learning Methods Massed Practice Throwing and Distributed Practice on Learning Outcomes Skills for the Accuracy of Top Softball

Fuad Mustofa¹, Mansur Mansur², Erick Burhaein³

¹Sports Science, Postgraduates Program, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia.

²Sports Science of Faculty, Universitas Negeri Yogyakarta University, Yogyakarta, Indonesia

³Sports Education, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia.

Original Article

Submitted: 30.05.2019

Accepted: 29.11.2019

DOI: 10.25307/jssr.571793

Online Publishing: 31.12.2019

Abstract

Problems in accuracy top throws are often carried out by students in softball games so the need for alternative methods to improve them are the method massed practice and distributed practice. This study aims to find out: (1) effect of learning methods massed practice and distributed practice on the accuracy in conducting top throws on male students of extracurricular softball class X at Bhina Karya Karanganyar Vocational School 2014/2015 Academic Year, and (2) the influence between the method of practicing massed practice and distributed practice on the accuracy in carrying out throws on male students. This research is an experimental research using pre-test-post-test design with technique pairing ordinal. The sample groups of this study were 30 male students of extracurricular softball class X. Data analysis used different tests: (1) before being given treat; (2) after being treat; and (3) differences in percentage increase between groups. The results of the study are (1) the effect of learning massed practice and distributed practice on the ability of the accuracy of throws on balls of softball, with the results of $t_{count} = 4.740 > t_{table} = 2.145$; and (2) the learning method massed practice has a better effect than the exercise of distributed practice on the ability to accurately throw balls of softball, with an increase massed practice = 29,054% > distributed practice = 14,085%. The conclusions of the study are (1) there are differences in the influence of learning massed practice and distributed practice on the ability of the accuracy of the throws on balls softball; and (2) learning method massed practice has a better effect than exercises including distributed practice on the ability to accurately throw balls of softball.

Keywords: Distributed practice, Accuracy of top throwing, Massed practice, Softball.

INTRODUCTION

Sports is a physical activity that is pleasant and healthy for the body (Wellard, 2013). Sport has become a necessity for all people. Today people spend more time and money doing sports that are popular. Currently, there are many types of sports, one of which is softball (Malcom, 2003). In Indonesia, Softball is considered an expensive and less popular sport. This assumption is reasonable because this sport requires large capital to be able to play it. The equipment that must be possessed by the player is a bat, glove, ball, catcher body, batter helmet, etc. Having equipment is one of the important things, but making this sport more popular is more important. Therefore, it is very important to do socialization with the aim of promoting this sport (Lemyre, Trudel, & Durand-Bush, 2007).

*Corresponding Author: Erick Burhaein, E-mail: erick.burhaein@upi.edu

In games softball, the technique is an element that every player must have. Therefore, to be able to gain achievements in the game, each player must be able to master and apply various basic techniques in the game softball. According to Garman and Gromacki (2018), these techniques include throwing a ball (throwing), catching a ball (catching), hitting (batting), sliding (sliding), running between bases (base-running) and bouncing the ball (pitching). From the various techniques above, throwing a ball is one of the basic techniques that are often used especially for top throws. The aspect that must be considered in the accuracy of throwing upwards is how the player must be able to throw accurately and quickly in the direction to be addressed.

Throwing is one technique that is very important in softball when it is in a defensive position (Flyger, Button, & Rishiraj, 2006). The correct throwing technique is to throw with one of the strongest hands and throw with the target of the player's head. Players in good condition often make mistakes in throwing balls, especially in a state of fatigue, potentially making mistakes in throwing balls. This condition is often experienced by players in male students of extracurricular softball class X at Bhina Karya Karanganyar Vocational School 2014/2015 Academic Year.

Based on the results of observations, the need for mastery of the top throw is very important, so it is necessary to have a good mastery for the basic throwing technique for each player. For beginner players, the top throw technique is a technique that must be first learned and mastered because basic techniques are easy to learn. If doing the wrong throw can be blocked with the body by a ball catcher (Saraya, Sugiyanto, & Doewes, 2018).

The essence of softball is to get as many points as possible from each player of the attacking team (visiting-team / VT) who manage to return to home base safely and through the right path, either on his own stroke or because of someone else's punch (Miranti, Soegiyanto, & Rahayu, 2019). Every player who returns to the home base is declared to get a score one point. In addition to the good techniques in the 9-member game, good cooperation and communication are needed in strategizing. Therefore, it is necessary to throw above as stated above which is an important element in this game. Because of the importance of accuracy in throwing balls in softball, the accuracy of throwing balls must be improved through learning techniques.

Coaching that is done in school from an early age is very supportive because school age or early age is an age in the period of physical and spiritual development that requires stimulation in the form of motion, so early age is the right time to get coaching (Lareau, 2011). The initial stages in conducting coaching are emphasized in mastering basic techniques because in the game it is very necessary to develop basic game techniques in order to win a game or match. In connection with this matter, every branch of sports, especially softball, must optimize all coaching efforts so that the training process can have an impact to achieve optimizing achievements.

Based on the curriculum in the latest syllabus, Softball is found in high school/ elementary school level learning. At the Bhina Karya Karanganyar Vocational School, the basic techniques theories contained in the guidebook were taught and accompanied by basic engineering

practices in the field. Karanganyar Vocational School Bhina Karya is one of the schools that has softball tools or facilities.

Based on observations in the mastery field, in class X of Bhina Karya Vocational School Karanganyar 2014/2015 Academic Year it is known that mastery of the accuracy of the top throw in male students is still in the less category. This is seen where the players in throwing upwards are not on target. Throwing sometimes has problems with the speed of the ball, is not right on target, the ball the result of the throw is not the target, too hard and even deviates from the expected, so that the throw is difficult to reach by the recipient of the ball. To make it easier for other players to catch the ball by throwing it at the head.

Judging from the technique, the less precise throwing technique is still often used by players, the position when going to throw a foot position, body movements, and continuous movements are still not right (Davis et al., 2009). This is one of the factors causing a lack of accuracy when throwing balls. With the problems that arise, the accuracy of the throwing of balls on male students of the extracurricular softball class X of Bhina Karya Vocational School Karanganyar 2014/2015 Academic Year must be improved.

In class X extracurricular activities, there are two male softball teams, 30 in total, so the teacher/trainer must provide an increasing training program because the increased training program is very influential on the achievement of an athlete's performance. Achievements in various championships at the regional and national levels are also still low, every year when participating in the national championship representing Central Java, Bhina Karya Vocational School Karanganyar was ranked 3rd in 2004, and the following year respectively ranked 4th from 2005-2008.

Bhina Karya Karanganyar Vocational School is a school with one of the advantages of softball, with facilities and infrastructures that are adequate, the sport of softball is held at Karanganyar Square every Tuesday and Thursday in the afternoon. Since 2003, the Bhina Karya Karanganyar Vocational School has been looking for students who are talented in this sport because there are so many championship events between high school / vocational schools throughout Central Java and even at the National level.

Judging from the achievements that have been gained, the achievement chart is always decreasing whether it is the result of training that is not in accordance with the training program or the interest of students participating in the extracurricular activities. From several matches, there are several factors that cause the lack of success in the training process, namely the limited resources used, lack of seriousness in training (athlete's internal factors) and the factors of the training program itself (coach factor). The fact that this is happening now, the coach is faced with limited time and inadequate tools that are not in accordance with the number of players to be trained, besides that players will be given a lot of training material.

Regarding the problems that arise, the efforts to improve the skill of throwing upwards are by using the method of massed practice and distributed practice. What is meant by massed practice according to Sugiyanto (1996) is that, "massed practice is to practice activities that are studied continuously without rest periods or very short periods of rest". Exercises with this method are

repetitive movements during training time, without being interrupted by rest or interspersed with breaks in a short time. As for those who practice using a method distributed practice in the exercise that is applied with a break between repetitions carried out is always interspersed with breaks. Rest periods are given not too often and do not wait until fatigue. Improvements to the technique are done so that the movement becomes easy and correct., mastering techniques in throwing will be better.

To be able to know and answer the problem, it needs to be studied and examined more deeply both theoretically and practically through pre-experimental research. In theory, each method that has been put forward has a different level of effectiveness and advantages and disadvantages.

METHOD

Research Method

The research method used is the experimental method, the basis for using this method is an experimental activity that begins with giving train to the subject which ends with a test to determine the effect of the training given. Sugiyanto (1996) states, "The purpose of experimental research is to examine whether there is a causal relationship by giving train to the experimental group whose results are compared with the results of the control group that is not given training or given a different training".

Design in the "Pre-test-Post-test Design study". The research design drawings are as follows:

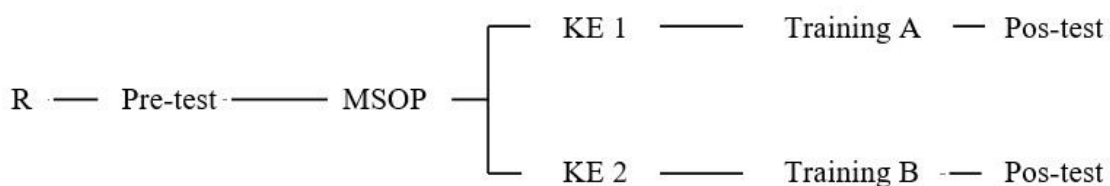


Figure 1. Pre-test and Post-test Design study

Remarks: R= Random; Pre-test= Pre-test of the accuracy of the throw; MSOP= Matched Subject Ordinal; **Pairing:** KE1= Group 1; KE2 = Group 2; Treatment A= Method massed practice; Treatment B= Method distributed; Practice post-test= Post-test of the accuracy of the throw

Research groups

The sample group of the research consists of extracurricular softball in class X of SMK Bhina Karya Karanganyar 2014/2015 Academic Year which amounted to 30 male students. 15-18 years old ($M= 16,5$), body height 160-170 cm ($M= 165$), body weight 50-65 kg ($M= 60$). The sample group was divided into two groups by means of pairing ordinal. Group 1 of 15 people

received training for massed practice. Group 2 as many as 15 people received training practice distribution.

Data Collection Tools

In this study there are: (1) two independent variables, namely: (a) Exercises with the Massed Practice Method; and b) Practice with the Method of Distribution Practice; and (2) one dependent variable in this study is the accuracy of the top Softball Throw. Tests for collecting data used the overhand throw for accuracy test instructions (Mustofa & Agustiyanto, 2017). The procedure for taking a measurement test is to throw the ball past the target given as many as 10 throws and 2 attempts.

Collection of Data

The experimental group was divided based on the accuracy of the ball throw at the pre-test. After the results of the pre-test are ranked, participants who have equivalent abilities are placed in groups 1 (KE1) and group 2 (KE2). Both groups were given the same training. If in the end there is a difference, this is caused by the effect of the training given. Division of groups in this study by means of pairing ordinal. The group division technique in ordinal pairing according to Hadi (1995: 485) as follows:

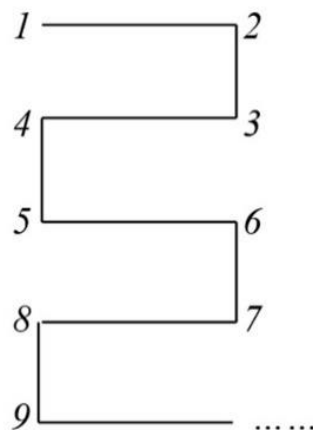


Figure 2. Ordinal Pairing (Hadi, 1995).

Analysis of Data

The data analysis technique uses a different test with the t-test calculation. Different tests were carried out, namely: (1) test the difference before being given training; and (2) the difference test after being given training, includes: (a) Test of Difference in pre-tests and tests in Group 1; (b) Difference Test pre-test and post-test in Group II; Difference Test Results of tests between Group I and Group II. After conducting a different test, an analysis of the difference in percentage increase between group 1 and group 2 was carried out.

FINDINGS

Test-Differences Before Giving Training

Before giving training, the groups formed in the study were tested for differences in order to determine the differences in the two groups, as long as they were given training starting from the same situation or not. The results of the difference between KE1 and KE2 before being granted are as follows:

Table 1. Summary of results difference test beginning in the KE1 and KE2

| Group | N | M | M _d | t | t Table 5% |
|-------|----|------|----------------|-------|------------|
| KE1 | 15 | 9867 | 0040 | 1,103 | 2,145 |
| KE2 | 15 | 9462 | | | |

The results of the t-test analysis, it was concluded that the value of t obtained was 1,103, while $df = n - 1 = 15 - 1 = 14$ and a significance level of 5%, the number of rejection limits for the null hypothesis in t-table was 2,145. It turns out that it is smaller than the null hypothesis rejection rate. Thus the null hypothesis is accepted, which means that there is no significant difference between the results of the pre-test of the ability of the accuracy of the throw of the ball in group 1 and group 2. So that after being training there is a difference, furthermore the difference is really due to differences in training effects which is given.

Test Results Difference Pre-test and Post-test in KE1

From the results of the post-test in each group a different test was carried out, the results of which were as follows:

Table 2. Summary of difference test results of pre-test and post-test in KE1

| Test | N | M | M _d | t _{count} | t _{table 5%} |
|-----------|----|--------|----------------|--------------------|-----------------------|
| Beginning | 15 | 9,867 | 2,867 | 11,209 | 2,145 |
| Final | 15 | 12,733 | | | |

The result of the t-test is obtained by the value of t-count which is equal to 11,209, and is greater than the value of the t table of 5%, which is 2,145. Thus it was concluded that there were significant differences between the results of the pre-test and the results of the post-test in group I. Thus after receiving the treatment of massed practice, there is an increase in the ability to throw balls KE1 (group I) convincingly.

Test Results Difference Pre-test and Post-test in KE2

Table 3. Summary of test results difference pre-test and post-test on KE2

| Test | N | M | M _d | t | t Table 5% |
|------|---|---|----------------|---|------------|
|------|---|---|----------------|---|------------|

| | | | | | |
|-------|----|--------|------|------|------|
| Early | 15 | 9467 | 1333 | 7135 | 2145 |
| Final | 15 | 10,800 | | | |

The result of the t-test is t-count of 7.135, the t-count value is greater than the t-table value of 5%, which is 2.145. Thus it was concluded that there were significant differences between the results of the initial test and the final test results at KE 1 (group I). After getting distributed learning training increases the ability of the top throw at KE 2 (group II).

Test Results Difference Test Final between KE1 and KE2

Table 4. Summary of test results difference test final between KE1 and KE2

| Group | N | M | M_d | t | t Table 5% |
|-------|----|--------|-------|-------|------------|
| KE1 | 15 | 12 733 | 1,933 | 4,740 | 2,145 |
| KE2 | 15 | 10,800 | | | |

From t test done may be obtained t value of 4.740, which turns out that the value is greater than the t table value of 5%, which is 2.145. Thus the null hypothesis is rejected, which means that after being given treatment there is a significant difference between the results of the post-test on KI and K II.

The difference in Percentage Improvement

To find out which groups have a better percentage of improvement, a calculation of the difference in percentage increase for each group is calculated. The value of the difference in increasing the ability of the accuracy of the top throw in percent on KI and K II are as follows:

Table 5. Summary of calculation results value difference increased ability of the accuracy of throws of balls softball in percentages on KE1 and KE2.

| Group | N | Pre-test Mean | Post-test Mean | M_d | Percentage of Increase in |
|-------|----|---------------|----------------|-------|---------------------------|
| KE1 | 15 | 9,867 | 12,733 | 2,867 | 29,054% |
| KE2 | 15 | 9,467 | 10,800 | 1,333 | 14,085% |

From the above results, it can be seen that K 1 has an increase in the ability of the accuracy of the top throw of 29,054%. While K 2 has the ability to the accuracy of the upper throw of 36.147%. It can be concluded that K 1 percentage increase in accuracy capability throws over greater than K 2.

DISCUSSION AND CONCLUSION

The difference in the effects of exercise on the ball's throw of ball using massed practice and distributed practice of the accuracy of the throw on the softball

Skills or the ability to throw on the very technique important in ball games softball (Mudjihartono, Wahyudianto, & Gumilar, 2019). Every player must be able to do and master

this throwing technique well. To be able to do the top throw quickly and precisely, every player must do the exercises systematically, regularly and continuously with the right principles of training. The training method that can be used to improve the ability of these throws is to use the method massed practice and distributed practice using the method Throwing massed practice exercises are exercises that are carried out repeatedly and continuously, without breaks or very short periods of rest (Seabrook, Brown, & Soly, 2005). Exercises with the method distributed practice are exercises that are carried out repeatedly, where intervals are interspersed with sufficient time.

Based on the characteristics of the training method, it distributed practice shows that the skill of the accuracy of the top throw with method distributed practice has advantages such as mastery of movement techniques will be better, improvements to basic technique errors can be done earlier, will avoid excessive fatigue, appearance of the condition will always stable because of adequate rest. Weaknesses in the skill of the accuracy of the top throw with the method distributed practice include frequent breaks resulting in reduced mastery of the technique. This is because the pattern of movement that has been formed will decrease again in rest. This method is the only priority for improving mastery of the technique, while the physical condition is neglected, students will get bored or bored because of frequent breaks (Mustofa & Agustiyanto, 2017). While the skill of the accuracy of the top throw with the method massed practice has advantages such as: mastering the movement pattern of skills the accuracy of the top throw will be more quickly achieved or and can improve skills while increasing physical endurance. The disadvantages include: mastery of the technique of the skill the accuracy of the top throw is difficult to master in fatigued conditions, the appearance of students is not stable due to fatigued conditions, control and improvement of punch techniques are difficult because there is no rest time (Oliver et al., 2018).

Based on the characteristics, strengths and weaknesses of the learning method distributed practice and massed practice it is clear that both forms of training are striking differences. These differences will certainly have an effect on increasing the skill ability of the accuracy of throws on balls softball. Based on the study of theory and results of the analysis of extracurricular student data softball at class X SMK Bhina Karya Karanganyar 2014/2015 academic year, it can be concluded that the learning method of distributed practice and massed practice has different influences on the skill ability of the accuracy of throwing balls softball.

A method that has better influence between the massed practice method and the method distributed practice on the ability to throw on balls softball.

Learning methods are Massed practice generally used to improve a movement technique due to short periods of rest (Ab Razak et al., 2018) because in the player will remember the movements that were previously carried out and will be carried out for the next movement to correct the movement (Mustofa & Agustiyanto, 2017). While the method of learning distributed practice, in the implementation of the movement interspersed with a relatively long rest period, then the previous movement's memory has been lost, so that it cannot obtain a backup to improve the next movement (Seabrook, Brown, & Soly, 2005).

For extracurricular students in softball class X Bhina Karya Karanganyar Vocational School 2014/2015 academic year, the use of learning methods massed practice will be more efficient because the movement pattern of skill in the accuracy of the top throw will be more quickly achieved and while the method of learning is distributed practice for extracurricular students softball at class X SMK Bhina Karya Karanganyar 2014/2015 school year will be less efficient because frequent breaks result in reduced mastery of techniques and students will get bored or bored because of frequent breaks. From the description above, it can be concluded that there is a better influence between the learning method massed practice and method learning distributed practice on the skills of the accuracy of the throws on balls softball.

Based on the results of the research that has been done, conclusions can be obtained as follows: (1) There is a difference in the effect of learning massed practice and distributed practice on the ability of the accuracy of throws on balls softball on extracurricular softball X-grade Smk Bhina Karya Karanganyar, with $t_{count} = 4.740 > t_{table} = 2.145$; and (2) The learning method massed practice is better than the practice of distributed practice on the ability of the accuracy of the throwing of balls softball on extracurricular softball class X Smk Bhina Karya Karanganyar, with an increase in massed practice = 29,054% > distributed practice = 14,085%.

REFERENCES

- Ab Razak, R., Mea, K. K., Hussain, R. N. J. R., Kassim, N. A. M., & Othman, N. (2018). The effect of hand grip strength and trunk rotation strength on throwing ball velocity. *Malaysian Journal of Movement, Health & Exercise*, 7(1), 89-98.
- Davis, J. T., Limpisvasti, O., Fluhme, D., Mohr, K. J., Yocum, L. A., ElAttrache, N. S., & Jobe, F. W. (2009). The effect of pitching biomechanics on the upper extremity in youth and adolescent baseball pitchers. *The American journal of sports medicine*, 37(8), 1484-1491.
- Flyger, N., Button, C., & Rishiraj, N. (2006). The science of softball. *Sports medicine*, 36(9), 797-816.
- Garman, J. F., & Gromacki, M. M. (2018). *Softball skills & drills*. Canada: Human Kinetics.
- Hadi, S. (1995). *Statistik (Jilid 1, 2, dan 3)*. Yogyakarta: Andi Offset.
- Lareau, A. (2011). *Unequal childhoods: Class, race, and family life*. Univ of California Press.
- Lemyre, F., Trudel, P., & Durand-Bush, N. (2007). How youth-sport coaches learn to coach. *The sport psychologist*, 21(2), 191-209.

Mustofa, F., Mansur, M., Burhaein, E. (2019). Differences in the effect of learning methods massed practice throwing and distributed practice on learning outcomes skills for the accuracy of top softball. *Journal of Sport Sciences Researches*, 4(2), 213-222.

Malcom, N. L. (2003). Constructing female athleticism: A study of girl's recreational softball. *American Behavioral Scientist*, 46(10), 1387-1404.

Miranti, A., Soegiyanto, S., & Rahayu, S. (2019). Imagery training method and hand-eye coordination on the exercise of ball batting practice of softball-baseball of UNNES. *Journal of Physical Education and Sports*, 8(1), 6-10.

Mudjihartono, M., Wahyudianto, W., & Gumilar, A. (2019). Application of learning softball using modified glove and ball for developing basic movement skills throwing and catching for high school students. In *3rd International Conference on Sport Science, Health, and Physical Education (ICSSHPE 2018)*. Atlantis Press.

Mustofa, F., & Agustiyanto, A. (2017). Perbedaan pengaruh metode pembelajaran massed practice and distributed practice terhadap hasil ketrampilan ketepatan lemparan atas bola softball ekstrakurikuler softball kelas x smk bhina karya karanganyar tahun pelajaran 2014/2015. *Ilmiah SPIRIT*, 17(1), 13-25.

Oliver, G. D., Washington, J. K., Friesen, K. B., Anz, A. W., Dugas, J. R., & Andrews, J. R. (2018). The effects of a pre-throwing program on collegiate NCAA Division I softball pitchers' biomechanical measures of hip and shoulder range of motion. *J Orthop Ther: JORT-181*, 2018(2),1-9. DOI:10.29011/2575-8241.000081.

Saraya, A. E., Sugiyanto, S., & Doewes, M. (2018). Anthropometric Factors and Physical Condition Dominant Determinants Batting Skills in Softball. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 5(4), 213-222.

Seabrook, R., Brown, G. D., & Solity, J. E. (2005). Distributed and massed practice: From laboratory to classroom. *Applied cognitive psychology*, 19(1), 107-122.

Sugiyanto, S. (1996). *Metodologi Penelitian*. Surakarta: UNS Pers.

Wellard, I. (2013). *Sport, fun and enjoyment: An embodied approach*. London: Routledge.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).



Examination of The Relationship between Ethical Leadership and Self-Efficacy of Primary School teachers

Alireza BAGHESTANI¹, Jafar RAJABI¹, Amin AZIMKHANI²

¹Department of Psychology and Counseling, Quchan Branch, Azad University, Quchan, Iran,

²Imam Reza International University, Mashhad, Iran.

Original Article

Received: 11.06.2019

Accepted: 01.12.2019

DOI: 10.25307/jssr.575122

Online Publishing: 31.12. 2019

Abstract

The purpose of this study was to investigate the relationship between managers' ethical leadership on self-efficacy of physical education teachers in Tabadekan region of Mashhad. This study is practical and of descriptive-correlational type. The statistical population of this study is all primary education teachers (60 men and 50 women) working in the primary education schools of the Tabadekan district of Mashhad in the year 1397, A total of 761 people were selected in the whole counting manner. The data were collected using Moral Leadership Questionnaire (Brown et al., 2005) and Self-Efficacy Questionnaire (Sherer et al., 1982). The validity of the questionnaire was improved by obtaining the advice from faculty members specializing in this field and reliability of the questionnaire was confirmed using the Cronbach's alpha coefficient. To analyze the data, descriptive statistics were used and in order to test the hypotheses, the Kolmogorov-Smirnov- tests, single sample, Friedman, Pearson correlation coefficient, regression concurrently and Bootstrap test were used to study the model of relationship between the main variables of the research.

The results of the research show that the ethical leadership of managers affects teachers' self-efficacy. Generally, the results show that the structure of the research model is very well suited; also the ethical leadership of managers predicts teacher self-efficacy. The conclusion demonstrate that managers must put ethical leadership as their primary priority in achieving teachers' quality and success.

Keywords: Ethical leadership, self-efficacy, primary school teachers.

INTRODUCTION

With the rapid growth of industry and mechanization in the international community, statistics from different countries show that there are a growing number of people with psychological problems. One way to prevent psychological disadvantages is exercise and physical activity (Azadi, 2015). Overall, in recent years, the sports industry has encountered conflicts and moral scandals so that moral scandals in the last decade reached the highest levels in Sports industry (Kool & van Dierendonck, 2012). Due to recent scandals and unethical behaviors in the field of sports, researchers and officials inside and outside the field of sports management have called for the reform of sports organizations and those who lead them (Burton & Peachey, 2013). On this basis, researchers have paid special attention to the assessment of the leadership of sports organizations as a necessary component to reform Sports organizations (Demirtas & Akdogan, 2015; Robinson, 1996) because, leadership, is essential in order to create an ethical atmosphere in sports organizations (Panaccio et al., 2015). In today's organizations, all

leadership styles, including academic leadership, servant leadership, and so on, are vitally important, but the role of ethical leadership among them is very prominent.

Particularly in university organizations seeking to promote organizational learning culture, systemic thinking, innovative in one sense, the capacity of organizational adaptability, ethical leadership must be paid attention (Abbaszadeh & Budaghi, 2014). Ahmadi, Golestani, Mirani & Sidi (2017) in an article titled the study of "the relationship between ethical leadership and quality of work life among primary school teachers in Kermanshah", concluded that there is a positive and significant relationship between ethical leadership and its dimensions with the quality of work life of primary school male teachers in Kermanshah. Malekzadeh and Hadavi (2016) in a research entitled "The role of ethical leadership in the work stress of physical education teachers in the Islamshahr County", concluded that ethical leadership plays an important role in reducing the work-related stress of teachers, especially physical education teachers, leading to their efficacy and effectiveness, and any more ethical organization is more successful. In another study, Ismail and Bin Daud (2014) in a study entitled "The Effect of Ethical Leadership on Organizational Commitment in Schools", concluded that ethical leadership could positively and significantly increase the organizational commitment of school staffs.

Ethical leadership by creating values, ethical awareness, granting authority and responsibility to individuals, the adoption of participatory and democratic management and the creation of a suitable organizational atmosphere in order to meet organizational health, honesty and reliability, encourages observing the values and attitudes in behaviors, pursuing values in decision-making and fair treatment in any situation (Tutar, Altinoz & Cakiroglu, 2011). Acar, Kaya & Sahin (2012) in an article entitled "Effects of the ethical leadership behavior of school principals on physical education teachers in the level of organizational justice", concluded that the ethical leadership behavior of teachers continuously affects the subscale of teachers' organizational justice perceptions. In another study, Nickpay & Malekian Mofrad (2016) in an article entitled "examination of the Impact of principals' Ethical Leadership style on Social Capital of Teachers by Mediation of the Organizational Virtue of Primary Schools in Khorramabad city", concluded that the ethical leadership style has a significant relationship with social capital of teachers. Also, Hosseinpour et al., (2015) in an article entitled "The Relationship between the managers Ethical Leadership style and the Self-efficacy and occupational Engagement of secondary School Teachers in Sanandaj City", concluded that the ethical leadership style of managers has a relationship with teachers' collective self-efficacy and the degree of their professional engagement in the school, in a way that the school principals ethical leadership of the school administrators is predictive of the degree of collective self-efficacy and teacher engagement. The findings also show that ethical leadership has a direct and also indirect positive effect on teachers' professional engagement through mediation of collective self-efficacy of teachers. In fact, self-efficacy theory originates from social cognition theory and includes self-efficacy and hope-to-outcome as the main constituent (Perkmaly et al., 2013). The results of Mostafa Nejad (2013) study with the aim of examining "the relationship between individual and organizational predictors of teacher commitment and mediator role of self-efficacy and organizational identity among elementary teachers", showed that there is a positive and significant relationship between perceived organizational politics

and professional commitment and self-efficacy and self-efficacy plays a mediating role in the relationship between organizational politics and professional commitment.

Self-efficacy plays a determinant role in self-encouragement, since self-efficacy beliefs affect the selection of challenging goals, the amount of effort to perform tasks, endurance and perseverance in dealing with problems and the amount of pressure tolerance (Bedel, 2016). Shohoodi et al., (2013) in an article titled "the Mediator role of Spiritual Leadership" on the relationship between sport self-efficacy and professional commitment in physical training teachers", concluded that there is a significant relationship between the athletic self-efficacy of teachers and their spiritual leadership, but the relationship between athletic self-efficacy of teachers and professional commitment was not significant. The opinion of the scholars is that moral leadership is able to influence its effects through processes focused on spiritual atmosphere creation and self-efficacy development of employees at all levels (Stouten et al., 2010). Pan (2014) in an article titled "The relationship between teachers' self-efficacy and motivation and satisfaction of students in physical education", concluded that self-efficacy of physical education teachers had an impact on learning motivation, learning atmosphere, and satisfaction with student learning. Teachers' self-efficacy also indirectly and positively affects learning satisfaction. In another study, Skaalvik & Skaalvik (2010), in a paper titled "Teacher Self-efficacy and Teacher fatigue: study of relationships", concluded that teacher self-efficacy, collective efficacy, and two dimensions of job fatigue are differently related to school variables and teachers' job satisfaction. Regarding the above mentioned, the researcher tried to assess the leadership of managers on the self-efficacy of physical education teachers.

METHOD

The methodology of this research according to its type is descriptive, in terms of relations between variables is of correlation type and according to the research objectives is from the category of applied research and its implementation method has been field-based.

Research Group: The statistical population of this study is all elementary school teachers (60 men and 50 women) working in the primary education schools of the Vahedakan district of Mashhad city in the year 2018. As a sample of the mentioned statistical population, 2 people were not accessible. Therefore, the rest of teachers whose number were 108 participants received questionnaires and were asked to carefully study all questions and choose the best and closest option.

Analysis of Data: To analyze the statistical information of the findings, descriptive and inferential statistical methods were used in two separate sections. In the first section, descriptive statistics were used to determine the frequency, mean, and the standard deviation. In the second part, inferential statistical methods of Kolmogorov-Smirnov test were used to determine the normality of the data and T-test, single samples, Friedman, Pearson correlation coefficient and regression test were used concurrently in order to test the hypotheses. At the end, the bootstrap test was used in order to examine the model of the research main variables relationship, according to the research objectives, a questionnaire was used to collect information.

Data Collection Tools: Among the research questionnaires, the standard ethical leadership questionnaire of Brown et al., (2005) and self-efficacy of Sherer et al., (1982) were used. According to the experts, eight questions were removed from the questionnaire and the number of questions was reduced to nine. There isn't any subscale for this questionnaire.

The Ethical Leadership Questionnaire was developed in 2005 by Brown et al. The questionnaire consists of 10 questions. This questionnaire measures the ethical leadership of managers and consists of two components: ethical person and ethical manager. Using these questionnaires, the ethical leadership of principals (at two levels of ethical person and ethical principal) was examined and tested based on normative Appropriate behaviors through individual activities, interpersonal communication and propagation of such behaviors among followers through bilateral communication, strengthening and decision making in principals in relation to staff and teacher self-efficacy based on social skills and professional competencies. It is worth mentioning that to determine the validity of the questionnaire for the mentioned society, questionnaires were submitted to several counseling professors and, considering that the questionnaires were standardized, no contradictory verdict was found; therefore, they verified the questionnaires validity. Then the Cronbach's alpha test was used to determine the reliability of the questionnaire. The obtained values for ethical leadership questionnaire and self-efficacy questionnaire were respectively $\alpha = 0.84$ and $\alpha = 0.76$, which confirmed the reliability of the questionnaires.

FINDINGS

Table 1. Friedman Test of Priority of Ethical Leadership Components

| Row | Statistics | Value |
|-----|--------------------|--------|
| 1 | Ki due Freidman | 18.075 |
| 2 | Degree of Freedom | 1 |
| 3 | Significance level | 0.001 |

Friedman's test was used to prioritize the components of ethical leadership. As the table shows, since the significance level of Friedman test is less than 0.05, there is a significant priority between moral leadership components.

Table 2. Average Ratings and Priority of the Components of Ethical Leadership

| Row | Factors | Average grades | Priority |
|-----|-------------------|----------------|----------|
| 1 | Ethical person | 1.69 | first |
| 2 | Ethical principal | 1.31 | second |

As outlined in the table, the most important priority of leadership components relates to "ethical individual" component and the "ethical principal" component takes the second priority. According to the normal distribution of data, in order to make meaningful difference between the group of men and women in the ethical leadership of managers and Self-efficacy of physical education teachers, two independent groups t-test was used.

Table 3. Comparison of ethical leadership in men and women

| Group | Average | Std. Dev. | t | df | p |
|-------|---------|-----------|--------|-----|------|
| Men | 3.82 | 0.67 | -0.553 | 106 | 0.58 |
| Women | 3.74 | 0.79 | | | |

The results of the table show that there is no significant difference in the ethical leadership score between the two groups of men and women ($p = 0.58$) and hence both groups are homogeneous.

Table 4. Comparison of Self-efficacy in men and women

| Group | Average | Std. Dev. | t | df | p |
|-------|---------|-----------|-------|-----|------|
| Men | 3.77 | 0.72 | | | |
| Women | 3.70 | 0.81 | -.439 | 106 | 0.66 |

The results of the table show that there is no significant difference in the Self-efficacy score between the two groups of men and women ($p = 0.66$) and hence both groups are homogeneous.

In the following, using regression test, we examined the prediction of self-efficacy variable by ethical leadership components.

Table 5. Regression test

| Sig. Level | Watson-Durbin Statistics | Determination Coefficient Criteria Statistics | Modified R ² | R ² | R |
|------------|--------------------------|---|-------------------------|----------------|------|
| 0.001 | 2.33 | 0.70008 | 0.15 | 0.17 | 0.41 |

According to the results of Table 5, the value of Durbin- Watson statistic, which should be between 1.5 and 2.5, was 2.33 Also, the correlation coefficient and coefficient of determination between the score of ethical leadership and self-efficacy components have been determined, in which the correlation coefficient is 0.41 and the coefficient of determination is 0.15, so it can be said that 0.15% of self-efficacy variations Relates to the components of ethical leadership. The analysis of regression test is presented below.

Table 6. Regression variance analysis related to the effect of moral leadership components on self-efficacy

| Variation source | Squares sum | Degree of Freedom | Average of squares | Fisher statistics | p |
|------------------|-------------|-------------------|--------------------|-------------------|-------|
| Inter groups | 10.646 | 2 | 5.323 | 10.860 | 0.001 |
| Intra group | 51.461 | 105 | 0.490 | | |
| Whole | 62.107 | 107 | | | |

In the following, as shown in Table 6, the Fisher test statistics is equal to 10.860 and the error level is 0.001, so the effect of ethical leadership components on self-efficacy is confirmed. The results of the regression analysis are presented below.

Table 7. Model Coefficients

| Constant | Unstandardized coefficient | | Standardized coefficients | | |
|--------------------------|----------------------------|-------|---------------------------|-------|-------|
| | SE | B | BETA | t | p |
| Coefficiency | 0.357 | 2.123 | | 5.943 | 0.001 |
| Ethical person | 0.127 | 0.285 | 0.300 | 2.243 | 0.02 |
| Ethical principal | 0.134 | 0.139 | 0.139 | 1.038 | 0.30 |

$$\text{Self-efficacy} = 2.123 + 0.300 * (\text{Ethical person})$$

In this research, to confirm or reject the hypothesis, model of structural equation is used. This model verifies or rejects the significance of factor loads with respect to t-value. The relationship is confirmed, (at the error level of 0.05), If the value of t is greater than 2 Or smaller than -2, which means there are respectively meaningful positive and meaningful negative relationships, Paul Klein believes that indicators whose factor loadings are less than 0.3 or their statistics are smaller than the magnitude 2, are indicative of the weakness of that index and are eliminated from the measurement model (Klein, 2002).

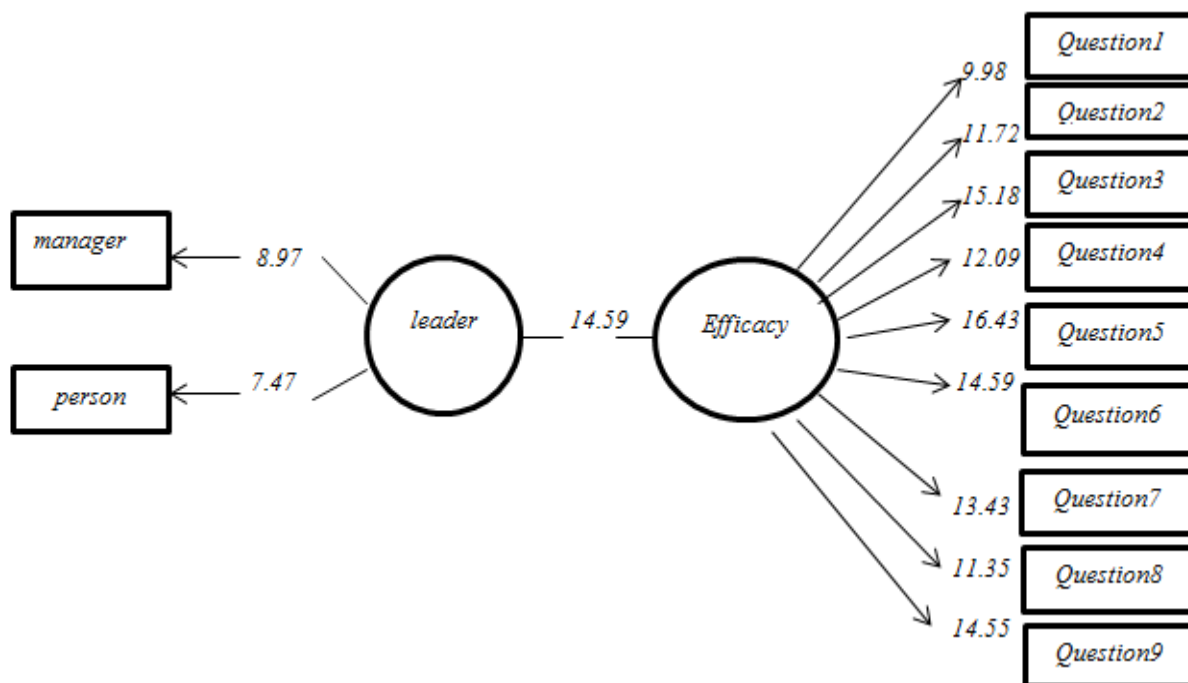


Figure 1. Structural equation modelling of the relationships between Ethical Leadership and auto-efficiency in standard mode.

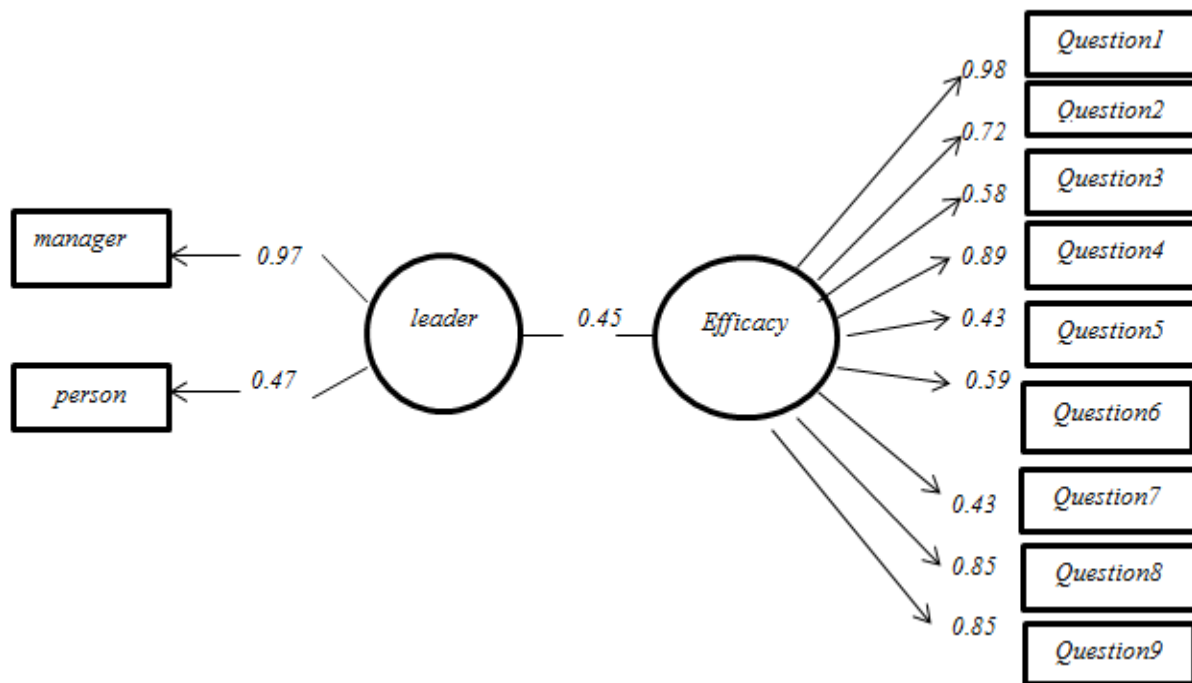


Figure 2. Structural equation modelling of the relationships between Ethical Leadership and auto-efficiency in T mode.

In Fig.1,2, numbers on the lines relates to the values of T in the Bootstrap test and are interpreted as the T test, that is, if the sample number is more than 100 people, that in this study is equal to 108, and if the values are more than 1/96, they are meaningful at The level of 0.05, and if values are greater than 2.58, they are meaningful at the level of 0.01, in the present study all values obtained are more than 2.58, so it can be said that all values of T obtained in the research model are significant at the level of 0.01.

Table 8. Contribution credit validation index

| Variable | SSO* | SSE** | SSO/SSE |
|---------------------------|---------|---------|---------|
| Ethical leadership | 480.000 | 156.390 | 0.674 |
| Self-efficacy | 600.000 | 281.318 | 0.531 |

* Sum of Squares of Observation For Block, **Sum of Squared Prediction Errors For Block

As shown in Table 8, the SSO represents the sum of the squares of the observations for each hidden variable block, SSE represents the sum of the predicted error squares for each hidden variable block and the SSO/SSE represents the subscription validity indicator or CV-com. Accordingly, if the indicator of the hidden variables subscription validity checkout is positive, the measurement model has a good quality. As it is shown, the present research model is also suitable based on this criterion, that is values being positive.

Table 9. Indicator of validity of Redundancy

| Variable | SSO* | SSE** | SSO/SSE |
|---------------------------|---------|---------|---------|
| Ethical Leadership | 480.000 | 177.794 | 0.630 |
| Self-efficacy | 600.000 | 600.000 | 0.491 |

* Sum of Squares of Observation For Block, **Sum of Squared Prediction Errors For Block

As it is shown in Table 9, the SSO represents the sum of the observation squares for each hidden variable block, the SSE represents the sum of the predicted error squares for each hidden variable block and the SSE / SSO represents the index of redundancy validity (CV-Red). Accordingly, if the index of redundancy validity of the hidden variables is positive, the measurement model has a good quality. As we can see, the present research model is also suitable based on this criterion, that is values being positive. Finally, according to factor loadings, the values of T, and the quality indices obtained, it is concluded that the Research model has a meaningful fitness and the impact of independent and dependent variables on each other is confirmed.

Discussion and Conclusion

Findings show that there is no significant priority between the components of principals' ethical leadership. Ethical leadership is Leadership in a way that respects the rights and status of others. Leaders naturally hold a position of social power and ethical leadership focuses on how leaders employ their power to make decisions, to perform the activities in which they are involved, and the way they affect others. In this type of leadership, ethical values accepted for everyone such as justice, fairness, honesty, correctness, and rightness are the focus of attention. Research evidence has shown that adherence to ethical values, characterized high-efficiency leadership. These leaders, through fair treatment with their employees, encourage them to improve performance and incline them towards innovation and creativity (Padash & Golparvar, 2010).

From Bronze perspective, ethical leadership goes beyond power and the relationship between leader and followers is based on the aspirations, desires and mutual needs of the parties. From his point of view, if the leadership employs its prominent features such as dignity and Convince people by force, then it cannot provide a criterion or an indicator for evaluating and judging whether it is successful or effective. Such leadership takes values into consideration and gives sufficient knowledge and awareness to its followers and goes so far as to ask them to lead the rest, to make decisions using intelligence, consciousness and cognizance, and to give a positive answer to its calling. An important issue in this type of leadership is the relationship between the leader and the followers that must be based on ethics. Freeman and Stewart acknowledge that ethical leader is a person of strong personality: They outline their values, viewpoints, and organizational goals through a series of ethical ideals and relate the organization's goals to the internal characteristics of the staff (Emadifar, 2009). The results of the research show that there is no significant difference between the two groups of men and women based on the ethical leadership of managers. Yilmaz (2010) also considers moral leadership as a form of leadership that requires the development of ethical standards for managing employees' behavior and implementing these standards in their behaviors. He also expresses that this concept can be described as an attempt to spread justice, showing respect for the individual characteristics of women and men, and a combination of Characteristics of honesty, trustworthiness, integrity, purity, democratic decision making and sympathetic support, sympathy and kindness in the two genders (Yilmaz, 2010). The results of this hypothesis have also pointed to the lack of a difference in ethical leadership among women and men. On the other hand, the results of the research show that there is no significant difference between the two groups of men and women in terms of teacher self-efficacy.

Self-efficacy beliefs have the same effects on thinking patterns of men and women and their emotional responses. As a result of these influences, self-efficacy beliefs are strong determinants and predictors among the two genders. Based on these reasons, Bandura has argued that self-efficacy beliefs play the same roles in the lives of women and men (Pajares & Schunk, 2001). On the other hand, belief and truth are difficult to reconcile, and individuals

are often better predicted by self-efficacy beliefs than by their arts and their previous knowledge and skills. Self-efficacy beliefs help us determine how much people try to do an activity and how much time they spend, how long they resist against the positions and how they are flexible when faced with unfavorable situations (Pajares & Schunk, 2001). The results of this hypothesis are consistent with the result of research of Kim and Brymer (2011).

Other findings of the research show that there is no significant relationship between the ethical leadership of principals and their components with teachers' self-efficacy. Manpower, as the most important factor in organizational productivity, can help the organization achieve its goals and plans by utilizing its talents and abilities. Self-efficacy seems to be directly related to the image that the individual has in mind, and the reinforcement of this image will strengthen his self-efficacy and performance (Soltani & Rezai, 2015). Soltani and Rezai (2015) In a research titled "Explaining employee performance with respect to the role of the ethical leadership style and self-efficacy of the staff of the University of Medical Sciences" showed that ethical leadership has a positive relationship with employee performance through self-efficacy. They concluded that leaders can improve job performance in an organization by strengthening self-efficacy of employees. The result of these hypotheses are consistent with the research by Soltani and Rezaei (2015). In conclusion, the results of the research show that the structural equation model of relationship between principals ethical leadership and teachers' self-efficacy does not have a significant fitness. According to the results obtained from the table, the main parameters of the model, factor loads, T values, and quality indices obtained, it is concluded that the research model has a significant fitness and the impact of independent and dependent variables on each other is confirmed. Ren (2017) in the paper Ethical Leadership, self-efficacy and job satisfaction in China: the role of interface mediums, with a sample size of 388 professional staff in nine organizations in Beijing, China. The results show that self-efficacy has a positive and intense relationship with ethical leadership. These results are consistent with the findings of Ren and Chadee (2017) The Conclusion demonstrate that managers' must put ethical leadership as their primary priority in achieving teachers' quality and success.

REFERENCES

- Abbaszadeh, M., & Budaghi, A. (2014). The Effect of ethical leadership on the studied organizational adaptability capacity. *Staff of Tabriz University, State management Schedule*, 6(2), 289-308.
- Acar, G., Kaya, M. & Şahin, M. (2012). School administrators ethical leadership behavior effects on physical education teachers organizational justice level. *Turkish journal of sport and exercise*, 14(3), 51–58. DOI: <https://doi.org/10.15314/tsed.337603>.
- Ahmadi, M., Golestani, A., Mirani, A. & Sidi, S. (2017). *The relationship between ethical leadership and quality of work life among elementary school Teachers in Kermanshah*. 2nd International Conference on Management Coherence and Development Economics.
- Azadi, Y. (2015). *Success secret life skills*. Tehran: Azma.
- Bedel, E.F. (2016). Exploring academic motivation, Academic self-efficacy and attitudes toward teaching in pre-service early childhood education teachers. *Journal of Education and Training Studies*, 4(1), 142-149. DOI: <https://doi.org/10.11114/jets.v4i1.561>.
- Brown, M. E., Treviño, L. K., & Harrison, D. A. (2005). Ethical leadership: A social learning perspective for construct development and testing. *Organizational behaviour and human decision processes*, 97(2), 117-134.

- Baghestani, A., Rajabi, J., Azimkhani, A. (2019). Examination of the relationship between ethical leadership and self-efficacy of primary school teachers. *Journal of Sport Sciences Researches*, 4(2), 223-233.
- Burton, L., & Peachey, J.W. (2013). The call for servant leadership in intercollegiate athletics. *Quest*, 65(3), 71-354. DOI: <https://doi.org/10.1080/00336297.2013.791870>.
- Demirtas, O., & Akdogan, A. (2015). The effect of ethical leadership behaviour on ethical climate, Turnover intention, And affective commitment. *Journal of Business Ethics*, 130(1), 59-67. DOI: <https://doi.org/110.1007/s10551-014-2196-6>.
- Emadifar, A. (2009). *Investigating the ethical leadership style of managers from the perspective of Ferdowsi University of Mashhad personnel and its relationship with their empowerment*. Master of Educational Management, Faculty of Education and Psychology, Ferdowsi University of Mashhad.
- Hosseinpour, I., Zebardast, A.M. & Shirbeigi, N. (2015). *The Relationship between managers' ethical leadership style and self-efficacy and job engagement of high school teachers in Sanandaj*. Master Thesis, University of Kurdistan, Faculty of Literature and Humanities.
- Ismail, I.B., & Bin Daud, Y. (2014). Influence of ethical leadership towards organizational commitment in schools. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 4(9), 2250-3153.
- Kim, W. G., & Brymer, R. (2011). The effects of ethical leadership on manager job satisfaction, commitment, behavioral outcomes, and firm performance. *International Journal of Hospitality Management*, 30(4), 1020– 1026.
- Kool, M., & van Dierendonck, D. (2012). Servant leadership and commitment to change, The mediating role of justice and optimism. *Journal of Organizational Change Management*, 25(3), 33-422. DOI: <https://doi.org/10.1108/09534811211228139>.
- Malekzadeh, R., & Hadavi, S. (2016). *The role of ethical leadership in the work tension of physical education teachers Islamshahr county*. The 4th National Conference on New Achievements in Sport Sciences, Gorgan: Islamic Azad University Unit of Gorgan.
- Mostafa Nejad, H. (2013). *Investigating the relationship between individual and organizational predictors of teacher commitment and the mediating role of self-efficacy and organizational identity among primary teachers in the city of Parynash*. Master Thesis, Urmia University, Literature and Humanities.
- Nickpay, I., & Malekian Mofrad, M. (2016). The Effect of School Ethical schools principal on the Organizational erudition of teachers with Trust Mediation and Organizational commitment. *Journal of School Management*, 4(1), 107-129.
- Padash, F., & Golparvar, M. (2010). The Relationship between Ethical Leadership and Internal Motivation for Employee Innovation and Creativity. *Journal of Ethics in Science and Technology*, 1, 103-119.
- Pajares, F., & Schunk, D. (2001). Self-beliefs and school success self-concept, and school achievement in Rayners (Eds). *International Perspectives on Individual Differences*, 2, 239-265.
- Pan, Y. (2014). Relationships Among Teachers' Self-Efficacy and students' Motivation, Atmosphere, and satisfaction in physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 33, 68-92. DOI: <https://doi.org/10.1123/jtpe.2013-0069>.
- Panaccio, A., Henderson, D.J., Liden, R.C., Wayne, S.J. & Cao, X. (2015). Toward an understanding of when and why servant leadership accounts for employee extra-role behaviors. *Journal of Business and Psychology*, 30(4), 75-657. DOI: 10.1007/s10869-014-9388-z.
- Perkmaly, MA., Momeni, H. & Pakdaman, M. (2013). The relationship between science teachers self-efficacy and motivation, attitude and academic achievement of fifth grade students. *Journal of Research on Curriculum*, 10(10), 35-123.
- Ren, S., & Chadee, D. (2017). Ethical leadership, self-efficacy and job satisfaction in China: The moderating role of guanxi. *Personnel review*, 46(2), 371-388. DOI: <https://doi.org/10.1108/PR-08-2015-0226>.
- Robinson, S.L (1996). Trust and breach of the psychological contract. *Administrative science quarterly*, 41(4),574-579.

Baghestani, A., Rajabi, J., Azimkhani, A. (2019). Examination of the relationship between ethical leadership and self-efficacy of primary school teachers. *Journal of Sport Sciences Researches*, 4(2), 223-233.

Sherer, M., Maddux, J. E., Mercandante, B., Prentice-Dunn, S., Jacobs, B., & Rogers, R. W. (1982). The self-efficacy scale: Construction and validation. *Psychological reports*, 51(2), 663-671.

Shohoodi, M., Gholami, Z., Alizadeh, L. & Faraj Elahi, R. (2013). The mediator role of spiritual leadership on the relationship between sport self-efficacy and professional commitment in physical education. *Journal of Educational and Educational Studies*, 2(5), 58-79.

Skaalvik, E. M., & Skaalvik, S. (2010). Teacher self-efficacy and teacher burnout: A study of relations. *Teaching and Teacher Education*, 26(4), 1059-1069. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.tate.2009.11.001>.

Soltani, F., & Rezaei, H. (2015). *Explaining staff performance according to the role of ethical leadership style and self-efficacy of staff in Guilan University of Medical Sciences*. International Conference on New Orientations in Management, Economics and Accounting, Tabriz, East Azerbaijan Industrial Management Organization.

Stouten, J., Baillien, E., den Broeck, A., Camps, J., De Witte, H. & Euwema, M. (2010). Discouraging bullying: The role of ethical leadership and its effects on the work environment. *Journal of Business Ethics*, 95(1), 17-27. DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/s10551-011-0797-x>.

Tutar, H., Altinoz, M. & Cakiroglu, D. (2011). Is ethical leadership and strategic leadership a dilemma? A descriptive survey. 7th International Strategic Management Conference. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 24(2011), 1378–1388.

Yilmaz, E. (2010). The analysis of organizational creativity in schools regarding principal's ethical leadership characteristics. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 2(2), 3949-3953.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International license](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

Amerika Birleşik Devletleri ile Türkiye’de Uygulanan Antrenör Eğitim Sistemlerinin Karşılaştırılması

Yalçın UYAR¹ * Hakan SUNAY¹ 

¹Ankara Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 15.11.2019

Kabul Tarihi: 12.12.2019

DOI: 10.25307/jssr.647451

Online Yayın Tarihi: 31.12.2019

Öz

Sporun topluma yaygınlaştırılması ve sporda başarının sürdürülebilir hale getirilmesi her alanda olduğu gibi spor alanında da uzman eğitici kadroların yetiştirilmesiyle mümkündür. Bu kadroların başında ise antrenörler gelmektedir. Antrenörler ise, mesleki sorumluluklarını en iyi şekilde yerine getirebilmek için alanındaki gelişmeleri sürekli takip etmeli ve değişen koşullara göre eğitimlerini şekillendirmelidir. Bu noktada antrenörlerin hizmet öncesi aldıkları eğitimin kalitesi belirleyici bir etken olmaktadır. Profesyonel ve amatör olarak sporda katılımı sağlamış ve başarıyı sürdürülebilir hale getirmiş ülkelerin başında ise Amerika gelmektedir. Bu çalışmanın amacı; ABD ile Türkiye’deki antrenör eğitim sistemleri ve uygulama koşullarını açıklamak, antrenör eğitim sistemlerini spor teşkilatlanmaları ve organizasyon yapıları üzerinden tahlil ederek, ABD ile Türkiye’de uygulanan antrenör eğitim sistemlerinin benzerlik ve farklılıklarını ortaya koymaktır. Bu araştırma, bir karşılaştırmalı spor yönetimi araştırmasıdır. Araştırmada, tanımlayıcı yaklaşımla birlikte dikey ve yatay yaklaşım yöntemleri kullanılmış, verilerin toplanmasında ise belgesel tarama tekniğinden faydalanılmıştır. Araştırmada sonucunda, Amerika ve Türkiye’de uygulanan antrenör eğitim sistemlerinin uygulama koşulları, spor teşkilatlanmaları ve organizasyon yapıları gibi birçok parametreye göre farklılaştığı, bu durumun ülkelerin mevcut yönetim sistemlerinin spora olan yansımalarından kaynaklanabileceği değerlendirilmiştir.

Anahtar kelimeler: Antrenör Eğitimi, Spor yönetimi, Karşılaştırmalı sistem, Amerika, Türkiye.

Comparison of Coach Training Systems Implemented in The United States and Turkey

Abstract

Spreading sports to the society and making sports success sustainable is possible with the training of trainers who are experts in the field of sports as in every field. Coaches are the leading staff. Coaches should follow the developments in their field and shape their training according to changing conditions in order to fulfill their professional responsibilities in the best way. At this point, the quality and topicality of the training received by the coaches before the service is a determining factor. The United States is one of the leading countries that have provided professional and amateur participation in sports and made success sustainable. The aim of this study; coach education systems and applications describe the conditions in the US and Turkey, organized by analyzing their sport through coach education systems and organizational structure of the education system in Turkey with the US coaches is to identify similarities and differences. This is a comparative sport management research. In this research, descriptive approach and vertical and horizontal approach methods were used. Documentary scanning technique was used for data collection. As a result of the study, United States and the coach education systems applied in Turkey differed by very parameters such as, conditions of application, sports organizations and organizational structures. This situation may be the result of the reflections of the existing management systems of the countries on sports.

Keywords: Coaching Education, Sports Management, Comparative System, USA, Turkey.

* **Sorumlu Yazar:** Yalçın UYAR, Öğr. Gör. Dr., E-posta: yuyar@ankara.edu.tr, Telefon: 0555 217 57 49.

GİRİŞ

Spor aktiviteleri günümüzde insan yaşamının önemli bir parçası haline gelmiştir. Spor endüstrisinin büyük bir hızla gelişmesi ve kitle iletişim araçlarının yaygınlaşmasıyla birlikte sporda uluslararası başarıyı hedefleyen ülkelerin sayısı artmış, uzun vadeli sporcu gelişimi önem kazanmıştır. Ancak sporda bu hedeflere ulaşmak, öncelikle eğitim ve öğretime önem vermek ve sporda eğitici kadroları bilimsel ölçülere uygun eğitim programlarından geçirmekle mümkün olabilir. Bu nedenle antrenörlere güncel, nitelikli ve doğru eğitimin verilmesi ülke sporunun gelişmesinde önemli bir yer tutmaktadır. Antrenör; *“Enerjisini, gücünü, dinamizmini, bilgilerini ve sosyal kapasitesini sporcusuna en etkili ve kalıcı bir şekilde aktarabilme yeteneğine sahip olan lider özellikli kimse”* (Sunay, 1998), *“sporcuların fiziksel, fizyolojik, zihinsel, duygusal ve sosyal kapasitelerinin amaçlı davranışlarla geliştirilmesine yardımcı olan ve bunun için antrenmanın bilimsel amaçlarını yerine getiren özel eğitim ve öğretim almış kişi”* (Konter, 1996) olarak tanımlanmaktadır. Daly ve Parkin (1991), antrenörün branşında başarılı olabilmesi için ilgili spor branşında tam bir bilgiye sahip olması gerektiğini belirterek, antrenörün, insan fizyolojisini, beceri öğrenimini, sporda öğrenme ve öğretim yöntemlerini, performans ölçümü ve değerlendirmesini, antrenman bilimi ve spor psikolojisini iyi bilmesi gerektiğini belirtmiştir. Antrenör ne kadar çok bilgilendirilmiş, yeterli bir eğitim programından geçmiş ve sonrasında uygun bir çalışma ortamı elde etmiş ise yetiştireceği elemanlar da o kadar performans gösterebilecektir. Böylece antrenör de mesleki sorumluluklarını ve görevlerini en iyi şekilde kendilerini günün ve ortamın koşullarına göre hazırlamakla yerine getirebilirler ki, bu da ancak etkili bir hizmet öncesi eğitim programından geçmekle mümkündür. Bu sebeplerden dolayı antrenörlerin yetiştirilmesi ve her kademedeki bir önceki kademeye göre daha nitelikli bir eğitimden geçmesi önem arz etmektedir.

Türkiye’de ve dünyanın birçok ülkesinde antrenör yetiştiren kurumlar mevcuttur. Bu düşünceden yola çıkarak sporda gelişmiş ülkelerin başında yer alan Amerika Birleşik Devletleri’nde uygulanan antrenör eğitim sistemlerini bilmek ve mevcut durumun analizini yaparak, Türkiye’deki uygulamalarla karşılaştırmak çağa ayak uydurmak anlamında önemlidir. Bu çalışmanın temel amacı, Türkiye ile ABD’nin antrenör eğitim sistemlerinin incelenmesi ve karşılaştırılmasıdır. Alt amaçlar ise, Türkiye ile ABD’nin antrenör eğitim sistemlerini spor teşkilatlanmaları ve organizasyon yapıları üzerinden tahlil etmek, antrenör eğitim sistemlerinin mevcut durumunu ortaya koymak, antrenör eğitim sistemlerinin hangi kurumlar yoluyla uygulandıklarının tespit edilerek, bu sistemlerin benzerlik ve farklılıklarının karşılaştırılmasıdır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu araştırma, ABD ile Türkiye’de uygulanan antrenör eğitim sistemlerinin benzer ve farklı yönlerini, nitel olarak karşılaştırmaya yönelik, tarama modelinde hazırlanmış betimsel bir çalışmadır. Sosyal bilimler, diğer bilimlerin aksine doğrudan deney ya da ölçüm yapmanın zor olduğu araştırma alanlarından biridir. Sosyal bilimlerdeki bu eksikliğin giderilebilmesi için başvurulan yöntemlerden biri de karşılaştırmalı yöntemdir (Sunay, 2017). Karşılaştırmalı yöntem, *“aynı olayın zaman içinde ve farklı yerlerdeki durumunun, karşılaştırılarak*

incelenmesidir” (Aynal, 2012). Araştırmada belge tarama ve yatay yaklaşım modeli olmak üzere iki farklı yöntemden yararlanılmıştır. “*Belge tarama modelinde amaç, geçmişte veya halen var olan bir durumu olduğu gibi betimlemektir. Araştırmaya konu olan olay, birey veya nesne bulunduğu ortamda olduğu gibi tanımlanmaya çalışılır*” (Erkuş, 2005; Karasar, 2005). Yatay yaklaşım modeli ise, daha çok karşılaştırmalı çalışmalarda kullanılan bir yöntemdir. Bu yaklaşımda sistemler, birlikte ve ayrı ayrı ele alınarak tüm unsurları içerecek şekilde incelenir. Aynı döneme ait sorunlar olması nedeniyle de benzer çözümler önerilir (Türkoğlu, 1998).

Veri Toplama Araçları

ABD ile Türkiye’de uygulanan antrenör eğitim sistemlerini karşılaştırmalı olarak incelemeyi amaçlayan bu çalışmada veriler, belgesel tarama tekniğiyle toplanmıştır. Söz konusu ülkelerin antrenör eğitim sistemlerinin, yasal dayanakları, uygulama koşulları ve hangi kurumlar yoluyla uygulandıklarının analizi için basılı kaynaklar ve resmi internet sayfaları taranmış ve derlenmiştir.

BULGULAR

Amerika’da var olan spor sistemi ve sporu oluşturan unsurlar, kendine özgü bir yapı ve işleyişe sahiptir. Dolayısıyla ABD’nin antrenör eğitim sistemi de bu yapı ve organizasyon içerisinde diğer ülkelerle kıyaslandığında oldukça farklılık göstermektedir. Bu nedenle Amerika’nın antrenör eğitim sistemini anlayabilmek için öncelikle Amerika’da var olan spor sisteminin yapısını kavramaya ihtiyaç vardır. Diğer gelişmiş ülkelerin aksine Amerika’da devlet sporun organizasyonunda, ulusal, bölgesel ve yerel düzeyde müdahaleci olmayan bir yaklaşım sergilemektedir (Sparvero, Chalip ve Green, 2012). Bu durumun sonucu olarak Amerika’da sporun organizasyonu ve yapısını serbest piyasa koşulları belirlemektedir. Amerika’nın spor organizasyonu yapısı devlet, aracı ve kar amacı gütmeyen kuruluşlar (Gönüllü Birlikler) olmak üzere 3 temel sac ayağı üzerine inşa edilmiştir. Örneğin devlet yapısını en üst düzeyde temsil eden kuruluş, ABD Başkanlığı tarafından kurulan ve ABD Başkanlığına bağlı olarak çalışan “Birleşik Devletler Sağlık ve İnsan Hizmetleri Bakanlığı (HHS)” iken aracı kuruluşların en üst düzey temsilcisi Amerika Birleşik Devletleri Olimpiyat ve Paralimpik Komitesi, kar amacı gütmeyen kuruluşların (Gönüllü Birlikler) en başında ise Amatör Sporcu Birliği (AAU) ve Ulusal Üniversite Sporları Birliği (NCAA) gelmektedir (Ruseski & Razavilar, 2013).

Birleşik Devletler Sağlık ve İnsan Hizmetleri Bakanlığı’nın temel görevi tüm Amerika halkının sağlık ve refahını korumak ve artırmaktır. Bakanlık, bunu sağlamak için tıp ve sağlıklı yaşam alanındaki gelişmeleri takip ederek bunların sosyal hizmetlere dönüştürülmesini teşvik etmektedir (HHS, 2019). Kar amacı gütmeyen kuruluşların en büyüklerinden biri olan Amatör Sporlar Birliği (AAU), Amerika’da daha çok amatör sporların halka yayılması ve organizasyonu ile ilgili olarak, Ulusal Üniversite Sporları Birliği (NCAA) ise üniversite sporlarının organizasyonu ve sporcuların eğitimleri ile ilgilenmektedir (AAUSPORTS, 2019; NCAA, 2019). Ayrıca Amerika devlet yönetiminin federal bir yapıya sahip olması sebebiyle bazı eyaletlere kendi yerel anayasalarını yapma hakkı (homerule

yetkisi) tanınmıştır (Gül, Kamalak ve Gül, 2017). Bu nedenlerle Amerika’daki antrenör eğitim sistemleri de her düzey ve yapıya göre farklılık gösterebilmektedir.

Amerika’daki antrenör eğitim sistemi, Birleşik Devletler Olimpik ve Paralimpik Komitesi (aracı kuruluş), spor federasyonları, üniversiteler ve kar amacı gütmeyen kuruluşlar (gönüllü birlikler) tarafından yürütülmektedir. Ayrıca bu kuruluşların verdikleri eğitimin standartlarını belirleyen ve bu standartlara uyan kurumlara ülke çapında akreditasyon veren üst kuruluşlar da mevcuttur (Tablo 1). Birleşik Devletler Olimpiyat ve Paralimpik Komitesi, Amerika devleti tarafından kurulan ve desteklenen ancak devletten herhangi bir nakdi yardım almayan kar amacı gütmeyen bir kuruluştur. Aynı zamanda bu kurum, hem olimpik hem de paralimpik komitelerin bir çatı altında bulunduğu dünyadaki tek olimpiyat komitesi konumundadır (TEAMUSA, 2019a). Birleşik Devletler Olimpiyat ve Paralimpik Komitesi, voleybol, hentbol, badminton, boks gibi bazı olimpik sporların yönetimini de kendi bünyesinde bulundurmaktadır. Böylelikle bu sporların ulusal ve uluslararası organizasyonlarını düzenlemenin yanında, antrenör eğitimlerini de üstlenmektedir (TEAMUSA, 2019b). Amerika’da spor federasyonları tarafından verilen antrenörlük belgelerinin kaç kademededen oluşacağı, ders içeriği, programı ve gereklilikleri ilgili federasyon tarafından belirlenmektedir.

Amerika’da faaliyet gösteren özel ya da devlet üniversitelerinin birçoğunda ise antrenörlük eğitimi bölümleri mevcuttur. Bu bölümler genellikle kineziyoloji, sağlık, beden eğitimi ya da rekreasyon fakülteleri çatısı altında eğitim verilen bölümler olduğu gibi doğrudan eğitim fakülteleri çatısı altında faaliyetlerini sürdüren bölümler de mevcuttur. Bu bölümlerde verilen eğitimler genellikle 8 dönem olarak belirlenmiştir (USM, 2019a; WVU, 2019a; WVU, 2019b; UWW, 2019a). Amerika’da antrenör eğitimi ve sertifikası veren bir diğer organizasyon ise “sivil toplum örgütleri, gönüllü kuruluşlar ya da kar amacı gütmeyen kuruluşlar” olarak adlandırılan organizasyonlardır. Bu organizasyonlar aynı zamanda konferans, toplantı, araştırma ve projelerle kamuoyunu bilgilendirerek sivil toplum örgütü görevini de üstlenmişlerdir (ACSM, 2019a; NCSF, 2019).

Türkiye’deki antrenör eğitim sistemi Gençlik ve Spor Bakanlığı, spor federasyonları ve üniversiteler tarafından yürütülmektedir (Tablo 1). Türkiye’de devlet kademesinin en üst kuruluşu olan Gençlik ve Spor Bakanlığı’nın kurulması 06/04/2011 tarihli ve 6223 sayılı kanunla karara bağlanmıştır. Kanun Hükmünde Kararname ile teşkilat yapısında da değişikliğe gidilmiş, 3289 sayılı kanunda yer alan Gençlik ve Spor Genel Müdürlüğü" ibaresi "Spor Genel Müdürlüğü" olarak değiştirilmiştir (SGM, 2019). Türkiye’de antrenörlük kurslarını düzenleme yetkisi verilen diğer kurum ise spor federasyonlarıdır. Türkiye’de özerk tek federasyon olan futbol federasyonu hariç diğer spor federasyonları antrenörlük kurslarını, Gençlik ve Spor Bakanlığı, Spor Genel Müdürlüğü ile birlikte koordineli olarak yürütmektedir. Türkiye’de antrenörlük eğitimi bölümleri, hem devlet hem de özel üniversiteler bünyesinde, spor bilimleri fakültesi ya da beden eğitimi ve spor yüksekokulları çatısı altında faaliyetlerini sürdürmektedir. Bunun yanında Türkiye’de sporla ilgili olan diğer bölümler, eğitim fakülteleri, sağlık bilimleri fakülteleri veya uygulamalı bilimler yüksekokulları bünyesinde de bulunabilmektedir. Türkiye’de 4 yıllık beden eğitimi ve spor yüksekokulu ya da spor bilimleri fakültelerinden mezun olan öğrenciler diploma ya da transkriptlerini belgelemeleri koşuluyla Spor Genel Müdürlüğü’nün Spor Eğitim Daire

Başkanlığı birimine başvuru yaparak ihtisas aldıkları spor branşından antrenörlük belgesi almaya hak kazanmaktadırlar (Antrenör Eğitim Yönetmeliği, 2002).

Tablo 1. Amerika Birleşik Devletleri ve Türkiye’deki antrenörlük belgesi veren kuruluşların karşılaştırılması

| Ülke | Antrenörlük Belgesi Veren Kuruluşlar | Akreditasyon |
|------------------------------------|---|--|
| Amerika Birleşik Devletleri | <ul style="list-style-type: none">- Federasyonlar- Üniversiteler- Aracı Kuruluş (USOPC)- Kar Amacı Gütmeyen Kuruluşlar (Gönüllü Birlikler) | <ul style="list-style-type: none">Sağlık ve Beden Eğitmciler Birliği (SHAPE)- Ulusal Spor ve Beden Eğitimi Derneği (NASPE)- Antrenörlük Eğitimi Ulusal Akreditasyon Komitesi (NCACE)Ulusal Sertifika Ajansları Komisyonu (NCCA) |
| Türkiye | <ul style="list-style-type: none">- Gençlik ve Spor Bakanlığı ile Federasyonların ortaklığında- Üniversiteler | - |

TARTIŞMA

Amerikan spor sisteminin kendine özgü bir yapı ve işleyişe sahip olması farklı uygulamaları da beraberinde getirmiştir. Örneğin, Amerika’da eyaletlerin kendi yerel anayasalarını yapma haklarının olması (homerule yetkisi), antrenörlerin, antrenörlük belgelerini aldıkları eyaletin dışında farklı bir eyalette antrenörlük yapmak istemeleri durumunda eyaletten eyalete farklılıklar gösterebilmektedir. Farklı bir eyalette antrenörlük yapmak isteyen kişiler ilgili federasyonun gerekliliklerini yerine getirerek antrenörlük belgesine sahip olsalar bile, antrenörlük yapmak istedikleri eyaletin yönetimi tarafından o eyalette antrenörlük yapmak için gerekli olan koşulları yerine getirmek zorundadır. Örneğin, Louisiana eyaleti yönetimi bu eyalette antrenörlük yapmak isteyen kişilerden antrenörlük kursunu başarı ile tamamlamalarının yanı sıra, adli sicil kaydı, parmak izi, sağlık raporu, tüberküloz testi, çocuk istismarını önleme eğitimi, dopinge mücadele eğitimi, centilmenlik, karakter ve ahlak eğitimi kurslarını da almalarını isterken, Mississippi eyaleti, sadece centilmenlik ve karakter eğitimi derslerini almış olmalarını zorunlu kılmıştır. Ayrıca Oklahoma eyaleti kendi eyalet sınırları içerisinde antrenörlük yapmak isteyen kişilerden antrenörlük belgesi dışında zorunlu olarak egzersiz fizyolojisi ve sporcu yaralanmaları derslerini almalarını, seçmeli havuz derslerinden ise anatomi, kineziyoloji, kuvvet ve kondisyon teorisi, spor yönetimi ve organizasyonu, antrenörlük teorisi derslerinden oluşan 12 saatlik bir eğitim almış olmalarını istemektedir. Oregon eyaleti ise antrenörlük belgesi dışında herhangi bir gereklilik istememektedir (National Coaching Report, 2008). Türkiye’de ise alınan antrenörlük belgeleri ülkenin her yerinde geçerli olmakla birlikte, her kademedeki kursiyelerin yerine getirmesi gereken koşullar ve alınması gereken teorik ve uygulamalı dersler antrenör eğitim yönetmeliğinde önceden belirtilen şekilde uygulanmaktadır (Antrenör Eğitim Yönetmeliği, 2002).

Amerikan antrenör eğitim sisteminin kendine özgü olan bir diğer durumu ise akreditasyon kurumlarıdır. Bu kurumlar kaliteli antrenör yetiştirilmesi için antrenör eğitim kriterlerini

belirlemekte ve bu kriterleri yerine getiren kurumlara akreditasyon vererek, bu kurumlar tarafından verilen antrenörlük belgelerinin itibar ve geçerliliklerinin artmasını sağlamaktadırlar. Örneğin, Amerika’nın en büyük spor organizasyonu yapılanması olan “Sağlık ve Beden Eğitmciler Derneği”nin (SHAPE) çatısı altında faaliyetlerini sürdüren “Ulusal Spor ve Beden Eğitimi Derneği (NASPE)” kaliteli antrenör eğitimi için ülke çapında 8 başlık altında toplam 40 madde içeren ulusal antrenörlük standartlarını belirlemiştir. Bu standartlar ülke çapında 100’den fazla organizasyon tarafından kabul edilmiş ve uygulanmaya başlanmıştır. Ulusal Spor ve Beden Eğitimi Derneği’ne bağlı olarak çalışan “Antrenörlük Eğitimi Ulusal Akreditasyon Komitesi (NCACE)” ise antrenörlük eğitim standartlarının farklı spor branşlarına ve farklı antrenörlük kademelerine uyarlanması ve bu standartların geliştirilmesine yardımcı olarak, bu standartlara uyan kuruluşlara akreditasyon vermektedir (NASPE, 2006; USCCE, 2019). Bunun yanında Ulusal Sertifika Ajansları Komisyonu (NCCA) adı altında hizmet veren başka bir akreditasyon kurumu daha mevcuttur. Bu kurum sadece antrenörlük belgelerini değil, Amerika’da verilen diğer sertifika veya belgeler için de standartlar belirleyen ve başvuran kurumun belirlenen kriterlere uyması durumunda onlara akreditasyon sağlayan bir diğer akreditasyon kurumu konumundadır (ICE, 2019). Türkiye’de ise herhangi bir akreditasyon uygulaması bulunmamaktadır. Bu durum Türkiye’de antrenörlük kurslarını düzenleme yetkisinin tek bir kurum çatısı altında veriliyor olmasından (futbol branşı hariç) kaynaklanıyor olabilir. Ayrıca antrenörlük kursu program ve yeterliliklerinin de antrenör eğitim yönetmeliğine bağlı olarak belirlenmiş olması bu duruma neden olabilecek etkenler arasında sayılabilir.

Amerika’da antrenörlük eğitimi veren kurumların başında federasyonlar gelmektedir. Amerika’da spor federasyonları, Birleşik Devletler Kanunu’nun 36. maddesinin “220521” bendinde yer alan “Amatör spor organizasyonlarının ulusal yönetim organları olarak tanınması” başlığı uyarınca kuruluurlar ve görev yaparlar (Cornell, 2019; U.S. Code, 2001). Amerika’da federasyonlar tarafından verilen antrenörlük belgeleri federasyondan federasyona farklılık gösterebilmektedir. Örneğin, Birleşik Devletler Tenis Federasyonu (USTA) tarafından verilen antrenörlük belgeleri gençler için tenis antrenörlüğü, profesyonel, elite profesyonel ve master profesyonel tenis antrenörlüğü olmak üzere 4 kademededen oluşmaktayken, Birleşik Devletler Atletizm Federasyonu’nun (USATF) antrenörlük kursu, Birinci Seviye, İkinci Seviye ve Üçüncü Seviye adı altında toplam üç kademededen, Amerikan Beyzbol Federasyonu’nun antrenörlük kursu ise A, B ve C belgeleri olmak üzere toplam 3 kademededen oluşmaktadır (USABASEBALL, 2019; USTA, 2019; USATF, 2019). Amerikan Olimpik ve Paralimpik Komitesi çatısı altında faaliyetlerini sürdüren sporlardan voleybolda, antrenörlük belgeleri I, II ve III. kademelerden oluşmaktayken, hentbolda antrenörlük belgeleri toplamda 5 kademededen oluşmaktadır (TEAMUSA, 2019c; TEAMUSA, 2019d; USATH, 2019).

Türkiye’de spor federasyonları, 19/07/2012 tarihli ve “28358” sayılı “Bağımsız Spor Federasyonları’nın Çalışma Usul ve Esasları Hakkında Yönetmelik” uyarınca “Bağımsız Spor Federasyonu” hüviyetinde görev yaparlar (Antrenör Eğitim Yönetmeliği, 2002). Türkiye’de yasa ile özerk federasyon statüsünde olan tek federasyon futbol federasyonudur. Türkiye Futbol Federasyonu 17/06/1992 tarih ve “3813” sayılı kanunla özerkliğe kavuşmuştur (Türkiye Futbol Federasyonu Kuruluş ve Görevleri Hakkında Kanun, 1992). Türkiye Futbol Federasyonu dünyada futbolun çatı organizasyonu olan Uluslararası Futbol Federasyonları Birliği’nin (FIFA) antrenörlük kriterlerine bağlı olarak antrenörlük kurslarını

Türkiye Futbol Antrenörleri Derneği ile birlikte düzenlemektedir (TFF, 2019; TUFAD, 2019). Türkiye’de ise antrenörlük kurslarının kaç kademeden oluşacağı, ders içeriği, programı ve gereklilikleri, 16/08/2002 tarihli ve “24848” sayılı Resmî Gazetede yayımlanan “Antrenör Eğitim Yönetmeliği”nce belirlenmiştir. Antrenör Eğitim Yönetmeliği’nin 7. Maddesine göre Türkiye’de antrenörlük belgeleri, I. Kademe (Yardımcı Antrenör), II. Kademe (Antrenör), III. Kademe (Kıdemli Antrenör), IV. Kademe (Başantrenör) ve V. Kademe (Teknik Direktör) olmak üzere toplam 5 kademeli bir yapıdan oluşmaktadır (Antrenör Eğitim Yönetmeliği, 2002).

Amerika’da antrenörlük eğitimi verilen bir diğer kurum ise üniversitelerdir. Her üniversite kendi eğitim olanaklarını cazip kılabilmek, Amerikan üniversite piyasasının rekabet koşulları içerisinde ayakta kalabilmek, diplomalarının geçerlilik ve itibarını artırabilmek için çeşitli girişimlerde bulunmaktadır. Amerika’da birçok üniversite antrenörlük eğitimi müfredat programlarını Ulusal Spor ve Beden Eğitimi Derneği (NASPE) tarafından belirlenen standartlara göre düzenlemektedir (UWW, 2019b). Böylelikle öğrenciler mezun olduktan sonra “Ulusal Spor ve Beden Eğitimi Derneği (NASPE)” akreditasyonlu diplomaları ile denklik alabilmekte, daha kolay iş bulabilmekte, üniversite diplomasını tanıyan bazı birliklerin (Genç Erkekler Hristiyan Birliği (YMCA) gibi) fitness ve gençlik birimlerinde antrenör, özel ve devlet okullarında ise öğretmen olarak çalışabilmektedir (UWW, 2019c).

Amerika’da spor alanında akademik düzeyde diploma veren kuruluşların başında Amerika Spor Üniversitesi ya da diğer ismiyle Amerikan Spor Akademisi (USSA) gelmektedir. Bu akademi, bir yandan üniversite olarak spor konusunda lisans, yüksek lisans ve doktora eğitimi verirken diğer yandan da antrenör olmak isteyen bireylere antrenörlük belgesi veren bir kurumdur (USSA, 2019a). Amerikan Spor Akademisi sertifika programları, antrenörlerin, fitness liderlerinin ve yöneticilerin kariyer hedeflerine ulaşmalarını sağlamak üzere tasarlanmıştır. Akademi ayrıca internet üzerinden online ulusal ya da uluslararası olarak spora özgü sertifika programları da geliştirmiştir. Akademi, Spor Yönetimi, Antrenörlük, Fitness, Kişisel Antrenörlük (PT), Spor Kondisyonerliği ve Ulusal Koçluk olmak üzere toplam 6 farklı sertifika verilmektedir (USSA, 2019b). Amerika Spor Akademisi’nde verilen ulusal antrenörlük belgeleri ise 3 kademeden oluşmaktadır. Birinci kademede antrenörlük mesleği için gerekli olan genel dersler ağırlık verilirken, ikinci kademede antrenörler, ilgili oldukları spor dalına özgü bir eğitimden geçmektedirler. Üçüncü kademede ise performans gelişimi ve analizlerine yönelik dersler verilmektedir (USSA, 2019c). Amerika Spor Akademisi’nden alınan bu belgeler “Güney Kaliforniya Üniversiteler Birliği ve Okullar Komisyonu (SACSCOC)” tarafından bölgesel olarak akredite edilmiştir. Bu okullardan mezun olan kişiler “Kaliforniya Üniversiteler Birliği ve Okullar Komisyonu” tarafından tanınan okul ya da organizasyonlarda görev alabilmektedir (USSA, 2019d).

Türkiye’de ise Antrenör Eğitim Yönetmeliği’nin 20. Maddesinin a, b ve c bendleri uyarınca “Üniversitelerin beden eğitimi veya spor eğitimi veren yüksek öğrenim kurumlarından 4 yıllık eğitimin sonunda mezun olup, herhangi bir spor dalında ihtisas eğitimi almayan ancak bir spor dalında seçmeli ders olarak eğitim alan kişilere, o dalda I. Kademe (Yardımcı Antrenör) belgesi verilirken, eğitim gördükleri ihtisas dersi ile ilgili olarak durumlarını belgelemeleri koşuluyla ilgili spor dalında II. Kademe (Antrenör) belgesi verilmektedir. Antrenörlük eğitimi bölümü mezunu olan kişilere III. Kademe (Kıdemli Antrenör) belgesi verilmekle birlikte, III. Kademe belgesini aldıktan sonra üç yıl boyunca antrenörlük yaptığını

ve ilgili spor dalında en az iki seminere katıldığını belgeleyen mezunlara ise başvurusu halinde doğrudan IV. Kademe (Başantrenör) belgesi” verilmektedir (Antrenör Eğitim Yönetmeliği, 2002). Bu durum, Amerika’nın tersine Türkiye’de üniversitede antrenörlük eğitimi alınmış olsa bile antrenörlük belgelerini veren kurumun yine de Gençlik ve Spor Bakanlığı olduğunu göstermektedir.

Amerika’da antrenörlük eğitimi veren bir diğer organizasyon ise kar amacı gütmeyen kuruluşlar ya da gönüllü birlikler olarak adlandırılan kurumlardır. Bu kurumlar; Amerikan Gelir Yasasının “501 (c) (3)” maddesine göre kamu yardım kuruluşları, özel vakıf veya özel işletme vakıflarını içeren kurumlardan oluşurlar. Kar amacı gütmeyen kuruluşlar kazançlarını hiçbir hissedar veya şahsa veremez, hiçbir siyasi kampanya ya da faaliyet içerisinde yer alamazlar. Bu kuruluşlar vergiden muaf tutulurlar ve çeşitli faaliyetler için devletten hibe alabilirler (IRS, 2019; 501C3, 2019).

Amerika’da bu kurumların en önemlilerinden biri “Amerikan Spor Hekimliği Derneği” (ACSM)’dir. Amerikan Spor Hekimliği Derneği aynı zamanda dünyanın en büyük sağlık, egzersiz ve spor bilimi örgütlerinden biridir. Dünya çapında 50 binden fazla üyesi ve antrenörü ile Amerikan Spor Hekimliği Derneği antrenman bilimi ve spor tıbbının teorik ve uygulamalı kullanımının sağlanması, bilimsel araştırmaların geliştirilmesi ve uyarlanması için çalışmalarını sürdürmektedir (ACSM, 2019b). Amerikan Spor Hekimliği Derneği çalışma yaptığı alanlarla ilgili eğitimler düzenleyerek, bu eğitimleri başarı ile tamamlayan adaylara sertifika ve belgeler vermektedir. Bu belgeler 3 ana başlık altında toplam 9 belgeden oluşmaktadır. Sağlık ve Fitness belgeleri ana başlığı altında verilen belgeler; Kişisel Antrenörlük Belgesi (Personal Trainer), Grup Egzersizleri Eğitmenliği (Group Exercise Instructor) ve Egzersiz Fiziyoğu (Exercise Physiologist) eğitmenliğidir. Klinik Sertifikaları ana başlığında altında verilen belgeler; Klinik Egzersiz Fiziyoğu Sertifikası ve Lisanslı Klinik Egzersiz Fiziyoğu Sertifikasıdır. Özel belgeler ana başlığında altında verilen belgeler ise; Egzersiz Tıbbı Sertifikası (Exercise is Medicine), Kanser Egzersizleri Eğitmenliği (Cancer Exercise Trainer), yaşlı ya da hasta bireylere yönelik olarak hazırlanmış olan Fitness Eğitmenliği Sertifikası (Inclusive Fitness Trainer) ve Fiziksel aktivite ve Halk Sağlığı Uzmanlığı (Physical Activity in Public Health Specialist) sertifikasıdır (ACSM, 2019c). Türkiye’de ise kar amacı gütmeyen kurum ya da sivil toplum kuruluşlarının görev ve yetkileri 04/11/2004 tarih ve “5253” sayılı Resmi Gazete’de yayımlanan “Dernekler Kanunu”yla belirlenmiştir (Dernekler Kanunu, 2004). İlgili Kanuna göre kar amacı gütmeyen kurum ya da sivil toplum kuruluşlarının antrenörlük belgesi vermesi gibi bir durum söz konusu değildir.

SONUÇ

Türkiye ile sporda başarıyı yakalamış ve bunu sürdürülebilir hale getirmeyi başarmış bir ülke olan Amerika Birleşik Devletleri’nin antrenör eğitim sistemleri karşılaştırıldığında, iki ülke arasında büyük farklılıklar olduğu göze çarpmaktadır. Amerika’da yönetimin eyalet sistemi üzerine kurulu olması nedeniyle alınan antrenörlük belgeleri ile bazı gereklilikler yerine getirilmeden her eyalette antrenörlük yapılamamaktayken, Türkiye’de yönetimin, merkeziyetçi bir yapıya sahip olması nedeniyle alınan antrenörlük belgeleri ile ülkenin her yerinde antrenörlük yapılabilir. Bunun yanında, Amerika’da devlet, sporun yönetim

ve organizasyonunda müdahaleci olmayan bir yaklaşımı benimsediği için verilen antrenörlük belgelerinin niteliği ve geçerliliği çeşitli akreditasyon kurumları vasıtasıyla sağlanırken, Türkiye’de antrenörlük belgelerinin nitelik ve geçerliliği (futbol branşı hariç) devlet kademesinde sporun en üst temsilcisi konumunda olan Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından sağlanmaktadır. Amerika’da antrenör eğitim sistemi Birleşik Devletler Olimpik ve Paralimpik Komitesi, spor federasyonları, üniversiteler ve kar amacı gütmeyen kuruluşlar (gönüllü birlikler) tarafından yürütülmekteyken, Türkiye’de antrenör eğitim sistemi, Gençlik ve Spor Bakanlığı, spor federasyonları ve üniversiteler tarafından yürütülmektedir. Amerika’da antrenörlük belgelerinin kaç kademedен oluşacağı spor branşına, spor federasyonuna veya antrenörlük belgesi verme yetkisine sahip diğer kurumlara göre farklılık gösterirken, Türkiye’de Antrenör Eğitim Yönetmeliği’nce belirlenen kriterler çerçevesinde 5 kademedен oluşmaktadır. Amerika’da Birleşik Devletler Olimpiyat ve Paralimpik Komitesi bazı olimpik sporların yönetimini bünyesinde barındırarak, antrenörlük eğitimi de vermekteyken, Türkiye Milli Olimpiyat Komitesi’nin böyle bir yetkisi söz konusu değildir. Amerika’da üniversiteler, verdikleri antrenörlük belgesi veya diplomaların geçerlilik ve itibarını artırmak için çeşitli spor organizasyonları ve okullarla anlaşma yaparak mezunlarına daha iyi iş olanakları sağlamaya çalışırken, Türkiye’de spor bilimleri fakülteleri ya da beden eğitimi ve spor yüksekokullarından mezun olan kişiler diplomalarını belgeleyerek Gençlik ve Spor Bakanlığı’na başvuru yapmaları halinde antrenörlük belgelerini almakta ve spor bilimleri fakültesi ya da beden eğitimi ve spor yüksekokulu mezunu olmadan bu belgeleri alan diğer antrenörlerle eşit haklara sahip olmaktadır.

ÖNERİLER

- Türkiye’de, spor bilimleri alanında ortaya çıkan güncel bilgilerin takip edilmesi, bu bilgilerin teorik ve uygulama olarak en uygun şekilde bir araya getirilerek, her spor branşının kendi ihtiyaçlarına cevap verecek şekilde uyarlanması sağlanması amacıyla bir üst kurul oluşturulabilir.
- Antrenörlük belgelerinin, spor branşlarına göre ilgili koşul, gereklilik ve standartlarının belirlenmesi ve bu belgeleri veren kuruluşların denetiminin sağlanması amacıyla bağımsız akreditasyon kuruluşlarının oluşturulması sağlanabilir.
- Üniversitelerin spor bilimleri fakültesi ya da beden eğitimi ve spor yüksekokullarına antrenörlük belgesi verme yetkisi verilebilir. Böylelikle tıpkı lisans eğitiminde olduğu gibi üniversiteler, hem daha güncel ve kaliteli antrenörlük eğitimi vermeleri için koşullandırılmış olur, hem de üniversite düzeyinde eğitim almış olan antrenörlerin diplomalarının itibarına katkı sağlanabilir.
- Antrenörlük belgelerinin kaç kademedен oluşacağı, spor branşının gereklikleri göz önünde bulundurularak, ilgili branşın ulusal ve uluslararası spor federasyonu ile işbirliğinde belirlenebilir. Böylelikle Türkiye’den alınan antrenörlük belgelerinin uluslararası geçerliliği de daha sağlıklı bir zemine oturtulabilir.
- 2002 yılında çıkartılan ve Türkiye’de halen yürürlükte olan Antrenör Eğitim Yönetmeliği’nin uluslararası antrenör eğitim standartlarını karşılayacak şekilde değiştirilmesi veya güncellenmesi sağlanabilir.

KAYNAKLAR

- ACSM. (2019a). ACSM Foundation. 21.08.2019, <http://www.acsm.org/acsm-membership/support-acsm-foundation>.
- ACSM. (2019b). ACSM About us. 21.08.2019, <http://www.acsm.org/acsm-membership/about-us>.
- ACSM Foundation. (2019c). ACSM certifications. 22.08.2019, <http://certification.acsm.org/get-certified>.
- Amateur Athletic Union. (2019). About the amateur athletic union. 12.10.2019, https://aausports.org/page.php?page_id=99844.
- Antrenör Eğitim Yönetmeliği. (2002). T.C. Resmi Gazete. 09.08.2019, <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2002/08/20020816.htm#2>.
- Aynal, S. (2012). *Karşılaştırmalı eğitim kimliği*. S. Aynal (Ed.), *Karşılaştırmalı eğitim yansımaları içinde* (217-231). Ankara: Pegem Akademi.
- Cornell Law School (2019). National governing bodies. 23.09.2019, <https://www.law.cornell.edu/uscode/text/36/220521>.
- Daly, J.A. & Parkin, D.A. (1991). Roles and Responsibilities of the Coach. Pike. S. Frank (Ed). In *The Role of the Coach, Better Coaching Advanced Coach's Manuel* (3-14). Australia: Australian Sports Commission, Australian Coaching Council Incorporated.
- Dernekler Kanunu (2004). T.C. Resmi Gazete. 06.09.2019, <https://www.resmigazete.gov.tr/eskiler/2004/11/20041123.htm>.
- Erkuş, A. (2005). *Bilimsel araştırma sarmalı*. Ankara: Seçkin Yayıncılık.
- Foundation Group. (2019). What is 501(c)(3). 11.07.2019, <https://www.501c3.org/what-is-a-501c3/>.
- Gül, H., Kamalak, İ., ve Gül, S.S. (2017). Amerikan başkanlık ve fransız yarı-başkanlık sistemleri ışığında Türkiye'nin yeni cumhurbaşkanlığı hükümeti sistemi. *Strategic Public Management Journal*, 3(Special),101-120. <https://doi.org/10.25069/spmj.343035>.
- Health & Human Services. (2019). About HHS. 06.07.2019, <https://www.hhs.gov/about/index.html>.
- Internal Revenue Service (2019). Exemption requirements 501(c)(3) organizations. 11/07.2019, <https://www.irs.gov/charities-non-profits/charitable-organizations/exemption-requirements-section-501c3-organizations>.
- Institute for Credentialing Excellence. (2019). NCCA accreditation. 10.10.2019, <https://www.credentialingexcellence.org/ncca>.
- Karasar, N. (2005). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Sanem Matbaacılık.
- Konter, E. (1996). *Bir lider olarak antrenör*. İstanbul: Alfa yayınları.
- National Association for Sport and Physical Education. (2006). *Quality coaches, quality sports: National standards for sport coaches* (2nd ed.). Reston, VA: AAHPERD Publications.
- National Coaching Report. (2008). *National Association for Sport and Physical Education*. AAHPERD Publications.
- National Collegiate Athletic Association. (2019). About the NCAA. 24.05.2019, <http://www.ncaa.org/about>.
- Ruseski, J.E., & Razavilar, N. (2013). *Comparative sport development*. New York, NY: Springer. 311-321.
- Sparvero, E., Chalip, L., & Green B.C. (2012). United States. B. Houlihan and M. Green (Ed). In *Comparative elite sport development* (243-272). Great Britain: Elsevier Publications.
- Sunay, H. (2017). *Spor Yönetimi*. Ankara: Gazi Kitabevi.

Uyar, Y., ve Sunay, H. (2019). Amerika Birleşik Devletleri ile Türkiye’de uygulanan antrenör eğitim sistemlerinin karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 234-245.

Sunay, H. (1998). Spor Eğitim Alt Yapısında Beden Eğitimi Öğretmeni ve Antrenörün Önemi. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(2), 43-50.

Spor Genel Müdürlüğü. (2019). Tarihçe. 19.06.2019, <http://sgm.gsb.gov.tr/Sayfalar/112/105/Tarihce>.

Team USA (2019a). United States Olympic & Paralympic Committee. 16.07.2019, <https://www.teamusa.org/about-the-usopc>.

Team USA. (2019b). Coaching education. 16.07.2019, <https://www.teamusa.org/About-the-USOPC/Programs/Coaching-Education>.

The United States Sports Academy. (2019a). The academy: a brief history. 27.06.2019, <https://ussa.edu/about/history/>.

The United States Sports Academy. (2019b). Certificate programs for professionals. 27.06.2019, <https://ussa.edu/academics/continuing-education/certificates/>.

The University of Southern Mississippi. (2019a). Sport coaching education bs semester guide. 25.06.2019, http://catalog.usm.edu/preview_program.php?catoid=21&poid=9985.

The University of Southern Mississippi. (2019b). Sport coaching education bs. 25.06.2019, http://catalog.usm.edu/preview_program.php?catoid=21&poid=11219&returnto=1219.

The National Council on Strength and Fitness. (2019). USREPS. 21.07.2019, <https://www.ncsf.org/about/usreps>

Team USA. (2019c). USA volleyball coaching accreditation program. 16.07.2019, <https://www.teamusa.org/usa-volleyball/education/coaching-education-programs>.

Team USA. (2019d). Coaching education and certification program. 16.07.2019, <https://www.teamusa.org/USA-Team-Handball/Resources/Coaches/USATH-Coaching-Education-and-Certification-Program>.

Türkiye Futbol Antrenörleri Derneği. (2019). Samsun tff-c kursu başladı. 19.06.2019, <https://tufad.org.tr/samsun-tff-c-kursu-basladi/1490>.

Türkiye Futbol Federasyonu. (2019). Antrenör lisans kurs ve sertifika ücretleri. 04.11.2019, <https://www.tff.org/default.aspx?pageID=1121>.

The United States Sports Academy (2019c). Certification programs. 27.06.2019, <https://ussa.edu/academics/continuing-education/certifications/>.

The United States Sports Academy. (2019d). Center for professional studies and continuing education catalog. 27.06.2019, <http://assets.ussa.edu/files/documents/catalogs/2019-20+CON+ED+FINAL.pdf>.

The United States Code. (2001). United States Government Printing Office Washington. Volume Eighteen.

Türkiye Futbol Federasyonu Kuruluş ve Görevleri Hakkında Kanun. (1992). T.C. Resmi Gazete. 12.06.2019, https://www.tbmm.gov.tr/tutanaklar/KANUNLAR_KARARLAR/kanuntbmmc075/kanuntbmmc075/kanuntbmmc07503813.pdf.

Türkoğlu, A. (1998). *Karşılaştırmalı eğitim, dünya ülkelerinden örneklerle*. Adana: Baki Kitabevi.

Usabaseball. (2019). USA baseball launches baseball coaches certification. 02.08.2019, <https://www.usabaseball.com/news/usa-baseball-launches-baseball-coaches-certification/c-307717322?tid=216639934>.

United States Center for Coaching Excellence. (2019). The history of the uscce. 25.09.2019, <https://www.uscoachexcellence.org/history-of-the-uscce>.

United States Professional Tennis Association. (2019). How to get uspta certified as a tennis coach. 02.08.2019, <https://www.usta.com/en/home/coach/coaching-accreditation/national/how-to-get-certified-uspta.html>.

United States of America Track & Field. (2019). Coaching education. 02.08.2019, <https://www.usatf.org/programs/coaches/coaching-education>.

University of Wisconsin Whitewater. (2019a). Health, physical education, recreation and coaching. 11.09.2019, <http://www.uww.edu/coeps/departments/hperc/undergraduate-programs#Coaching#coaching-employment-portfolio>.

University of Wisconsin Whitewater. (2019b). Undergraduate programs. 11.09.2019, <http://www.uww.edu/coeps/departments/hperc/undergraduate-programs#Coaching#naspe-coaching-standards>.

University of Wisconsin Whitewater. (2019c). Health, Physical Education, Recreation and Coaching. 11.09.2019, <http://www.uww.edu/coeps/departments/hperc#Careers>.

West Virginia University. (2019a). Coaching and performance science. 27.06.2019, <https://cpass.wvu.edu/academics/bachelors/coaching-and-performance-science>.

West Virginia University. (2019b). Athletic coaching education. 27.06.2019, <http://catalog.wvu.edu/undergraduate/collegeofphysicalactivityandsportsciences/ace/#major>.



Bu eser **Creative Commons Atf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.

Futbol Taraftarlığı Alanında Kadınları Marjinalleştiren Doxalar*

İrem SARIKULAK¹, Canan KOCA¹
¹Hacettepe Üniversitesi, Ankara.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 15.10.2019

Kabul Tarihi: 13.12.2019

DOI: 10.25307/jssr.633413

Online Yayın Tarihi: 31.12.2019

Öz

Futbol oynamak gibi futbol taraftarlığı da erkek egemenliğinde olan cinsiyetlendirilmiş bir alandır. Kadın taraftarların deneyimlerini ve alandaki konumlarını anlayabilmek, futbol taraftarlığı alanındaki genel kabul gören erkek taraftar kimliklerinden farklı taraftar kimliklerini ortaya çıkarabilmemizi ve böylelikle alanı bütünlüklü kavrayabilmemizi sağlayacaktır. Bu doğrultuda bu araştırmanın amacı, futbol taraftarlık alanı içerisinde kadınların konumlarını, onların marjinalleşmesine sebep olabilen doxalar yoluyla analiz etmektir. Nitel paradigmayla yürüttüğümüz araştırmada spor kulüplerinin taraftarı 8 kadın ile yaptığımız bireysel görüşmelerin tematik analizi sonucunda iki tema ortaya çıktı: *Eril Bir Alan Olarak Taraftarlık* ve *Alanın Doxası: Kabul Görmek İçin Erkek Gibi Olma*. İlk temada taraftarlığın nasıl bir sosyal alan oluşturduğu ve bu sosyal alanın eril olmasını sağlayan etmenlerin neler olduğunu, ikinci temada ise kadınlardan bu eril alanda kabul görebilmek için neler beklendiğini bulgularla tartıştık. Araştırmanın sonucunda, kadınların gerçek taraftar olarak kabul edilmekte zorluklar yaşadığı, sürekli olarak futbol bilgilerinin sınındığı ve erkeklere yüklenen davranış kalıplarına uymaları ve cinsiyetçiliği kabul etmeleri halinde kabul gördükleri ortaya çıkmıştır.

Anahtar kelime: Futbol, kadın taraftarlar, Bourdieu, doxa.

The Doxas that Cause the Marginalization of Women in Football Fandom

Abstract

Like football, football fandom is a gendered field dominated by men. To understand the experience and of fans and their place in this place helps us reveal different fandom identities aside from accepted male dominant fandom identities, thus it helps to understand the field as a whole. In this aspect the aim of this study is analyzing place of the women in fandom by researching doxas causing their marginalization. As a result of our qualitative research that include interviews held to 8 women fans of sport clubs two themes emerged. First one is Fandom as a Masculine Field, second one is Doxas of Field: To Be Like 'Men' for Accepted. In first theme we discuss how fandom creates a social field and which elements creates the masculinity of this field, in second theme we review what kind of things are expected from women to be accepted in this field. As a result of the study it reveals that women deal with hardship to get acceptance as a real fans, their knowledge is constantly questioned, and they get approval if they string along with men and accept sexism.

Keywords: Football, female fandom, Bourdieu, doxa.

*Bu çalışma 10-13 Temmuz 2019 tarihleri arasında Madrid'de gerçekleştirilen 70. IAPESGW kongresinde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

†**Sorumlu Yazar:** İrem SARIKULAK, Hacettepe Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Eposta: iremsarikulak@gmail.com

GİRİŞ

Futbol yalnızca Türkiye’de değil dünyada da en popüler spor dallarından bir tanesi olmakla birlikte Türkiye, futbolu en çok takip eden ülkeler arasında yer alıyor. Ancak futbolu yalnızca insanların severek izlediği bir spor olarak düşünmek pek çok şeyi gözden kaçırmak anlamına gelir. Futbol popüler bir spor dalı olmasının yanı sıra, aynı zamanda cinsiyetlendirilmiş bir alandır (Meier vd., 2017; Öztürk ve Koca, 2018). Futbolun tarihsel, kültürel ve sayısal olarak erkeklerin hakimiyetinde olması (Koca, 2012), futbolun belki de sporlar içinde doğal olarak erkeklere ait sayılan en önemli alanlardan birisi olmasını sağlamıştır (Hacısoftaoğlu, 2018). Kadınların futboldan anlamayacağına dair toplumsal ön yargılarla birlikte kadınlara futbol alanında eşit fırsatlar tanınmaması, toplumsal cinsiyet perspektifinden bir araştırma yapılmasının gerekliliğini göstermektedir.

Futbolun en önemli unsurlarından birisi taraftarlardır. Futbolun cinsiyetlendirilmiş bir alan olması taraftarlığı da etkilemiştir. Futbol taraftarlığı da erkeklerin hakimiyetine girmiş bir alan olarak kabul edilmektedir. Bu sebeple taraftarlık ve futbol konulu bilimsel araştırmaların çoğunun odak noktasını erkek taraftar oluşturmuştur (Lenneis ve Pfister, 2015; Pope, 2012). Türkiye’deki araştırmaların önemli bir bölümü de dünyada yapılan birçok araştırma gibi merkezine erkek taraftarları almıştır ve taraftarlıktaki şiddete ve holiganizme yoğunlaşmıştır (Çakmak ve Çelik, 2016; Koçer, 2012; Talimciler, 2017). Erkek taraftarlık merkezli bu tür araştırmalarda taraftarlıktaki kadınların deneyimleri göz ardı edilmiştir (Mewett ve Toffoletti, 2011). Ancak feminist perspektifle yapılan çalışmalar kadın taraftarların erkek taraftarlardan daha farklı deneyimler yaşadıklarını ortaya koymaktadır (Pitti, 2018) ve bu perspektifli araştırmaların ortaya çıkardığı en temel sonuçlardan birisi kadınların ‘gerçek’ taraftar olarak görülmedikleridir (Antonowicz vd., 2018). Ayrıca taraftardan güçlülük, dayanıklılık, kavga edebilme gibi özelliklerin beklenmesi ve kadınların doğal olarak güçsüz olduklarına dair toplumsal inanç kadınların taraftarlık içerisindeki hiyerarşik konumlarının altta olmasına yol açmaktadır (Pitti, 2018). Erkek taraftarlar, taraftar gruplarının liderliğini ya da yönlendiriciliğini üstlenirken kadın taraftarların ise grup içerisinde erkeklere ayak uydurması beklenmektedir.

Bourdieu’nün sosyal alan kavramıyla düşündüğümüzde futbol taraftarlığı da bir sosyal alandır ve bu alanın tarihsel bağıttan kopuk olmayan kendine özgü kabul görmüş değerleri (doxaları), alanın ve eyleyicilerin habitusları vardır. Bu sosyal alanın önemli eyleyicilerinden birisi kadın taraftarlardır. Kadın taraftarların alandaki deneyimlerini ve konumlarını anlayabilmek, alandaki genel kabul gören erkek taraftar kimliklerinden farklı taraftar kimliklerini ortaya çıkarabilmemizi ve böylelikle alanı bütünlüklü kavrayabilmemizi sağlayacaktır. Bu doğrultuda bu araştırmanın amacı, futbol taraftarlık alanı içerisinde kadınların konumlarını, onların marjinalleşmesine sebep olabilen doxalar yoluyla analiz etmektir. Araştırmanın kuramsal çerçevesini Bourdieu’nün alan kuramı oluşturmaktadır.

Kuramsal Çerçeve

Bourdieu’nün eylem kuramı bireylerin eyleyici olarak konumlandığı sosyal bağlamları incelemek için yararlı bir araç sunmaktadır (Allard, 2005). Ayrıca Dixon (2012) Bourdieu’nün eylem kuramının futbol taraftarlığının kökenleri ve onu takip eden kültürleri anlamada faydalı olduğunu belirtmektedir. Bourdieu toplumdaki iktidar ilişkilerini eylem

kuramı ile açıklar. Bu kurama göre toplum, farklı sosyal alanlardan meydana gelir. Sanat, akademi ya da sporun her biri bir sosyal alandır. Bu sosyal alanların kendi kuralları, eyleyicileri ve işleyiş düzenleri vardır. Eyleyicilerin bu alandaki konumlarını belirleyen şey ise sermayeleridir. Sermaye birikmiş emektir (Bourdieu, 1986: 241). Bourdieu dört farklı sermaye biçimi tanımlar. Sosyal sermaye uzun ömürlü bir iletişim ağına sahip olmayla ilgiliyken; ekonomik sermaye maddi olanaklar, kültürel sermaye ise döneme, topluma ve sosyal sınıfa bağlı olarak bilinçsiz bir şekilde elde edilen birikimlerdir (Bourdieu, 1986). Bunların dışında her türden sermayenin alabileceği bir biçim olan sembolik sermaye ise itibar ve statü gibi kazanımlardır (Bourdieu, 2015b).

Biriktirdikleri sermayeler ile alandaki konumları belirlenen eyleyicilerin alana girmeleri için o alanı değerli kılan çıkarlarının olması gereklidir. Bu da Bourdieu'nun *illusio* kavramına denk gelir. Oyun metaforuyla açıkladığında *illusio*, Bourdieu'nun ifadesiyle oyuna girmek ve kendini oyuna kaptırmaktır (Bourdieu ve Wacquant, 2014:105). Yani *illusio* bir alana girmeyi değerli bulmak anlamına gelir. *Doxa* ise kendisini evrensel olarak dayatan bir görüş açısıdır (Bourdieu, 2015a:124). Bourdieu'ya göre eyleyiciler açıkça belli etmeseler bile alanın kuralı olduğunu varsayarlar. Bu kurallar da *doxa* olarak adlandırılır. Eyleyiciler bu alanda stratejiler belirlerler. Eyleyicilerin çok çeşitli durumlarla başa çıkmasını sağlayan bir strateji üretme ilkesi ise *habitus*dur (Bourdieu ve Wacquant, 2014:27). Bourdieu *habitusu* yatkinlikler olarak tanımlar. Bu yatkinlikler da bireylerin toplumsal eylemlerini belirler (Bourdieu, 2015a).

Bourdieu'nun tanımından yola çıkarak futbol taraftarlığını sosyal alan olarak kabul ettiğimiz bu çalışmada, futbol alanının eyleyicileri olarak taraftarları tanımladık. Eyleyicilerin sosyal sermaye biriktirmelerini sağlayan futbol taraftarlığının kendi içerisinde kabul edilen kurallarını yani *doxalarını* ve bu *doxaların* kadın taraftarların alanda ikincil konumlanmalarındaki rollerini anlamaya çalıştık.

Kadın futbol taraftarları konulu alanyazını

Son on yılda, kadın taraftarların deneyimlerini dinlemenin önemi dünyada birçok araştırmacı tarafından anlaşılmış ve bu alanda araştırmalar yapılmaya başlanmıştır. Bu çalışmalar, araştırmanın odak noktasını erkek taraftarlardan kadın taraftarlara kaydırmış ve kadınların nasıl taraftar oldukları ve taraftarlık içerisindeki rolleri gibi konulara odaklanmıştır. Örneğin Pope, 2012 yılında yaptığı araştırmasında Giulianotti'nin (2002) taraftarlık tanımından da yararlanarak taraftarlıkta iki tip kadınlık performansı olduğunu belirtmiştir: kadınsı kadınlık ve erkeksi kadınlık. Bu alanın önemli araştırmacılarından Mewet ve Tofolletti (2011) ise kadınların dört farklı şekilde taraftar olduklarını öne sürmüştü ve taraftar bir ailede doğup taraftar olanları kanında olanlar (*in the blood*), televizyon ya da arkadaşları aracılığıyla taraftar olanları öğrenenler (*learner*), bir maç izledikten sonra spora hayran olanları dönüşenler (*convert*) ve partnerleri ya da sevgilileri aracılığıyla taraftar olanları cinsel yolla bulaşanlar (*sexually transmitted fandom*) şeklinde adlandırmışlardır.

Pope ve Kirk (2014) ise İngiltere futbol takımı Leicester City taraftarı kadınlar ile yaptığı araştırmasında üç farklı jenerasyondan kadınların taraftar olmalarının okuldaki hangi fiziksel aktiviteye katılımının etkilediğini bunun yanı sıra taraftar olurken aile ve diğer faktörlerin

rollerinin ne olduğunu araştırmışlardır. Kadın taraftarlar ile yaptıkları görüşmelerin sonucunda, kadınların okuldaki beden eğitimi dersindeki deneyimlerinin, yetişkinlik dönemindeki profesyonel futbola olan ilgilerini çoğunlukla olumsuz etkilediği sonucuna varmışlardır. Yazarlar, bu durumun en temel nedeninin kadınların futbol oynamaları için cesaretlendirilmemesi, onları oyunu oynamanın yanı sıra taraftar olmaktan da uzaklaştırmasına yol açması olduğunu belirtmişlerdir. Ancak Pope ve Kirk (2014) aynı araştırmasında bu negatif etkiye rağmen ailedeki özellikle erkek bireylerin kız çocuklarını hem spora katılım hem de taraftar olma konusunda olumlu etkilediğini de dile getirmektedir.

Sürekli olarak maça giden, takımı için koreografiler oluşturan, kendisini desteklediği takıma adanmış olan taraftar grupları için adlandırılan bir Ultras grubu ile etnografik bir çalışma yürüten Pitti (2018), erkek hakimiyetinde olan ve toplumsal cinsiyet kalıplarının belirleyici olduğu bu grupta kadınların da bu önyargılara uyduğu ve buna katkı sağladığı ayrıca doğal farklılık söyleminden dolayı da kadınların Ultras grubunda esas değil yardımcı konumunda oldukları sonucuna varmıştır. Pfister ise Lenneis (2015) ile kadın taraftarların, erkeklerin ve geleneksel toplumsal cinsiyet normlarının hakimiyetinde olan taraftarlıkta bu kalıpları oluşturmak ve kırmak için neler yaptıklarını anlamak üzere Danimarka'da yaptıkları çalışmada, kadınların cinsiyetçiliğin taraftar kültürünün bir parçası olduğunu kabul ettiğini bulmuşlardır. Yazarlar, cinsiyetçiliğin kadın taraftarlarca önemsizleştirilmesinin Bourdieu'nun kavramlarından birisi olan simgesel şiddetin bir etkisi olarak yorumlanabileceğini ifade etmişlerdir. Simgesel şiddet sosyal eyleyici üzerinde kendi suç ortaklığıyla uygulanan bir şiddet biçimidir (Bourdieu ve Wacquant, 2014:166). Lenneis ve Pfister'a göre de kadın taraftarlar erkek egemenliğini kabul ederek bilinçsizce suç ortağı olmaktadır.

Türkiye'de ise kadın taraftarlarla gerçekleştirilen araştırmalar sınırlı sayıdadır. Yağmur Nuhurat ve Itır Erhart'ın toplumsal cinsiyet perspektifiyle taraftarlık üzerine araştırmalar önemli bilgiler sunmaktadır. Örneğin Nuhurat 2017'deki çalışmasında, Türkiye'deki futbolda adalet kavramının cinsiyetlendirilmiş olduğunu ve evrenselleşmiş olan normlara göre farklılaştığını ortaya koymuş ve kadınların cinsiyetlendirilmiş adaletin oluşturulmasında hegemonik erkekliği yeniden ürettiğinin altını çizmiştir. Erhart ise (2013) Beşiktaş'ın kadın taraftarlarıyla bir araştırma gerçekleştirmiş ve bu taraftar grubunun Türkiye Cumhuriyeti'nin kurulmasının ardından meydana gelen sosyal, kültürel ve politik değişikliklerle ilişkilendirilmesini amaçlamıştır. Yine Erhart (2016) farklı bir makalesinde doğal farklılıklar savından türeyen kadınların kırılğan, küfürden ve soğuktan sürekli şikayet eden bir yapısının olduğu ön kabulünün taraftarlığı da çok etkilediğini ve bu doğaya karşı çıkan kadınların ise delikanlı kabul edildiğini vurgulamış ve taraftarlık içerisinde bu delikanlı kadınların kabul gördüğünü belirtmiştir. Bu gibi araştırmalar kadın taraftarlığı alanyazınına büyük katkı sağlamışlardır, fakat kadın taraftarlar konulu bilimsel bilgiler hala çok sınırlıdır.

Özetle, kadın taraftarlar konulu araştırmalar kadınların futbol taraftarlığı alanında farklı kimliklerle konumlandıklarını, ikincilleştirildiklerini ve alandaki cinsiyetçiliğin yeniden üretilmesine hizmet edebildiklerini ortaya koymaktadır. Fakat bu araştırmalarda, kadınların futbol alanındaki ikincil konumlarına etki neden futbol taraftarlığı alanına özgü faktörler yeterince analiz edilememiştir. Bu çalışmada amacımız, futbol taraftarlığını Bourdieu'nun eylem kuramı yardımıyla bir sosyal alan olarak analiz edilerek kadınların bir gruba dahil olamamak anlamına gelen marjinalleşmesine hizmet eden doxaları ortaya çıkartmaktır.

YÖNTEM

Kadın taraftarların alanın merkezinde yer alamamalarına neden olan sorgulanmadan kabul edilen kuralları yani doxaları açığa çıkarabilmek için nitel araştırma deseni kullandık. Nitel araştırma bir bağlam içinde hayat deneyimlerine odaklanır (Tracy, 2013:5). Kadınların taraftarlık alanında marjinalleşmelerine neden olan faktörleri ortaya koyabilmek için kadın taraftarların deneyimlerini açığa çıkarmaya yarayan görüşmeler aracılığıyla bir bağlam içerisinde analiz gerçekleştirmek önemlidir. Ayrıca nitel araştırmacılar kelimelerden oluşan metinlerde gömülü olan anlamları bulmaya da odaklanırlar (Koca, 2017). Biz de bu araştırmada yaptığımız görüşmelerde kadın taraftarların kullandıkları ifadelerin ötesine geçerek bu ifadeleri Bourdieu'nun eylem kuramı çerçevesinde anlamlandırmaya çalıştık.

Katılımcılar

Bu çalışmanın araştırma grubunu belirlerken amaçlı örnekleme yöntemlerinden maksimum çeşitlilik ve kartopu örneklemesini tercih ettik. Maksimum çeşitlilik, çeşitlilikten türeyen farklı deneyimleri anlamayı kolaylaştırırken, kartopu örnekleme yöntemi ise çalışmanın ölçütlerine uyan katılımcıları kolay bir şekilde bulmayı sağlar (Merriam, 2018). Maksimum çeşitliliği belirlerken hem Türkiye'nin fazla taraftar grubuna sahip spor kulüplerinin hem de Ankara'nın bir futbol kulübünün taraftarlarını araştırmaya dahil ettik. İki Galatasaray taraftarı, iki Fenerbahçe taraftarı, bir Beşiktaş, bir Trabzonspor ve bir Gençlerbirliği kadın taraftarı araştırmaya katıldı. Araştırmamızda yer alan kadın taraftarlardan yalnızca birisi taraftar grubuna dahilken, diğer kadın görüşmeciler ise taraftar oldukları takımın herhangi bir grubuna dahil değildir. Ayrıca yine maksimum çeşitliliği sağlamak için en az bir kere futbol maçını tribünde seyretmiş olma kriterini de ekledik. Bu kriterin temel nedeni ise taraftar grupları ile beraber maç izleme tecrübesinin diğer taraftarların davranışlarını görebilmeleri için önemli olduğunu düşünmemizdir. Bu doğrultuda 24-34 yaşları arasında ve en az lisans mezunu olan 8 kadın taraftar bu çalışmanın katılımcılarını oluşturdu. Bunun yanı sıra bazı katılımcılar vasıtasıyla araştırmamıza dahil edilecek farklı kadın taraftarlara ulaşılması kartopu örneklemesine bir örnek oluşturmuştur. Katılımcıların pek çoğu çalışırken bazı katılımcılar ise evlidir. Araştırmamıza katılan iki kadın taraftar haricinde diğer tüm katılımcılar çocuk yaşlardan itibaren kendilerini taraftar olarak tanımlamaktadır.

Bireysel görüşme

Kadın taraftarlar ile yürütülen bu araştırmanın verilerini yarı yapılandırılmış bireysel görüşmeler ile topladık. Yarı yapılandırılmış görüşmeler katılımcıların algıladığı dünyayı kendi düşünceleriyle anlatmasını sağlar (Merriam, 2018: 88). Açık uçlu sorular yarı yapılandırılmış görüşmelerde katılımcılara kendi ifadeleriyle deneyimlerini anlatma fırsatı tanır. Bundan dolayı görüşmelerde kadın taraftarların taraftarlık alanında yaşadıklarını kendi düşünce ve kelimeleriyle anlatabilmelerine odaklandık. 30-50 dakika arasında süren görüşmeler katılımcıların kendi belirledikleri yerlerde birinci yazar tarafından 2019 yılının Şubat-Mayıs ayları arasında yapıldı. Görüşmelerin çoğunluğu Ankara'nın çeşitli kafelerinde gerçekleştirildi. Bu çalışmaya başlamadan önce Hacettepe Üniversitesi Senatosu Etik Komisyonu'ndan da izin alındı (Sayı No: 35853172-300). Araştırmaya dahil edilen her kadına istedikleri zaman araştırmadan çekilebilme haklarının olduğu hem sözlü hem de yazılı olarak aktarıldı ve onam formu imzalatıldı. Makalede kadınların gerçek isimleri kullanılmadı.

İlk olarak genel bilgi soruları ile başlayan görüşmelerde sorulan Bourdieu'nun kavramları ve toplumsal cinsiyet yaklaşımı temelinde hazırlanmış sorulardan bazıları ise şunlardır: Sizce taraftarlık ne anlama gelmektedir? Sizce taraftar olmanın cinsiyete göre tanımı/anlamı değişir mi? Sizce kadınların ve erkeklerin taraftar olarak kabul görmeleri için uymaları gereken davranışlar var mı? Taraftar olarak cinsiyetinizden kaynaklı herhangi bir engelle karşılaştınız mı ve bu engellerle nasıl mücadele ettiniz? Taraftar olarak yapmak istediğiniz ancak cinsiyetinizden kaynaklı yapmadığınız şeyler var mı?

Veri Analizi

Bireysel görüşmelerin analizinde kullandığımız tematik analiz verilerin içerisindeki temaları tanımlamak, analiz etmek ve raporlamak için kullanılan bir yöntemdir (Braun ve Clarke, 2008). Veri analizi yapılırken Braun, Clarke ve Weate'in tematik analiz için tarif ettiği aşamaları dikkate aldık. Braun, Clarke ve Weate (2016) tematik analizin verilere alıştırma, kodlama, tema geliştirme, iyileştirme, adlandırma ve yazma olmak üzere 6 aşamadan oluştuğunu belirtiyor. Bu aşamaları dikkate alarak ilk olarak gerçekleştirilen görüşmelerin deşifresi, daha sonrasında bu deşifreyi tekrar okuyarak satır satır kodlanması, bu kodlamanın sonunda aday temaların belirlenmesi, son aşamada ise araştırmanın kuramını da göz önünde bulundurarak nihai temaları belirlenmesi adımlarını takip ettik (Analiz sırasında kullanılan kodlamaların ve temaların örnekleri Tablo 1'de verilmiştir). Aday temalar *Erkeğin Hakkı Olarak Tribün, Teste Tabi Tutulan Kadınlar, Erkeklerin Korumasındaki Kadınlar, Cinsiyetçiliğin Kabullenışı, Kabul Görmek İçin Erkekleşme ve Otokontrol Geliştirme*'ydi. Daha sonrasında bu aday temaları içerisine alan ve kuramı da kapsayan *Eril Bir Alan Olarak Taraftarlık ve Alanın Doxası: Kabul Görmek için 'Erkek' Gibi Olma* nihai temalarını belirledik.

Tablo 1. Tematik analiz sırasında kullanılan kodların ve temaların örnekleri

| Örnek | Kod | Tema |
|--|---|--|
| Derya: ...dedim herhalde böyle ortamlarda erkekler biraz daha şey olduğu için ne dediğini bilmiyorlar. Ben de onları (küfürleri) duyma pahasına gidiyorum. Duyuyorum duyacağımı ama gidiyorum. | Küfrün kabullenışı | Alanın doxası: kabul görmek için 'erkek' gibi olma |
| Defne: Yani normal yolda aynı kaldırımda yürümeyeceğim, karşıdan geldiğinde yolumu değiştireceğim adamlar tribünlerde seni böyle koruma havasına giriyorlar. | Kadınların korunması gerektiği algısı | Eril bir alan olarak taraftarlık |
| Aslı: Yani kendini kabul ettirmek için biraz abilere ayak uydurmak lazım. | Tribün abilerine uyma zorunluluğu | Eril bir alan olarak taraftarlık |
| Deniz: Hani kadın üzerinden yapılan futboldan anlamayacağı varsayımı var. Hatırlıyorum Fenerbahçe maç cezası aldığı anda sadece kadın taraftarlar gitti. Kadın taraftarlar gittikten sonra bütün dönem muhabbetler 'aman siz (kadınlar) zaten gelmeyin, siz futboldan anlamazsınız' falan gibi bayağı böyle şey toplu olarak 20000 kişiye karşı o ayrımcılık yapıldığını çok net hatırlıyorum yani. | Kadınların futboldan anlamadığı önyargısı | Eril bir alan olarak taraftarlık |

İnandırıcılık

Merriam (2018:205) nitel araştırmacıların asla nesnel doğruyu ya da gerçeği yakalayamayacakları bilinen bir şey olmasına rağmen nitel araştırmacıların bulgularının inandırıcılığını arttırabilmek için kullanabileceği pek çok strateji olduğundan bahseder. Örneğin Patton (2002), araştırmada incelenen konuyla ilgili alternatif açıklamaları desteleyecek verilerin sunulmasının da inandırıcılığı arttıracağını belirtiyor (akt. Merriam, 2018). Bu doğrultuda biz de verilerin sunumunda genelin dışında kalan görüşleri ve karşı çıkışları da kullandık. Bunlara ek olarak Tracy'nin (2010) çeşitleme stratejisini verilerin analizinde ve yorumlanmasında analizci çeşitlemesi şeklinde kullandık. Verileri ilk olarak birinci yazar analiz etmiş ardından alanın uzmanı kontrol etmiş ve görüşlerini bildirmiştir. Ayrıca, aktarılabilirliğin sağlanabilmesi için detaylı betimlemeler kullanmanın yanı sıra görüşmecilerin ifadelerine sıklıkla yer verdik.

BULGULAR

Eril Bir Alan Olarak Taraftarlık

Bourdieu'nun sosyal alan kavramı ile taraftarlığın eril bir alan olduğu yönündeki bulgulara geçmeden önce taraftarlık sosyal alanını ve habitusunu daha iyi anlayabilmek için görüşmecilerin nasıl taraftar olduklarını aktarmak önemlidir. Bu doğrultuda bu temada ilk olarak araştırmaya dahil olan kadınların nasıl taraftar olduklarını aktardık.

Görüştüğümüz kadınların futbol taraftarı olmalarının farklı nedenleri bulunsa da bazı görüşmecilerin benzer şekillerde taraftar olmaya başladıkları da dikkat çekiyor. Pek çoğu ailelerinin etkisinden dolayı taraftar olmaya başladıklarını anlatıyor: 'Bizim aile genetik Galatasaraylı. O büyü hiçbir zaman bozulmadı, damatlar dışında ... Çocukluğumdan beri gelen bir Galatasaraylı şeyi oldu' (Seda). 'Zaten Fanatik bir aileden geliyorum. Abim ve babam zaten çok fanatik' (Derya). Bazı kadın taraftarlar hangi takımın taraftarı olacakları konusunda anne ya da babalarına karşı çıksalar dahi farklı bir aile üyesinin etkisinden söz ediyorlar: 'Benim babam mesela Trabzonsporlu annem Fenerbahçeli ve böyle ikisi de fanatikler. Bizim evde maçlar her zaman izlenirdi. Kuzenim de o zaman Galatasaraylıydı. O kuzenimi rol model aldım. Onunla böyle birlikte sevinmek falan hoşuma gidiyordu' (Selin). Babasının Ankaragücü taraftarı olduğunu söyleyen Aslı ise Beşiktaş taraftarı oluşunu şöyle anlatıyor: 'Aileden gelen bir durum bu. Annem, dayım Beşiktaşlı. Aynı zamanda Anadolu Beşiktaşlılar Derneği'nin kurucularından benim dayım. Onun vesilesiyle bütün kuzenler tabii 5-6 yaşımızdan beri Beşiktaş'ı tutuyoruz'. Bourdieu'nun temel kavramlarından birisi olan habitusu yetişme sürecinde öğrenilenler (Öztürk ve Koca, 2018) olarak değerlendirdiğimizde aileden gelen yatkınlığın taraftarların habitusları için önemli olduğunu görebiliyoruz.

Bazı katılımcılarda ise ailenin yanı sıra arkadaşların da taraftar olmada etkisi olduğu görülüyor: 'O zaman çalıştığım işyerindeki bir arkadaşım biz maçlara gidiyoruz çok güzel falan dedi. 19 Mayıs Stadyumunda oluyor dedi. Ben de, iyi bir arkadaşımı işte, onlar giderken bir kere yanlarında gittim. Sonra tribünü çok sevdim' (Melis). Nasıl taraftar olmaya başladığını tam olarak hatırlayamadığını söyleyen Deniz ise o dönemki erkek arkadaşının etkisinin olabileceğini şöyle açıklıyor: 'Hani erkek arkadaşımın etkisi olmuştur. Ona özenip izlemişimdir ama benim de hoşuma gitti izlemek.' Araştırmaya katılan kadınların taraftar

olma biçimleri Mewett ve Toffoletti (2011) araştırmasında kanında olanlar, öğrenenler, dönüsenler ve cinsel yolla bulaşanlar olarak tarif ettiği taraftar olma şekilleriyle benzerlik göstermesi dikkat çekici bir nokta. Ancak araştırmamızda Mewett ve Toffoletti'nin tanımladığı taraftar olma biçimlerinden farklı şekilde taraftar olan kadından da söz edebiliyoruz: 'Yani şeydi aslında esas hani futbolla ilgili olduğum için birçok maçı izliyordum fakat Fenerbahçe taraftarlığım İstanbul'da okumaya başladığımda başladı. O zaman stadyuma da giderek maç izlemeye başladım. Sonra Fenerbahçe taraftarı oldum' (Sinem). Taraftar olmadan önce de futbolu sevdiğini söyleyen Sinem'in, arkadaşlarının sevgilisinin ya da ailesinin etkisi olmadan, tribünde maç izleyerek, zaman içerisinde taraftar olması Mewett ve Toffoletti'nin (2011) tarif ettiği taraftar olma biçimlerinden farklı bir şekilde taraftar olduğunu gösteriyor.

Bourdieu'ya göre (2015c) hem yaşam tarzı hem de beğeni ve zevkler habitusu şekillendirir. Bu bakış açısıyla görüşmecilerin nasıl taraftar olduklarıyla birlikte taraftarlığın kendileri için ne ifade ettiğine baktığımızda taraftarlığın kimliklerinin bir parçası haline geldiğini görebiliyoruz: '(taraftarlık) Beni tanımlıyor. Birisi ile ilk tanıştığımızda muhabbet illaki konu ona geliyor bir şekilde. Hani bildiğim ve ilgilendiğim bir konu. Bir şekilde o konu açıldığı zaman da beni tanımlıyor' (Deniz). Aslı ise tribünde polislerden ya da çıkan kavgalardan kaynaklı yaşadığı zorluklar olsa dahi grupta kalmaya devam ettiğini ve tek sosyal aktivitesinin tribünde maç izlemek olduğunu şöyle anlatıyor: 'İyi bir aileden gelip de iyi bir çevreye sahip olduğum için insanlar tabii bu durumu yadırgıyor. Hani artık bırak bu çevreni, neden hala bu çevredesin diye. Ama dediğim gibi ben seviyorum, mutlu olduğum yerdeyim. Zaten mutlu olmasam gitmem ... Tribüncülüğü çok seviyorum (gülüyor). Tek sosyal aktivitem'.

Katılımcıların nasıl taraftar olduğu ve taraftarlığın kendileri için ne anlama geldiğini aktarmanın ardından Bourdieu'nun eylem kuramından yola çıkarak taraftarlığı sosyal bir alan olarak değerlendirdiğimizde alanın eyleyicileri olan taraftarlarla yaptığımız görüşmelerde en fazla vurgulanan konulardan birisinin grup aidiyetinin önemi olduğunu görüyoruz. Bourdieu'nun kavramlarından sosyal sermaye, alanda değerli olan bir sermaye türüdür ve bir gruba üyelikle ilgilidir (Bourdieu, 1986). Taraftarlık da bir gruba ait olma duygusunu ve davranışını yaratmasından dolayı eyleyicilerin sosyal sermaye biriktirmesini sağlar. Defne taraftarlığı tanımlarken şu ifadeleri kullanıyor: '(Taraftarlık) Aidiyet demek. Hakikaten böyle bir gruba aitsin. Herkesle aynı düşüncesin'. Ayrıca taraftarlık normal şartlarda bir araya dahi gelemeyecek insanları buluşturuyor. Selin ve Defne belki de hiç hoşlanmayacakları normalde aynı yolda yürümeyecekleri bir insanla bile aynı takım tutmasından dolayı yakınlık kurmalarını anlatıyorlar:

Galatasaraylı arkadaşlarla aramda sanki başka bir bağ varmış gibi hissediyordum. Ama mesela şey de saçma yani normalde hoşlanmadığım bir adam ya da bir çocuk Galatasaraylı olduğu için bir anda böyle saçma bir yakınlık kurup oradan böyle başka bir ilişkiye de girebiliyordum (Selin).

Yani normal yolda aynı kaldırımda yürümeyeceğim, karşıdan geldiğinde yolumu değiştireceğim adamlar tribünlerde seni böyle koruma havasına giriyorlar (Defne).

Bourdieu sosyal sermayeyi aynı zamanda karşılıklı tanışıklık ilişkilerinden kurulan uzun ömürlü bir networke sahip olma şeklinde tanımlıyor (Bourdieu, 2010). Taraftar olmak da taraftarlar için uzun vadeli bir iletişim ağı sunmasından dolayı sosyal sermaye biriktirilmesini sağlıyor. Deniz için taraftarlık bir sosyalleşme aracı olup ona yeni bir ortam sağlarken, Aslı için de hala görüşebildiği insanları kazanmanın bir aracı olmuştur. ‘(Taraftarlık) Hani bir de bir sosyalleşme aracı oldu benim için oradan insanlarla tanıştım. Yeni bir ortama girdim’ (Deniz). ‘Hani ben orada abileri çok seviyorum. Hala da görüşüyorum bir fiil’ (Aslı).

Eyleyiciler sosyal alanda, yaşadıkları kültürler içerisinde edindikleri bilgiler ile var oluyorlar ve bu bilgiler onların alana aidiyetlerinin kurulmasının önemli bir rol oynuyor. Bu da Bourdieu’da habitus kavramına denk gelir. Her bir alan kendine özgü habituslardan oluşur. Habitus bir sınıf içerisinde bilinçsizce oluşan beğenilere ve nefret edilenlere, sevgi ve hoşnutsuzluklara, hayallere ve korkulara olan bağlılıktır (Bourdieu, 1984:77). Habitus sürekli olarak gelişen ve değişen yatkınlıklar bütünüdür (Bourdieu ve Wacquant, 2014). Bu yatkınlıklar alanın içerisindeki eylemleri de belirler. Derya abisinin normalde kendisinin yanında hiç küfür etmediğini ancak maç izlerken işlerin değiştiğini şöyle anlatıyor: ‘Bir gün maç izliyoruz ... abim böyle bir küfür etti falan böyle abi dedim ne yapıyorsun yanında ben varım, kız kardeşin var, annem burada falan. Yani ne bileyim maç izliyoruz işte falan demişti. Hani yani oradan bu sonucu çıkarabiliriz; evet hani maç izlerken bu sadece futbol için değil biz futbol üzerine konuşuyoruz ama diğer sporlarda da böyle bence o küfür edilmeli yani çok basit bir şey de olsa karşılığında tepki küfür olmalı gibi bir algı var’. Önceki paragraflarda tartışıldığı gibi kadın taraftarlar normalde kabul etmeyecekleri davranışları alanın bir parçası oldukça normal olarak kabul edebiliyorlar.

Eyleyicilerin habituslarında da cinsler arası bölünmeler mevcuttur ve bu bölünmeler de toplumsal olarak doğalmış, aşıkârmışçasına inşa edilmektedir (Bourdieu, 2015b: 21). Seda’nın deneyimlediği gibi futbol oynamak bir erkek yatkınlığı olarak görülüyor. Uzun süreler futbol oynadığını söyleyen Seda, ilk zamanlar futbol oynamasına ailesinin çok karşı çıktığını futbol oynamaması için kapıyı üzerine dahi kilitlediklerini ancak gizli saklı oynamaya devam ettiğini bunun da nedeninin kız olması olduğunu şu şekilde ifade ediyor: ‘Erkek gibi yapım olduğu için daha çok erkekleşeceğimi düşünüyorlardı büyük bir ihtimal yani bana öyle geliyor ama daha sonrasında baktılar baş edemediler.’ Futbol taraftarlığı alanı da futboldan ayrı düşünülmemeyen bir alan zira genel olarak futbol alanının eyleyicileri arasında taraftarlar da yer alıyor. Dolayısıyla, toplumda futbol taraftarlığı da bir erkek yatkınlığı olarak kabul ediliyor. Bunların yanı sıra görüşmecilerin söylediklerinden yola çıkınca gerçek birer taraftar olabilmek için korkmamanın, yeri geldiğinde kavga etmenin, küfür etmenin, bağırmanın beklendiği görülüyor. Bunlar da erkek özellikleri olarak kabul ediliyor. Lenneis ve Pfister (2015) da bağırma, küfür etme, bira içme gibi geleneksel erkeksi davranışların ideal taraftar davranışları olduğunu söylüyor. Bu araştırma sonucuna benzer şekilde yeri geldiğinde bir erkekten daha çok erkek gibi olduğunu söyleyen ve bu erkeksi davranışlarından dolayı taraftar grubu içerisinde kabul görmekte herhangi bir zorluk yaşamadığını belirten Aslı erkeksi özelliklerini anlatırken şunları söylüyor:

Ben erkek gibiyim zaten o yüzden hiçbir sıkıntı yaşamadım ... Hani diyorum ya beni hep erkek Ayşe görüyorlardı ... Yeri geliyor kavga ediyorsun. Yeri geliyor daha işte dediğim gibi cesursun... Korkmuyorsun. Korkusuzsun. O stada

girdiğinde sana polis mi müdahale etmiş biriyle kavga mı etmişsin umrunda olmuyor.

Erkek gibi olmanın kadınların taraftar olarak daha rahat bir şekilde kabul görmesini sağlaması da taraftarlığın eril bir alan olmasının önemli bir pratiğidir. Böylece tribünün hakkının erkeklere ait olduğu hem kadın hem de erkek taraftarlar tarafından kabul edilebiliyor. Aslı bu durumu neden deplasmana gitmediğini anlatırken şu şekilde açıklıyor: ‘Az bilet verildiği için hani kimin hakkıysa o tribün o hakkını versin diye erkeklerin gitmesini tercih ederim...’

Cinsiyetler arası aşıkarmış gibi inşa edilen bu bölünmeler tribün liderlerinin de sadece erkek olabileceği fikrini doğurabiliyor. Defne’nin de dediği gibi kadın liderler imkânsız görülüyor: ‘Ben hiç böyle talepte (lider olma talebinde) bulunan bir kadını duymadım. Duysam desteklerdim ama duymadım. Ama yani sanki bu durumda bir tribün lideri mümkünatı yok (gülüyor). İmkansız ötesi bir şey bu.’ Derya ise tribünde kadın liderlerin olmamasının altında yatan nedeni şöyle anlatıyor: ‘Bence temelinde kadın bir lider olamaz, işte kadın bir erkek topluluğu yönetemez mantığı, işte bağirtamaz, işte uygun komutu veremez gibi bir düşünce var.’ Bir Gençlerbirliği taraftarı olan Melis ise tribün liderliğini babadan oğula geçen doğal bir süreç olarak tanımlıyor. Aslı ise tam tersi kadın liderlerden bahsediyor. Bu kadınlardan ‘abla’ olarak söz eden Aslı, kadınların grubun lideri olma çabalarını koltuk savaşı olarak nitelendiriyor: ‘...Ankara’da liderliği sevmiyoruz biz kadınlar. Ama İstanbul çok sever. İstanbul’da rant savaşları, koltuk sevdalısı ablalarımız çok. Ama biz onu sevmeyiz. Bizim tek amacımız zaten Beşiktaş, koltuk değil.’ Aslı’nın grubun erkek liderleri olan ‘abileri’ için “koltuk sevdalısı” nitelemesinde bulunmaması da eril liderliği benimsediğini gösteriyor olabilir.

Araştırmaya katılan kadın taraftarların pek çoğu bu alanın bu derece eril olmasına kafa yoruyor ve bundan rahatsızlık duyuyor. Çevresinde çok fazla kadın taraftar olmasından kaynaklı algısı değiştiğini söyleyen Defne şöyle anlatıyor: ‘Benim en yakın arkadaşım aşırı fanatik Fenerbahçeli. Etrafımda çok fazla kadın taraftar var. O yüzden benim algım biraz değişti. Ama tabii ki Türkiye’deki genel tanımı (taraftarlığın) eril yani. Taraftar deyince akla gelen erkek maalesef’. Taraftarlığın erilliğinden rahatsız olan bu kadınlar dahi taraftar denilince akıllarına ilk olarak erkeklerin geldiğini itiraf ediyor: ‘...futbol taraftarı dediğimiz zaman benim de hayalimde canlanan böyle kaba saba, bir sürü bağırıp çağıran küfür eden erkek grubu geliyor aklıma. Yani hiç kadın grubu gelmiyor açıkçası. Yani kadın taraftarlar biraz daha erkek taraftarların içinde var olmaya çalışıyorlar’ (Selin). Taraftarlığın erkeğe ait bir alan olarak kabul edilmesi kadınların da bu alanda ikincil konumda yer almalarına ve marjinalleştirilmelerine neden olabiliyor.

Marjinal insan kavramı ilk olarak Park ile literatüre giriyor ve Park (2016), marjinal insan tipini birbirleri ile kaynaşmamış iki toplum sınırlarında duran insan olarak tanımlıyor. Ancak Park’ın yanı sıra farklı marjinallik tanımını kullanan araştırmacılar da bulunuyor. Örneğin Billson (1988) marjinalliği kültürel, sosyal ve yapısal olarak üç farklı kategoride ele alıyor ve sosyal marjinalliği bir gruba dahil olamamak ve ana akım sosyalliğin dışına düşmek şeklinde açıklıyor (s.184). Selin’in ifadesi kadın futbol taraftarlarının sosyal marjinalliğine işaret ediyor: ‘Çok erkek egemen orası yani istesen de var olamıyorsun. Seni kimse çünkü ciddiye almıyor kadın taraftarsan. Bana öyle geliyor yani.’ Gudykunst (1983) ise yabancı ev sahipliği ilişkisine dair 9 tipoloji sunmuş ve bunlardan bir tanesi olan marjinal insan ise davetsiz

misafir, aradaki azınlık gibi ev sahibi gruba üye olmaya çabalayan ancak düşmanca karşılanan kişiler olarak tanımlamıştır (Hülür, Ekinci ve Deniz, 2017). Defne'nin aşağıdaki alıntısından anlaşılıyor ki taraftar grubunda da ev sahibi konumunda erkekler kabul edilebiliyor ve kadınlar da bu alanın misafirleri görülebiliyor:

Orası (futbol taraftarlığı) onların (erkeklerin) alanı zaten öyle hissediyorlar. Yani böyle hissetmeyen biziz. Orası erkek alanı, sahibi olarak gidiyorlar. Biz misafir olarak gidiyoruz. Ev sahibi kurallarına uymak zorundayız gibi bir durum var (gülüyor) (Defne).

Taraftarlıkta erkeklerin egemen olması kadınları erkeklerin koruması altında olması durumunu doğurabiliyor. Taraftar gruplarının 'abileri' kadınları kendi korumaları altında görebiliyor; '(Maçlara giderken yolculuklar sırasında) Çarşı Ankara olarak hiçbir sıkıntı yaşamıyorduk yani abiler de koruyorlardı daha doğrusu kızları.' (Aslı) Görüştüğümüz kadın taraftarlara göre bu korumayı bir adım ileri taşıyıp tribündeki kadınları namusu olarak gören erkekler de olabiliyor. Erkek taraftarlar kendilerini aynı takımı tuttıkları fakat hiç tanımadıkları kadın taraftarların koruyucuları konumuna yerleştirebiliyor. Defne bir kafede maç izlediği sırada küfür eden rakip takım taraftarına tepki göstermesinin ardından kendisi ile aynı takımı tutan diğer erkeklerin kendisini korumaya çalıştıklarını şöyle anlatıyor: 'Normalde ben Fenerbahçeli olsam Galatasaraylılar bana küfrederdi. Fenerbahçeliler bana küfrettiği için ve ben Galatasaraylı olduğum için o diğer Galatasaraylı erkekler de direkt namus koruma moduna giriyorlar yani bizim bacımıza ne diyon falan moduna giriyorlar. Tanımam etmem hâlbuki (gülüyor).' Benzer bir durum yaşayan Sinem de yine erkek taraftarların kendisini korumaya çalıştığını ancak bu duruma karşı çıktığını söylüyor:

Benim kombinem vardı İstanbul'dayken. Normalde iki üç kişi işte ablam eniştem falan birlikte gidiyorduk. Sonra tek gittiğim bir maçta bir grup erkek holigan, taraftarlardan benim olduğum koltuğu da kapatarak ayakta maç izliyorlar, maçı destekliyorlar. Sonra işte burası benim koltuğum dedim. Abla işte bir şey olursa biz sana yardımcı oluruz filan böyle hani orası erkek alanı ve bir kadının gelmesi sanki çok anormal bir durummuş gibi benim güvenliğim onlardan sorumluymuş gibi böyle benim bir koruma kollama şeyine girdiler. Ben de yani benim burada sizin korumanıza ihtiyacım yok dedim. Benim koltuğum burası, buradan uzaklaşırsanız en iyisini yaparsınız dedim.

Futbol taraftarlığı alanının futbol yatkınlığı ve futbol bilgisi içeren habitusu, tarihsel ve kültürel olarak futbol ve erkeklik ilişkisi bağlamında inşa ediliyor. Bu habitus alandaki pratikler aracılığıyla alanın eyleyicileri tarafından inşa ediliyor. Görüştüğümüz kadın taraftarlar, erkekler tarafından futbol bilgilerinin ve ilgilerinin sürekli sorgulandığını, yani erkekler tarafından teste tabii tutulduklarını belirtiyorlar. Selin, erkeklere kendisini kanıtlamak ve erkeklerden onay almak durumunda kalmasını anlatıyor:

Yani bir taraftarsan da kanıtlamaya çalışıyorsun ya ben de sizin kadar anlıyorum. Yani ben de futboldan anlıyorum, ben de işte pozisyonları biliyorum. Ofsayt nedir biliyorum, out taç nedir biliyorum. İşte hakemin şu kartı bu bayrağı söyle kaldırması ne demek biliyorum. Yani benim de futbol bilgim var, hani ben de takip ediyorum, ben de futboldan anlıyorum ve benim

de maça gitmek hoşuma gidiyor. Ne bileyim bağırarak hoşuma gidiyor ya da hani canlı canlı gol olduğunu görmek vesaire hoşuma gidiyor. Ama böyle bir kadınların kendini kanıtlama durumu oluyor erkek taraftarlara karşı yani benim öyleydi. Böyle hep şeydi ve kanıtlamaktan ziyade bir de onların onayını almaya çalışıyorsun. Hani öyle hissediyordum. Hani nasıl desem böyle maç izliyordum ve gerçekten izlediğimi ve anladığımı göstermek istiyordum.

Deniz'e göre futboldan anlayan kadın ise erkekler tarafından şaşılacak bir şey olarak kabul ediliyor, kadın ile taraftarlık birbirleri ile örtüşmeyen şeyler olarak düşünülüyor: 'Futbolla ilgilenen kızın hemen anında 'aa biliyor musun? Hakikaten mi?' Kız ve futbolla ilgilenen taraftar olmak bağdaştırılmıyor. Hatta 'oha maça mı gidiyorsun?' falan tepkilerini alıyorum'. Ayrıca, görüştüğümüz kadınlara göre kadınların tek başlarına taraftar olabileceklerine çoğu erkek taraftar inanmıyor. Kadının taraftar olması için bir erkeğin etkisi olması gerektiği düşünülüyor. Bundan dolayı kadın taraftarlar teste tabi kılınmalarının yanı sıra taraftar olmasında etkili olan bir baba, erkek kardeş ya da erkek arkadaş sorgusuna da maruz kalıyor: 'Baban Galatasaraylıydı ondan mı Galatasaraylısın... Yani nasıl diyim annem Galatasaraylıydı ondan Galatasaraylı oldum desem kabul edilmez. Peki baban hangi takımlıydı? Yani bu sorulacak.' (Defne). Tek başına deplasman maçına giden Melis ise maçlara gecekondü bölgesinden gelen oğlan çocuklarının bu duruma şaşırdıklarını şu şekilde anlatıyor: 'Aa abla sen sevgilisi olmadan gelen tek insansın. Hani senin sevgilin olmadığı halde kalkıp geliyorsun deplasmana.'

Akbaş (2012), sosyal medyada futbol taraftarlarının erkeklik söylemi üzerine yaptığı çalışmada futbolun, taraftarların da katkısıyla basit bir spor aktivitesi olmaktan öteye geçip kadınları ve kadınsılığı dışlayan, öteki erkekliklere kapalı olan eril bir eğlence kültürüne dönüştüğünün gözden kaçırılmaması gerektiğini vurguluyor. Talimciler'de (2017) yine benzer şekilde taraftarlıkta erkeklikle ilintilendirilen şiddet, homofobi, küfür/argo kullanımı gibi davranışların fazlasıyla görüldüğünü söylüyor. Zimbabwe taraftarları ile araştırma yapan ve özellikle marşlara odaklanan Ncube ve Chawana'da (2018) Çin'deki Arsenal taraftarları ile araştırma yapan Gong' da (2016) taraftarlık ile erillik arasında bağ olduğunu ortaya koyuyor. Türkiye'de ve dünyada taraftarlık konulu yapılan araştırmaların pek çoğunda olduğu gibi bizim araştırmamız da taraftarlığın eril bir alan olarak kabul edildiğini ortaya koyuyor. Bu araştırmalardan farklı olarak biz, taraftarlığın eril bir alan olmasını sağlayan faktörleri ve bu etmenlerin kadınları nasıl marjinal bir konuma koyduğunu da inceledik. Bourdieu'nun eylem kuramından yola çıkarak taraftarlık sosyal alanındaki habitusun, eyleyicilerin pratikleri ile hem tarihsel hem de kültürel olarak inşa edildiği sonucuna vardık. Bu inşa sonucu futbolun erkek yatkınlığı kabul edilmesi kadınların da bu alanın ötekileri olmalarına sebebiyet veriyor. Bir sonraki temada ise taraftarlık alanında kadınların ötekileştirilmesine yol açan doxaların neler olduğunu tartıştık.

Alanın Doxası: Kabul Görmek için 'Erkek' Gibi Olma

Bourdieu sorgulanmadan kabul edilen kurallar olarak doxayı tanımlar. Eyleyiciler açıkça ifade etmeseler bile alanın kuralları olduğunu kabul ederler ve bu kurallara da uyarak doxaları yeniden üretirler. Doxa, özel bir görüş açısidir, kendini evrensel olarak dayatan bir görüş açısı, egemen olanların görüş açısidir (Bourdieu, 2015a:124). Görüştüğümüz kadınlara göre, futbol taraftarlığının erkek alanı olarak görülmesinden dolayı bu alanda var olabilmek

ve kabul görebilmek için erkeklerin kurallarının benimsenmesi, başka bir ifadeyle 'erkekleşme' zorunluluğu gerekiyor: 'Ya zaten stada girdiğinde yani erkekleşmek zorundasın.' (Defne), 'Bazı kadınlarda bir erkekleşme şeyi, bir erkek gibi tepki verme, küfür etme şeyleri de görüyordum.' (Melis). 'Erkek gibi' kadın taraftarlar gerçek taraftar olarak kabul edilirken 'kadınsılığı'nı bırakmayan kişiler ise 'gerçek' taraftar olarak değerlendirilmiyor: 'Yani erkek gibi olması tabii ki gerekmiyor. Bir sürü kız var böyle hani benim gibi olmayıp da gayet cicili bicili gidip de maç izleyen. Ama çok kâle almıyor erkekler öyle kızların tribüncülük anlayışlarını.' (Aslı). Sveinson ve Hoeber'in (2016), Basketbol, Hokey, Amerikan Futbolu ve Beyzbol taraftarı kadınlar ile yürüttüğü araştırmada da benzer olarak kadın taraftarların aşırı kadınsı olsalar erkek taraftarlar tarafından ciddiye alınmayacaklarını vurgulamaktadır. Özellikle tribünün içerisinde kabul görmek için bu erkekleşme gerekliliği oldukça ağır basıyor. Tribün erkeklerin alanı olarak görülmesinden dolayı bu alanda maç seyretmek için 'erkek gibi' maç izlenmesi bekleniyor: 'Hani böyle süslenip püslenip giden kadınlardan pek haz etmiyorum ... Ben çok tasvip etmiyorum bunu. Süslenip püslenip gideyim maça o şekilde destekleyim. Benim giydiğim kıyafetler bile aynıdır. Yani maça giderken hiç değişmez, hiç şey yapmam. Benim zihniyetim bu yani erkek gibi gideceğim geri de döneceğim yani.' (Aslı). Yine aynı şekilde Sveinson ve Hoeber'in (2016), kadınların spor izlerken ya da tartışırken daha erkeksi oldukları bulgusu bizim araştırmamızda futbol taraftarları için de geçerli olduğunu görüyoruz. Defne ise tribünde maç izleyen kadından beklenenlerin şunlar olduğunu söylüyor: 'Küfürden rahatsız olamamak gerek. Ondan sonra orda kalabalığa girmekten çekinmemek gerek. Korkmamak gerek.' Nelerden korkmamak sorusunu Defne şöyle yanıtlıyor: 'taciz korkusu, yani sürekli yaşadığımız 7/24 dolmuşa binerken, taksiye binerken yaşadığımız korku. Onu yaşamamanı beklerler (erkekler). Rahatsız oluyorsan gelme derler (erkekler).'

Geçmiş yıllarda yapılan araştırmalar da 'erkek gibi' olan kadın taraftarların taraftarlık içerisinde daha ciddiye alındığını ortaya koymuştur. Örneğin Giulianotti'nin (2002) taraftar tanımları ile Ussher'in (1997) tarif ettiği kadınlık performanslarını birleştiren Pope (2012), kadın taraftarlar için erkeksi kadınlık ve kadınsı kadınlık olmak üzere iki tür performans olduğunu belirtmiştir. Pope, erkeksi kadınlık olarak tanımladığı performansı gençken 'erkek Fatma' olarak kabul edilen, daha önceden takım sporlarına dahil olmuş, güçlü bir şekilde kendisini erkek taraftarlar ile özdeşleştiren kadın taraftar olarak tarif ediyor. Bunun tam tersi olan kadınsı kadınlık performansı ise sporu aileleri ile vakit geçirmek için bir fırsat olarak gören kadınlar için Pope tarafından tanımlanmıştır. Bizim araştırmamızdaki görüşmecilerin bahsettiği erkek gibi kadın taraftarlar Pope'un erkeksi kadınlık performansına denk gösterilebilir. Pope araştırmasına ek olarak kadınların bu performansı sergilemelerinin nedeni olarak bu şekilde kabul göreceklere inanmaları olduğunu söyleyebiliriz. Görüştüğümüz Selin de ortaokul yıllarında yaşlıları erkek taraftarların kendisini gerçek bir taraftar olarak kabul ettiğini şöyle anlatıyor: 'Hani böyle onların (erkek) erkek muhabbetine girebiliyordum ve hani bana böyle şey diyorlardı 'ya Selin zaten hani bizden biri, ya bizden sayılır sorun olmaz' falan diyorlardı. Yani çünkü bir şekilde sanki onların dilini ayak uyduruyor gibiydim.' Aslı ise taraftar grubunda kabul görmesini erkek gibi olmasına bağlarken şunları söylüyor: 'Hani bazı erkekler de var tribün erkek işidir. Bırakın onlar yapsın diye ama ben yeri geliyor bazı erkekten de erkek olabiliyorum.'

Erkekleşerek taraftar olma durumundan rahatsız olan ve karşı çıkan kadın taraftarlar da mevcuttur: 'Onların (erkeklerin) tepkilerinin aynısını yapmaya çalışıyoruz. Yani ben aslında

buna gerçekten heyecanlanmışım. O farklılıkla anıldığımı düşündüğüm kendimce şey de ben sizin gibi böğürerek sevinmek istemiyorum. Melis nasıl sevinirse öyle sevinmek istiyorum. Bunun mesela şey yapmak isterdim yaymak ya da duyurmak ama hiç öyle bir imkânım olmadı.’ (Melis). Erkeklerle ayak uydurma kadın taraftarların cinsiyetçi olmalarına yol açabiliyor. Deniz tribünde küfür eden kadınlardan bahsederken şu ifadeleri kullanıyor:

...onlar (kadınlar) birazcık böyle nasıl diyeyim seksist olmadan nasıl söyleyebileceğimi bilmiyorum ama böyle oraya ayak uydurmaya çalışıyorlar ama olmuyor pek. Çünkü dediğim gibi çok fazla erkek hegemonyası var ve hani bunları kırmaya çalışmıyorlar onlardan biri oluyorlar. Onlar (kadınlar) onlardan (erkeklerden) daha çok sexist olmaya başlıyorlar, onlar onlardan daha çok erkek dili konuşmaya başlıyorlar ve bir anda onların içinde kendilerini eritiyorlar.

Görüştiğimiz bazı kadın taraftarlar cinsiyetçi söylemlerden ve küfürlerden rahatsız olduklarını ve buna tepki gösterdiklerini de belirtiyor. Derya küfür eden bir erkeğe taraftara verdiği tepkiyi ve karşılığında aldığı cevabı şöyle anlatıyor: ‘Hani beyefendi dedim. Biz burada maç izlemeye çalışıyoruz ama siz çok yüksek sesle ve ağza alınmayacak şeyler söylüyorsunuz. ‘İstemiyorsan, duymak istemiyorsan bunları gelme’ diye bir tepki aldık. Birazcık üzdü yani, hani böyle bir tepki beklemiyordum. Böyle bir tepki alınca dedim herhalde böyle ortamlarda erkekler biraz daha şey olduğu için ne dediğini bilmiyorlar.’ Son dönemde küfürden rahatsız olan ancak geçmişte bundan bir rahatsızlık duymadığını belirten Defne bunun nedenini rahatsız edilmeden maç izleyebilmek ve kabul görmek olarak açıklıyor:

Ben de öyleydim yani hani küfür edilince, statta küfredildiğinde rahatsız olmazdım. Daha doğrusu şöyle bir şey olurdu, rahatsız olurdu ama rahatsız değilmişim gibi davranırdım. Ve öyle davranmak beni rahatsız etmiyordu. Ya ben niye böyle davranıyordum diye sorgulamıyordum. Hani onlar da (diğer kadın taraftarlarda) da öyle olabilir. Kabul görmek istiyorsun yani hani sevdiğin bir şeyi yapıyorsun. Taraftarsın. Maç izliyorsun zevk alıyorsun. Orda bulunmaktan çok hoşlanıyorsun. Ne bileyim bir dünya yol gitmişsin falan yani çile çekmişsin o stada girene kadar ve haliyle orda olmaktan mutlu olmak istiyorsun. Ve rahatsız değilmiş gibi davranıyorsun. Ya o aidiyet büyük bir motivasyon bence. Kadınlarda da bu olabilir. Kesin bir şey söylemiyorum ama bendeki bence buydu yani orda rahatsız olmak istemiyordum. Hiç istemedim orda rahatsız hissetmek.

Böyle bir duruma tepkisizleşmeyen ve rahatsızlık duymaya devam eden kişiler ise taraftarlıktan yavaş yavaş uzaklaşıyor. Selin taraftarlıktan uzaklaşmasını ‘...Ne bileyim sinirlenmelere, küfür etmelere filan böyle bir normalleştirilmişim. Anladığım kadarıyla rahatsız etmiyordu sanırım. Yani ne zaman ki beni rahatsız etmeye başladı taraftarlıktan çıkıp onun böyle saçma sapan bir şey olduğunu o zaman farkına vardım.’ şeklinde anlatıyor. Ancak taraftar olmaktan uzaklaşmak istemeyen kadınlar da bulunuyor. Taraftar olmaktan vazgeçmeyen ve taraftarlıktan uzaklaşmak istemeyen kadınlar ise bazı otokontrol mekanizmaları geliştiriyor. Kadın taraftarlar özellikle derbi maçlarında kavga çıkma ihtimalinin yüksek olmasından dolayı maçları evlerinde izlemeyi tercih ediyor. Bunun yanı sıra deplasman maçlarına gidiş sırasında yaşanabilecek sorunlar nedeniyle kendisini fanatik

bir taraftar olarak adlandırılan kadınlar dahi deplasman maçlarına gitmiyor. Aslı deplasmana gitmediğini erkek olsa kesin gitmek istediğini şu sözleriyle dile getiriyor:

Erkek olsam kesin giderdim. Ama kız olduğum için çok göze alamadım. Göze alabileceğim bir şey değil. Yani tek kızsın, otobüste 50 tane erkek var ve dağın başında bir yere gidiyorsun. Yani göze alabileceğim bir şey değildi. O yüzden hani keşke erkek olup da deplasmana gidebilseydim. Hayattaki tek keşkem tribüncülükte bu.

Bourdieu'ya (1997) göre doxa, eyleyiciye alana ait olma duygusu veren ve alanın işleyiş tarzını doğal gösteren ön kabullerdir (akt. Koytak, 2012). Araştırmamızın bulguları geleneksel olarak 'erkeksi' olarak kabul edilen küfür etme, kavga etme, korkusuz olma gibi davranışların taraftarlık içerisinde kabul gördüğünü ve bu davranışların kadınlar tarafından da taraftarlığın doğası olarak sorgulanmadan kabul edilmesinden dolayı doxa olarak gösterilebileceğini ortaya koymuştur. Erhart (2016), maçlara makyajsız giden, küfreden, meşale yakan, sahaya inmeye çalışan bu kadın taraftarları delikanlı kadın taraftar olarak tanımlıyor. Biz ise araştırmamızda bu davranışların birer doxa olduğunu savunuyoruz. Kadın taraftarların bu ön kabullere uyararak doxaları yeniden ürettiğini de söyleyebiliriz. Ancak bu durum her kadın taraftar için geçerli değildir. Bu doxalardan rahatsız olan Selin gibi kadın taraftarların da taraftar gruplarından kopabildiğini görebiliyoruz.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Kadınların futbol taraftarlığı alanında nasıl marjinalleştirildiğini anlamak amacıyla yaptığımız bu araştırmada, Bourdieu'nun eylem kuramından yola çıkarak futbol taraftarlığını bir sosyal alan, taraftarları da eyleyiciler olarak değerlendirdik. Kadın taraftarlarla yapılan geçmiş araştırmalara benzer olarak bu çalışmada da taraftarlığın hala erkeklerin hakimiyetinde olan bir alan olduğu sonucuna vardık. Bu çalışmanın ortaya koyduğu bir diğer nokta ise taraftarlık içerisinde kadınların erkekler ile eşit konumda yer alamadığı ve erkekler kadar gerçek birer taraftar olarak kabul görmekte zorluk çektikleridir. Lenneis ve Pfister'in da (2015) çalışmalarında belirttiği gibi bağırarak, küfür etmek gibi geleneksel erkeksi davranışlar olarak görülen tutumlar ideal taraftar davranışları olarak kabul ediliyor. Kadınlar ise bu alanda gerçek taraftar olarak kabul görebilmek için bu 'erkeksi' davranışlar göstermeleri gerektiğini düşünüyorlar. Bourdieu, eril hakimiyetin bireylerin alışkanlıklarına yerleşen ve yeniden üreten sosyal dünyanın nesnel yapılarında nasıl doğal bir hal kazandığını göstermektedir (McNay, 2000). Cinsiyetçilik de taraftarlığın özünde olan doğal bir durum olarak kabul edilmektedir. 'Erkek gibi' davranan ve cinsiyetçi söylem ya da küfürleri sarf eden kadın taraftarlar daha iyi taraftar olarak değerlendiriliyor. Bunu kabul etmeyen kadınlar ise taraftarlıktan yavaş yavaş uzaklaşıyor ya da bu tür davranışlara maruz kalmamak için kendilerini korumak adına bazı otokontrol yöntemleri geliştiriyor. Bu otokontrol yöntemlerinden de en önemlisi olarak deplasmana gitmemek ve derbi maçlarını topluluktan uzak bir şekilde evlerinde seyretmek gösterilebilir. Gerçek taraftar olabilmek için korkusuz olmak, küfür etmek, kavga edebilmek gibi özellikler bekleniyor. Bu özelliklerin de erkeklerle atfedilmesi ve kadınların doğal olarak kırılğan, narin olduğu ve bundan dolayı kadınların taraftarlığa uygun olmadığını sorgulanmadan kabul edilmesi Bourdieu'nun doxa kavramına

denk geliyor. Bu doxalar da kadınların futbol taraftarlığı alanında marjinalleşmesini sağlıyor. Taraftarlığa atfedilen bu özellikleri benimseyerek de pek çok taraftar bu doxaları yeniden üretiyor.

Daha önceki taraftar konulu araştırmaların pek çoğunda olduğu gibi bizim çalışmamızın verileri de taraftarlığın eril bir alan olduğunu ortaya koymuştur (Lenneis ve Pfister, 2015; Pitti, 2018; Toffoletti, 2012). Ancak daha önceden futbol taraftarları konulu araştırmalardan farklı olarak biz bu araştırmamızda taraftarlık alanını eril yapan faktörlerin neler olduğunu ve kadınları bu alanın ikincil konumuna iten doxaların neler olduğunu irdeledik. Ayrıca taraftarlık için atfedilen davranışları ve düşünce pratiklerini benimseyen kadın taraftar olduğu gibi bunlara karşı çıkan kadınlar olduğunu da gördük. Buna güzel bir örnek olarak kadınların taraftarlık içerisinde özellikle tribünde erkek taraftarlar tarafından korunması gerektiği fikrine karşı çıkan Sinem gösterilebilir.

Bu araştırma yalnızca Türkiye'nin büyük kulüplerinin kadın taraftarları ile gerçekleştirildi. Ayrıca araştırmaya dahil edilecek taraftar grupları belirlenirken İstanbul dışında yalnızca Ankara ve Trabzon takımlarını tercih ettik. Bunun da nedeni bu ekiplerin köklü kulüpler olmasının yanı sıra Türkiye futbolunun büyük kulüpleri olarak da kabul ediliyor olmasıydı. Ayrıca Süper Lig ekiplerinin dışında kalan alt liglerdeki takımların taraftar grupları bizim araştırmamızın dışında kaldı. Bu da yalnızca çok daha göz önünde olan futbol takımlarının taraftar gruplarına yoğunlaşmamıza neden oldu. Daha küçük takımların taraftar gruplarında kadınların ikincil konumda kalmasını sağlayan farklı doxalar varsa bu araştırmamıza dahil olamadı. Ayrıca bizim araştırmamızda kadın taraftar gruplarında yer alan kişiler de bulunmuyor. Takımların kadın taraftarlar grupları ile yapılacak olan farklı bir çalışma bizim araştırmamızdan farklı sonuçlar ortaya koyabilir. Özellikle böyle bir araştırma doxaların yeniden üretilmesinin dışında bu doxalara karşı çıkışları da bize sunabilir. Bu yüzden gelecek dönemde futbol takımlarının kadın taraftar grupları ile gerçekleştirilecek bir araştırma kadın futbol taraftarlığı alan yazını için büyük katkı sunacaktır.

KAYNAKLAR

- Akbaş, E. (2012). *Türkiye'de sosyal medyada futbol taraftarlarının erkeklik söylemleri*. Yayımlanmış Yüksek Lisans tezi, İstanbul Bilgi Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Medya ve İletişim Sistemleri Yüksek Lisans Programı, İstanbul.
- Allard, A. C. (2005). Capitalizing on Bourdieu: How useful are concepts of 'social capital' and 'social field' for researching 'marginalized' young women?. *Theory and Research in Education*, 3(1), 63-79. DOI: 10.1177/1477878505049835.
- Billson, J. M. (1988). No owner of soil: The concept of marginality revisited on its sixtieth birthday. *International Review Of Modern Sociology*, 18(2)183-204. [Erişim Adresi: <https://www.jstor.org/stable/41420931>].
- Bourdieu, P. (1997). *Méditations pascaliennes*. Paris: Seuil.
- Bourdieu, P. (2010). Sermaye biçimleri. (Der. M.M Şahin ve A.Z Ünal) *Sosyal Sermaye*. İstanbul: Değişim, 45-75.
- Bourdieu, P. (2015a). *Pratik nedenler*. Çev.: Hülya Uğur Tanrıöver. İstanbul: Hil Yayın.

- Bourdieu, P. (2015b). *Eril tahakküm*. Çev.: Bediz Yılmaz. İstanbul: Bağlam.
- Bourdieu, P. (2015c). *Ayrım: Beğeni yargısının toplumsal eleştirisi*. Çev.: Derya Fırat, Günce Berkkurt, Ankara: Heretik Basın Yayın.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research In Psychology*, 3(2), 77-101. DOI: 10.1191/1478088706qp063oa.
- Braun, V., Clarke, V., & Weate, P. (2016). Using thematic analysis in sport and exercise research. (Ed: B. Smith, A.C. Sparkers). *In Routledge handbook of qualitative research in sport and exercise*. 213-227. Routledge. DOI: 10.4324/9781315762012.ch15.
- Çakmak, M., ve Çelik, V. (2016). Futbolda şiddet ve erkeklik: Nefer taraftar grubu örneği. *Istanbul Journal of Sociological Studies*, 54 (2016-2), 299-331.
- Dixon, K. (2013). Learning the game: Football fandom culture and the origins of practice. *International Review for the Sociology of Sport*, 48(3), 334-348. DOI: 10.1177/1012690212441157.
- Ekinci, Y., Hülür, A. B., ve Deniz, A. Ç. (2017). Yabancı ve marjinal olarak öteki: yerleşik ve yabancı ilişkisi bağlamında suriyeli sığınmacılar. *Tarih Okulu Dergisi*, 10(XXX), 365-392. DOI: 10.14225/Joh1099.
- Erhart, I. (2013). Ladies of Besiktas: A dismantling of male hegemony at İnönü Stadium. *International Review for the Sociology of Sport*, 48(1), 83-98. DOI: 10.1177/1012690211427986.
- Erhart, I. (2016). Kadınlar ofsayttan anlar mı? Tarihi karar, kadın taraftarlar ve etiketler. C. Koca (Ed.) *Sporun Toplumsal Cinsiyet Halleri* içinde (184-200). Ankara: Spor Yayınevi.
- Giulianotti, R. (2002). Supporters, followers, fans, and flâneurs. *Journal of Sport and Social Issues*, 26(1), 25-46. DOI: 10.1177/0193723502261003.
- Gong, Y. (2016). Online discourse of masculinities in transnational football fandom: chinese arsenal fans' talk around 'gaofushuai' and 'diaosi'. *Discourse & Society*, 27(1), 20-37. DOI: 10.1177/0957926515605964.
- Gudykunst, W. B. (1983). Toward a typology of stranger-host relationship. *International Journal of Intercultural Relations*, 7(4), 401-413. DOI: 10.1016/0147-1767(83)90046-9.
- Hacısoftaoğlu, İ. (2018). Futbolda erkeklığın gür sesi: taraftarlığın cinsiyetle olan ilişkisi nedir?. *The Blizzard Dergisi*, 1, 111-122.
- Koca, C. (2006). Beden eğitimi ve spor alanında toplumsal cinsiyet ilişkileri (derleme). *Hacettepe Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 81-99.
- Koca, C. (2012). Sporda sosyokültürel boyutlar. H. Ertan (Ed.). *Spor Bilimlerine Giriş* içinde. Eskişehir: Açık Öğretim Fakültesi, Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Koçer, M. (2012). Futbol derneklerine üye olan taraftarların şiddet ve holiganizm eğilimlerinin belirlenmesi: Kayseri örneği. *Erciyes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(32), 111-135.
- Koytak, E. (2012). Tahakküme hükmetmek: Bourdieu sosyolojisinde toplum ve bilim ilişkisi. *Istanbul Üniversitesi Sosyoloji Dergisi*, 3(25), 85-101.
- Lenneis, V., & Pfister, G. (2015). Gender constructions and negotiations of female football fans. A case study in Denmark. *European Journal for Sport and Society*, 12(2), 157-185. DOI: 10.1080/16138171.2015.11687961.
- McNay, L. (2000). *Gender and agency: Reconfiguring the subject in feminist and social theory*. Cambridge: Polity Press.
- Meier, H. E., Strauss, B., & Riedl, D. (2017). Feminization of sport audiences and fans? Evidence from the German men's national soccer team. *International Review for the Sociology of Sport*, 52(6), 712-733. DOI: 10.1177/1012690215612457.

Sarıkulak, İ., Koca, C. (2019). Futbol taraftarlığı alanında kadınları marjinalleştiren doxalar. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 246-263.

Merriam, S.B. (2018). *Nitel araştırma: Desen ve uygulama için bir rehber*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.

Mewett, P., & Toffoletti, K. (2011). Finding footy: Female fan socialization and Australian rules football. *Sport In Society*, 14(5), 670-684. DOI: 10.1080/17430437.2011.575112.

Ncube, L., & Chawana, F. (2018). What is in a song? Constructions of hegemonic masculinity by Zimbabwean football fans. *Muziki*, 15(1), 68-88. DOI: 10.1080/18125980.2018.1503560.

Nuhrat, Y. (2017). "Fair to Swear?" Gendered formulations of fairness in football in Turkey." *Journal of Middle East Women's Studies*, 13(1), 25-46. DOI: 10.1215/15525864-3728624.

Öztürk, P., ve Koca, C. (2018). Futbolda kadınlar: Bir sosyal alan olarak kadın futbol takımının analizi. *Türkiye Klinikleri Spor Bilimleri*, 10(3),150-163. DOI: 10.5336/sportsci.2018-61162.

Park, R. E. (2016). İnsan göçü ve marjinal insan. L.Ünsaldı (Ed.), Çev.: Kübra Eren. *Yabancı: Bir İlişki Biçimi Olarak Ötekilik* içinde (69-82). Ankara: Heretik Yayınları.

Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.

Pitti, I. (2019). Being women in a male preserve: An ethnography of female football ultras. *Journal of Gender Studies*, 28(3), 318-329. DOI: 10.1080/09589236.2018.1443803.

Pope, S. (2012). "The Love of My Life": The meaning and importance of sport for female fans. *Journal of Sport and Social Issues*, 37(2), 176-195. DOI: 10.1177/0193723512455919.

Pope, S., & Kirk, D. (2014). The role of physical education and other formative experiences of three generations of female football fans. *Sport, Education and Society*, 19(2), 223-240. DOI: 10.1080/13573322.2011.646982.

Sveinson, K., & Hoerber, L. (2016). Female sport fans' experiences of marginalization and empowerment. *Journal of Sport Management*, 30(1), 8-21. DOI: 10.1123/jsm.2014-0221

Talimciler, A. (2017). Futbol taraftarlığındaki erkeklik imgesi. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Dergisi*, 1(1), 27-57.

Tracy, S. J. (2013). *Qualitative Research Methods*. UK: Wiley-Blackwell.

Toffoletti, K. (2014). Iranian women's sports fandom: gender, resistance, and identity in the football movie offside. *Journal of Sport and Social Issues*, 38(1), 75-92. DOI: 10.1177/0193723512468758.



Ussher, J. (1997). *Fantasies of femininity: Reframing the boundaries of sex*. London, UK: Penguin Books.

Wacquant, L., & Bourdieu, P. (2014). *Düşünsel bir antropoloji için cevaplar*. Çev.: Nazlı Ökten, İstanbul: İletişim Yayınları.



Bu eser **Creative Commons Atıf-Gayri Ticari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.

Beden, Kültür ve Erkeklik: Vücut Geliştirmenin Eril Bir Alan Olarak Savunulması Üzerine Sosyolojik Bir Çalışma*

Mehmet Can ÇARPAR[†] ¹, Temmuz GÖNÇ ŞAVRAN ¹

¹Anadolu Üniversitesi, Eskişehir.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 03.10.2019

Kabul Tarihi: 13.12.2019

DOI: 10.25307/jssr.629092

Online Yayın Tarihi: 31.12.2019

Öz

Vücut geliştirme, erkeklik kimliği, beden ve spor arasındaki ilişkinin somut olarak gözlenebileceği, toplumsal cinsiyet eşitsizliklerini pekiştiren bir spor dalı ve bir toplumsal alandır. Erkeklik kimliğinin inşası ve yeniden üretilmesi açısından vücut geliştirme önemli bir alandır, çünkü çoğu toplumda ideal kabul edilen ve hegemonik erkeklikle ilişkilendirilen kaslı bedene erişmeyi mümkün kılar. Bu çalışma, bir alan araştırmasının verileri üzerinden vücut geliştirmeci erkeklerin bu alanı eril bir alan olarak oluşturup korurken kullandıkları stratejileri ortaya koymayı ve bu olguyu toplumsal cinsiyet sosyolojisi perspektifiyle incelemeyi amaçlamaktadır. Araştırma 2019 yılında nitel yöntemle ve fenomenolojik desende yürütülmüş olan bir saha çalışmasıdır. Veriler 2018 Aralık ve 2019 Ocak ayları arasında Türkiye'nin beş farklı ilinde yaşayan, vücut geliştirme yarışmasına katılmış ya da katılma aşamasında olan 18 vücut geliştirmeci erkekten yarı yapılandırılmış görüşmelerle toplanmış, mülakat dökümleri betimsel ve sistematik olarak analiz edilerek yorumlanmıştır. Bulgular katılımcıların vücut geliştirmeyi erkeklikle ilişkilendirilen bir alan olarak savunurken biyolojik ve kültürel stratejiler kullandıklarını göstermektedir. Biyolojik koruma stratejileri çerçevesinde erkekler, sahip oldukları testosteron hormonu sayesinde kendilerini vücut geliştirme alanının doğal sahipleri olarak görmekte, kadın bedeninin östrojen hormonu ve menstruasyon döngüsü gibi biyolojik nedenlerle vücut geliştirmeye uygun olmadığını düşünmekte ve kadınları alandan dışlamaktadırlar. Kültürel koruma stratejileri ise toplumsal cinsiyet rolleri ve sembollerle ilişkilidir. Bu stratejilerden biri kadınların vücut geliştirme için gerekli olan ve hegemonik erkeklığe atfedilen disiplin, sıkı çalışma, azim, hırs ve irade gibi özelliklere sahip olmadığı iddiasına dayanmaktadır. İkincisi ise vücut geliştirme yapan kadınların kadınsılıklarını kaybedecekleri ve erkekler tarafından beğenilmeyen bir bedene sahip olacakları iddiasına dayanmaktadır. Bulgular, vücut geliştirme alanında başarılı olan kadınların erkeklerle ait bir amacı benimsedikleri için saygı görseller de erkek vücut geliştirmeciler tarafından genel olarak sapma olarak görüldüklerini göstermektedir. İster kadınlığın biyolojik nitelikleri üzerinden, ister bedenle ilgili toplumsal cinsiyet kalıp yargıları üzerinden olsun, kadınların bu alanın dışında bırakılmaya çalışılması vücut geliştirme sporunun hegemonik erkekliğin kültürel egemenliğinin korunması ve sürdürülmesini sağlayan bir alan olduğunu göstermektedir.

Anahtar kelimeler: Spor sosyolojisi, spor, vücut geliştirme, toplumsal cinsiyet, hegemonik erkeklik.

Body, Culture and Masculinity: A Sociological Study on the Preservation of Body Building as a Masculine Field

Abstract

Body building is both a branch of sports and a social field that reinforces gender inequalities. Muscled body is accepted as ideal body and related to hegemonic masculinity in most societies. Therefore body building is an important field in respect of the construction and reconstruction of masculine identity. Drawing upon the data of a field study, this paper aims to reveal the strategies that body building men use to constitute and preserve this field as a masculine one, and to examine this phenomenon with sociology of gender perspective. The field research, using qualitative method and phenomenological design, was conducted in five different cities in Turkey in 2019. The data was gathered by semi structured interviews from 18 male body builders, who either joined or about to join a body building competition. The interviews were transcribed, descriptively and systematically analyzed and interpreted. The findings show that body building men use biological and cultural strategies to preserve body

*Bu makale Mehmet Can Çarpar tarafından Doç. Dr. Temmuz Gönç Şavran danışmanlığında yazılan ve 2019 yılında Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'ne sunulan "Vücut Geliştirme ve Erkeklik Kimliği: Sosyolojik Bir Yaklaşım" başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir ve makalede sunulan verilerin bir kısmı IX. Ulusal Sosyoloji Kongresi'nde Mehmet Can Çarpar tarafından sunulan bir özet bildiride (Erkek Kimliğini İnşa Eden Bir Pratik: Vücut Geliştirmeci Erkeklerin Alanı Erilleştirme Stratejileri) yer almıştır.

[†] **Sorumlu Yazar:** Temmuz Gönç Şavran, Eposta: tgonc@anadolu.edu.tr

building as a masculine field. In the frame of the biological preservation strategies, men -due to their assumed testosterone hormone- regard themselves as the natural masters of body building and exclude women from the field. Cultural preservation strategies are related to gender roles and symbols. These include two claims, that women lack masculinity-related qualifications such as discipline, hard work, determination and passion, which are necessary for body building, and that women who are successful in body building lose their femininity and end up with a body that men don't find attractive. Findings also show that participants regard body building women as deviant individuals, although they respect their desire to reach a male goal. The intention to exclude women from body building, through either biological qualities of women body or gender stereotypes shows that body building sport is a field that preserves and reproduces the cultural capital of hegemonic masculinity.

Keywords: Sociology of sport, sports, body building, gender, hegemonic masculinity.

GİRİŞ

Bir spor dalı olarak vücut geliştirme toplumda erkekliğe atfedilen bir takım özellikleri içeren, kendine özgü pratikleri ve söylemleri ile kadınları ikincil konuma iten; erkeklik ve kadınlık arasındaki eşitsizlikleri pekiştiren bir toplumsal alandır (Koca, 2016: 29). Çağdaş toplumda tüketim kültürü, fitness/sağlık endüstrisi ve küreselleşme ekseninde bedene yüklenen önem giderek artmakta ve beden, bireylerin kimliklerini inşa ettikleri bir projeye dönüşmektedir (Shilling, 2003:4). Bu çerçevede vücut geliştirme alanı hem Amerika Birleşik Devletleri'nde (George, 2008: 108) hem de Türkiye'de (Karaçam, 2015) hızla genişlemekte ve küresel ölçekte bireylerin çeşitli amaçlar ile katıldığı bir aktiviteye dönüşmektedir (Andreasson ve Johansson, 2014: 91). Kaslı erkek bedeni sağlığın ve çekiciliğin bir simgesi haline getirilerek (Morrison ve Halton, 2009: 57) metalaştırılmakta, bu süreçte kendi *doğal* bedenlerine yönelik giderek daha olumsuz tutumlar geliştiren erkekler (Mosley, 2009: 192) vücut geliştirme gibi beden projelerine yönelmektedirler (Thompson ve Cafri, 2007).

Kaslı erkek bedeninin toplumda giderek ideal bir erkeklik simgesi olması erkeklik krizi ile de ilgilidir. Erkeklik çalışmalarında sıklıkla geçen erkeklik krizi, modernite, kapitalizm, küreselleşme ve yükselen feminist hareketler aracılığı ile toplumsal alanlarda geleneksel olarak erkeklere ait çalışma, evi geçindirme, aile reisi olma gibi rollerin artık kadınlar tarafından da icra edilmesi sonucunda erkeklerin iktidarlarının sarsıldığını anlatmak için kullanılan bir kavramdır (MacInnes, 1998). Bir anlamıyla egemen erkeklik değerlerinin sarsıldığı zaman ve mekânlarda yaşanan durumdur (Sancar, 2013). Bu durum elbette ki erkek egemenliğinin son bulduğunu imlemez; zira erkekler yaşadıkları krizi farklı stratejiler aracılığı ile – icra edebilecekleri hegemonik rollerini ön plana çıkararak –bertaraf etmeye çalışırlar (Coles, 2008: 238). Bu kriz karşısında erkekler için vücut geliştirme bir araç haline dönüşmekte, bu araç kadınlarla aralarındaki fiziksel farkları belirginleştirmeyi ve daha üstün varsayacakları bir statüye erişmeyi sağlamaktadır (White ve Gillet, 1994: 20). Pek çok toplumda kaslı beden bir ideal erkeklik kimliği simgesi olduğu (Bridges, 2009; Wacquant, 1995a), günümüzde medyada kaslı erkek bedeninin adeta bir fenomen olarak yer aldığı (Cook, 2000: 171) ve vücut geliştirme sporunun doğrudan kas elde etmeye odaklandığı (Uğur ve Baysaling, 1999: 19) göz önüne alındığında, vücut geliştirmenin erkekler için giderek daha popüler olması muhtemel görünmektedir. Konu hakkında yapılan çalışmalar da erkek yoğun bir alan olarak vücut geliştirmenin erkekler için erkeklik kimliklerini inşa etme ve yeniden üretme konusunda önemli ölçüde işlevsel olduğunu göstermektedir (Karaçam, 2015; Klein, 1995; Wiegers, 1998).

Toplumsal bir alan olarak spor cinsiyetler arası eşitsizlikleri yeniden üretmede merkezî bir konumdadır (Koca ve Bulgu, 2005). Bir spor dalı olarak vücut geliştirme de profesyonel ya da amatör fark etmeksizin toplumsal cinsiyet ilişkilerinin sürdürüldüğü bir toplumsal alandır ve bu nedenle toplumsal cinsiyet perspektifiyle incelenmesi gerekir (Bridges, 2009). Bu konu çeşitli disiplin ve perspektiflerle incelenmiş olsa da özellikle hegemonik erkeklikle ilişkisi çerçevesinde

ve yorumlayıcı sosyoloji yaklaşımıyla ele alındığı çalışmaların (Boswell, 2016; Bridges, 2009; Klein, 1995; Klein, 2007; Liokaftos, 2017; Monaghan, 1999; Wiegers, 1998) sınırlı olduğu söylenebilir. Son yıllarda vücut geliştirmenin hızla yaygınlaştığı Türkiye’de de vücut geliştirme ve toplumsal cinsiyet ilişkisini irdeleyen niteliksel çalışmalar son derece sınırlıdır (Karaçam, 2015; Karaçam ve Koca, 2014; Karaçam ve Koca, 2016). Hâlbuki vücut geliştirme erkeklik kimliği inşasının, spor ve toplumsal cinsiyet arasındaki ilişkinin incelenmesi açısından eşsiz bir kültürel sahaya işaret etmektedir (Karaçam ve Koca, 2016: 116). Nitel bir alan araştırmasına dayanan bu çalışmanın temel amacı spor ve toplumsal cinsiyet ilişkileri temelinde vücut geliştirmenin eyleyici erkekler tarafından hangi stratejiler aracılığı ile bir erkek alanı olarak oluşturulduğunu ve korunduğunu betimlemek ve irdelemektir. Türkiye’de bu konuda yapılan çalışmalar (Karaçam, 2015; Karaçam ve Koca, 2014) daha çok besin takviyelerine ve erkeklerin kendi aralarındaki rekabete odaklanan ve verilerini amatör vücut geliştirmecilerden toplayan araştırmalardır. Bu çalışma ise vücut geliştirmeyi erkekler arası bir hiyerarşiden çok kadınları dışlayıcı pratikleri üreten bir eril alan olarak ortaya koyması ve verilerini yarışmacı vücut geliştirmeci erkeklerden elde etmesi bakımından Türkiye’de yapılmış çalışmalardan ayrılmakta ve ilgili literatüre özgün bir katkıda bulunmaktadır. Bu amaca yönelik olarak öncelikle erkeklik ve spor olguları eleştirel erkeklik çalışmaları alan yazınına dayalı olarak incelenecek, vücut geliştirmenin tarihine ve bugününe değinilerek ilgili pratiğin tarihsel olarak erkeklik kimliği ile nasıl bir ilişki içerisinde olduğu betimlenmeye çalışılacaktır. Ardından araştırma bulguları sunulacak ve eyleyicilerin vücut geliştirmeyi hangi stratejiler kullanarak bir erkek alanı olarak korudukları ortaya konmaya çalışılacaktır.

Bir Toplumsal Alan Olarak[‡] Spor ve Erkeklik Kimliği

Toplumsal cinsiyet, erkek egemen toplum yapısı ile erkeklerin avantajlı konumunu meşrulaştıran, bu yapıyı yansıtan aile, devlet, medya, spor gibi toplumsal kurumlar aracılığı ile içselleştirilen ve yeniden üretilen bir eşitsizlik zeminidir (Connell, 1998). Connell (2005) mevcut erkek egemen toplumsal cinsiyet rejimi altında erkeklerin iktidar ile olan ilişkilerini açığa çıkarabilmek için *hegemonik erkeklik* kavramını kullanmaktadır. Kesin bir nesnel tanımı olmamakla beraber hegemonik erkeklik heteroseksüel, ırkçı, beyaz, orta sınıf, ekonomik olarak özerk, ailesinin geçimini üstlenen, rasyonel, belirli spor dallarında başarılı, atletik, duygularını belli etmeyen, rekabetçi, risk almaktan kaçınmayan ve en önemlisi kadınlığa ait her şeyi dışlayan bir erkeklığe işaret etmektedir (Connell, 2005; Sancar, 2013). Hegemonik erkeklik dışında da çeşitli erkeklik biçimleri vardır ve hegemonik erkeklik hem idealize edilen bir erkeklik biçimi,

[‡]Bourdieu sosyolojisinde ön plana çıkan kavramlardan biri olan alan, en genel anlamıyla, verili bir oluşumdan ziyade içinde eyleyicilerin çatışma ve rekabet içerisinde bulunduğu dinamik bir oluşuma tekabül etmektedir (Bourdieu ve Wacquant, 2003: 89). Modern toplum bir dizi alanlardan meydana gelmektedir ve bu alanlar içerisinde bulunan bireyler birbirleriyle yarışarak, birbirlerine üstünlük kurma mücadelesine girmektedirler (Layder, 2010: 334). Bu anlamıyla alanlar güç ve tahakküm ilişkilerinin gerçekleştiği mekânlardır. Alan içinde gerçekleşen üstünlük ilişkileri bir oyuna benzemektedir. Oyun alanı, kazananlar ve kaybedenlerin birbirleriyle rekabet ettikleri bir yapı olarak bir dizi kurallar, yani *doxalar* barındırmaktadır (Bourdieu, 2006: 405). Bu kurallara uyma derecesi bir anlamıyla alanda bulunan bireylerin hiyerarşik konumlanışlarını belirlemektedir (Naulin ve Jourdain, 2016: 123). Dolayısıyla oyunun kurallarına göre oynayanlar alandaki ilişkilerden daha fazla iktidar payı elde edebilirlerken, kuralları ihlal eden oyuncular alanda tabi olarak konumlandırılmaktadırlar. Bu süreç ise alanda yer alan oyuncuların – eyleyicilerin – sahip oldukları ya da olamadıkları sermayeler ile ilişkilidir. Nitekim alanlar bağlamsal yapılanmalar olarak belirli ekonomik, kültürel, sosyal ya da simgesel sermaye çeşitlerinin kutsandığı rekabetçi ortamlardır (Ritzer ve Stepnisky, 2014: 52). Bu doğrultuda sermaye ise alanın kurallarını içeren ya da alandaki elde edilmesi için çaba verilen kaynaklara işaret etmektedir (Wacquant, 2014: 62). Bu bağlamda spor üstün bedensel özellikler, atletik kapasite ve kaslılık gibi erkek değerlerinin kutsandığı bir alandır (Koca, 2016: 22). Spor alanında “avantajlı” olan bu değerler erkek egemen toplumsal cinsiyet düzeninde erkek bedenlerinde cisimleşen dinamiklere işaret etmektedir. Bu kapsamda spor, erkek bedenine ayrıcalıklı bir konum atfeden, kadın bedenini ikincilleştiren ve dolayısıyla toplumsal cinsiyet eşitsizliklerini sürdüren bir alana işaret etmektedir. Bu nedenle çalışma kapsamında spor, Bourdieu’cu anlamda bir alan olarak ele alınmıştır.

hem de kendini diğer erkeklik biçimlerine ve kadınlara daha üstün kılmak için kullanılan bir kültürel baskı biçimidir (Connell, 2005).

Hegemonik erkeklik bir ideal tip ve grotesk bir temsil olarak kurulduğu ve gerçekte toplumda sadece az sayıda erkeğin sahip olduğu özellikleri yansıttığı için tümüyle erişilebilecek bir kimlik olarak görülemez (Connell, 1998: 118). Ancak bu ideal tipe yaklaşan erkekler iktidar ve tahakküm ilişkileri bağlamında toplumdaki konumlarını güçlendirirler. Bu nedenle hegemonik erkeklik tipi iktidara ulaşacak bir araç olarak kullanılabilir. Toplumsal kurumlar toplumsal cinsiyet eşitsizliklerini sürdürdüğü, kadınlar karşısında erkek egemenliğini meşrulaştırdığı kadar hegemonik erkeklik idealini de inşa eder ve yeniden üretir. Bir toplumsal kurum olarak sporun güç, disiplin, rekabet, sertlik, risk almaktan kaçmama gibi kültürel olarak hegemonik erkeklığe atfedilen özellikleri içermesi kadın ve erkek arasındaki mevcut eşitsiz ilişkileri yeniden üretmekte ve kadınların alandan dışlanmalarına neden olmaktadır (Koca ve Bulgu, 2005).

Sporun erkeklikle, özellikle hegemonik erkeklikle ilişkili bir alan olarak kurulmasını mümkün kılan en önemli öğelerden biri erkek bedenine yüklenen biyolojik temelli toplumsal anlamlardır. Biyoloji ve kültürün etkileşimi, kadın ve erkek bedenlerine sembolik değerler atfederek bedenlerin sınırlarını belirlemekte (Harre, 1991), bedenin taşıdığı kültürel semboller ve verdiği sosyal mesajlar da spor deneyiminin cinsiyetlendirilmiş bir pratik olmasına yol açmaktadır. Bu süreç, biyolojik olarak erkek bedeninin kadın bedeninden üstün olduğunun varsayılmasıyla gerçekleşir (Koca ve Bulgu, 2005). Spor alanında da yaygın kanı olarak görülen ve kadınların spor alanından dışlanmasına neden olan bu nesnelleştirme ve meşrulaştırma sürecinde modern tıp söylemlerinin de etkisi oldukça büyüktür. Modern tıp, anatomi ya da fizyoloji gibi bilimlerle desteklenen erkek egemen toplumsal cinsiyet rejimi söylemleri, erkek bedeni karşısında kadın bedenini sözde biyolojik yapısına istinaden pasif konuma indirgemekte ve kadınlara bu pasif konumları ile ilişkili “uygun” kültürel özellikler atfetmektedir (Howson, 2013: 45). Buna göre kadın bedeni sahip olduğu biyolojik yapı gereği kültürel olarak güçsüz, narin ve kırılabilir olarak tanımlanırken; tam karşısında duran erkek bedeni atletik, dayanıklı, kaslı ve güçlü olarak yer almaktadır (Howson, 2013). Bu bağlamda erkekliğin üstünlüğünü meşru bir zemine yayan bu biyolojik zorunluluklar söylemi (Sancar, 2013: 244) kadın bedeni imgesini güçsüz kılarak, kadınları spor alanında ikincil konuma itmekte; kadınların spor deneyimleri “bilimsel” temellere dayandırılarak ötekileştirilmektedir. Young’ın (1998) detaylı bir şekilde açıkladığı üzere spor alanında kadın deneyiminin ikincilleşmesine neden olan kadın bedeninin biyolojik yapısı değil, erkek egemen toplumsal cinsiyet rejimine bağlı olarak gerçekleşen toplumsallaşma süreçleridir. Dolayısıyla beden, beden teknikleri, bedensel performans ya da beden deneyimi dışsal ve sabit kategoriler olmaktan ziyade toplum, kültür ve mekân ile etkileşime geçen, bu yapılar aracılığı ile şekillenen toplumsal olgulara işaret etmektedir (Shilling, 2003).

Hegemonik erkekliğin yeniden üretildiği, kadın ve erkek arasındaki bedensel ve kültürel sınırların keskin çizgiler ile çizildiği spor dallarından biri de vücut geliştirmedir (Karaçam, 2015). Zira vücut geliştirmede nihai amaç kaslı bir bedene ulaşmaktır ve pek çok kültürde kaslı bedenin baskın bir erkeklik sembolü olarak kabul edilir (Dyer, 1996: 38). Dolayısıyla vücut geliştirmeye hâkim olan beden sermayesi aynı zamanda bir erkeklik sermayesidir. Buna ek olarak vücut geliştirmenin içerdiği öz disiplin, hırs ve kontrol gibi kültürel olarak erkeklığe atfedilen özellikler ve “acı yoksa kazanmak yok” gibi alana özgü söylemler (Wiegers, 1998) vücut geliştirmenin erkeklik refleksleri, söylemleri ve pratikleri ile donatıldığını göstermektedir. Vücut geliştirme, bir iktidar pozisyonu olarak hegemonik erkeklığe ulaşmanın bir aracı olarak görülebilir. Örneğin Boswell’in (2016: 384) çalışması, Güney Afrika’da etnik olarak hegemonik

erkeklik özelliklerini taşımayan siyahi erkeklerin hegemonik erkeklik karşısındaki tabi konumlarını dönüştürebilmek adına vücut geliştirme yaptıklarını ortaya koymaktadır. Zira hegemonik erkeklik beyaz olmanın yanı sıra kaslı bir bedene sahip olmak ile de ilişkilidir (Türk, 2008: 122). Dolayısıyla etnik faktörlerden dolayı tabi pozisyonlarda yer alan bir erkeğin (Bozok, 2009: 439) hegemonik erkeklik özelliklerinden biri olan kaslı ve atletik bir bedene sahip olması kendisine belirli alanlarda iktidar kurma fırsatı verebilir.

Vücut Geliştirme ve Hegemonik Erkeklik Arasındaki İlişkinin Kısa Tarihçesi

Tarih boyunca vücut geliştirme çalışmalarına benzer pratikler yapıldıysa da, modern vücut geliştirmenin 19. yüzyılda Amerika Birleşik Devletleri'nde başladığı (Kennedy, 2008) kabul edilmektedir. Modern vücut geliştirmenin özellikle batı toplumlarında ortaya çıkmasında endüstri toplumunun ve kapitalizmin etkisi büyüktür. Erken dönemde endüstri devriminin neden olduğu hastalıklar yurttaşların sağlıklarını tehdit edince ulus devletler kişisel antrenörlerin öncülükleri olan kültürfizikçileri, egzersiz ve beslenme programlarını desteklemiştir (Stokvins, 2006: 466). Giderek yaygınlaşan endüstriyel kapitalizm fabrika işçisi olarak sağlıklı ve bedensel olarak güçlü erkeklere ihtiyaç duyduğu için vücut geliştirme gibi fiziksel kapasiteyi vurgulayan sporlar özellikle işçi erkekler arasında yaygınlaşmaya başlamıştır (Kennedy, 2008). İzleyen dönemlerde kadın haklarının geniş çaplı kabulüyle birlikte kadınların kamusal alanda daha fazla görünür hale gelmeleri erkeklik kimliğini zedelemiş ve vücut geliştirme gibi sporlar bir "erkeklik kurtuluşu hareketi" olarak görülmeye başlanmıştır (Whitson, 1990: 20). Vücut geliştirme Amerika Birleşik Devletleri'nde başlamış olsa da zamanla tüm Batı toplumlarına yayılmış, ulus devletin niteliklerine ve Protestan ahlakının öğretilerine paralel olarak erkek bedenini sıkı çalışma, disiplin ve güçlülük gibi kavramlar zemininde inşa eden bir beden kültürü ortaya çıkmaya başlamıştır (Andreasson ve Johansson, 2014: 95).

Tıbbın çeşitli hastalıkları tedavi edilebilmeye başlaması ve koruyucu hekimlik gibi refah devleti tabanlı uygulamaların yaygınlaşması (Wiegers, 1998: 149-150) 1960'lardan itibaren vücut geliştirmenin sağlıkla ilişkisinin çözülmesine ve anlamının muğlâklaşmasına neden olmuştur (Schwarzenegger ve Dobbins, 1998: 41). Ancak 1970'lerden itibaren neoliberal sağlık paradigması içinde vücut geliştirme sağlıkla yeniden ilişkilendirilmiş ve bu spor dalının statüsü olumlu bir şekilde değişmeye başlamıştır. Bu dönemde sosyal refah devletinin zayıflamaya başlamasıyla birlikte sağlık ve hastalık genel toplumsal koşullarla değil, bireysel davranışlarla ilişkilendirilmeye başlanmıştır. Sağlıklı olmak giderek bireysel olarak edinilmesi gereken bir statüye dönüşmüş, sağlığın en önemli göstergesi zinde ve fit bir beden haline gelmiş, tüketim kültürü bireylerin bedenlerini hedef almaya başlamış (Bocock, 2014: 107) ve sağlık ve fitness endüstrisi gelişmiştir. Vücut geliştirmenin yaygınlaşmasında 1980'lerde başta sinema filmleri olmak üzere popüler kültür ürünleri, 1990'larda ise vücut geliştirme dergileri, dergilerdeki antrenman programları ve besin takviyesi firmaları etkili olmuş ve alan hızla büyüyen bir endüstri haline gelmiştir (Kennedy, 2008: 23-39). Günümüzde vücut geliştirme çoğunlukla erkekler olmak üzere birçok bireyin kişisel uğraşı haline dönüşmüştür (Andreasson ve Johansson, 2014: 91; Crossley, 2006: 23) ve giderek yaygınlaşmaktadır.

Vücut Geliştirme ve Bedensel Sermaye

Vücut geliştirme geçmişten günümüze toplumda erkekliğe atfedilen özellikler ile yakın bir ilişki içerisinde olan, cinsiyetlendirilmiş bir pratiktir. Vücut geliştirmenin bir erkek ritüeli olarak

onaylanabilmesini (Klein, 1995) sağlayan dinamikler söz konusu pratiğin bir *beden işi* alanı olması ve ilgili alana hâkim olan sermayenin *bedensel sermaye*[§] olması ile ilişkilidir. Beden işi alanları bedenün çileci bir felsefe ile kontrol edildiği, düzenlendiği, denetlendiği ve disipline edildiği; bedensel performansın ve yeteneğin ön planda olduğu, dolayısıyla bedensel sermayenin hâkim olduğu ve diğer sermayelere dönüşme potansiyelinin de olduğu boks gibi alanlardır (Wacquant, 1995b: 76). Vücut geliştirme sporu da içerdiği disiplin, acı ve çilecilik gibi unsurlar ve bedeni ön plana alan bir spor dalı olması nedeniyle (Klein, 2007: 71) bir beden işi alanı olarak kabul edilmektedir (Pedersen ve Tjornhoj – Thomson, 2017: 430). Bu alana hâkim olan bedensel sermaye genel anlamıyla sportif kabiliyet, bedensel çekicilik, kaslılık ya da zayıflık gibi tüm bedenleşme biçimlerini içeren; belirli toplumsal alanlarda ekonomik, sosyal, ya da kültürel sermayelere dönüşerek sahibine bir takım avantajlar sağlayan bir sermayeye işaret etmektedir (Hutson, 2016: 54). Bir beden işi alanı olarak vücut geliştirmede elde edilmesi için çaba harcanan bedensel sermaye türü, çoğu kültürde erkeklik ile ilişkilendirilen (Wacquant, 1995a) geniş omuzlar, kütleli bir göğüs yapısı, iri kollar ve ince bir bel şekli ile temsil edilen, üçgen vücut olarak da bilinen *mezomorfik* beden tipidir (Wiegers, 1998). Bununla birlikte erkek yoğun bir alan olarak vücut geliştirme sporunda farklı beden projelerinin de olduğu bilinmektedir. Nitekim Monaghan (1999: 276) vücut geliştirmeci erkeklerin temel amaçlarının kas geliştirmek olduğunu; bazı erkeklerin daha çok estetik ve “fit” bir görünüme ulaşmayı, bazı erkeklerin ise büyük ölçüde irileşmeye odaklandığını belirtmektedir. Vücut geliştirme yarışmaları da bu beden projeleri referans alınarak kategorize edilmektedir. Türkiye’deki yarışmalar vücut geliştirme, klasik vücut geliştirme, fitness ve wellness şeklinde dört farklı dalda gerçekleştirilmektedir (Spor Genel Müdürlüğü, 2010). Araştırma kapsamında görüşülen yarışmacı vücut geliştirmecilerden alınan bilgiye göre, vücut geliştirme yarışmalarının kas yoğunluğu ve beden kilosuna bağlı olarak kategorileri farklılaşsa da, söz konusu yarışmalarda yer alan sporcuların temel olarak mezomorfik beden tipine sahip olduğu söylenebilir. Bu doğrultuda çalışma kapsamında işaret edilen ve vücut geliştirme alanına hâkim olan söz konusu bedensel sermaye kaslı mezomorfik beden tipidir.

Vücut geliştirmede arzulanan mezomorfik erkek bedeni bir sermaye türü olarak diğer sermayelere dönüşebilmekte, böylece erkekler arasındaki hiyerarşik ilişkilerin kurulmasında daha etkili olabilmektedir. Örneğin Karaçam (2015: 46) amatör vücut geliştirmeci erkekler ile yaptığı çalışmasında, bedensel sermayenin erkekler için iş ağırları açısından toplumsal statü, saygınlık ve itibar gibi bir takım ayrıcalıklar kazandırdığını belirtmektedir. Bu anlamıyla bedensel sermaye erkekler arasındaki hiyerarşik ilişkileri düzenleyen bir simgesel sermayeye dönüşmektedir. Bunun nedeni erkek egemen toplumsal cinsiyet düzeni içerisinde kaslı bedenün hegemonik erkeklığe ait olduğu varsayılan özellikleri taşıdığı düşüncesidir. Zira kaslar birçok kültürde evrensel ve nesnel olarak erkeklığe ait bir bedensel görüngü olarak kabul edilmenin yanı sıra (Dyer, 1996: 38) tüketim kültürü aracılığı ile disiplin, özgüven, hırs, azim, güç gibi hegemonik erkeklığe atıf yapılan özelliklerin bir sembolü haline getirilerek idealize edilmektedir (Cook, 2000; Mason, 1992).

[§]Bedeni Bourdieu bakış açısıyla başlı başına bir sermaye türü olarak ele alan iki farklı teorisyenin ön planda olduğu görülmektedir. Shilling (2003) fiziksel sermaye kavramını kullanırken, Wacquant (2012) bedensel sermaye kavramını kullanmayı tercih etmektedir. Söz konusu iki kavram birbirlerine oldukça benzese de, iki kavramın araştırmacılar tarafından farklı biçimlerde ele aldığı görülmektedir. Bu doğrultuda fiziksel sermaye daha çok bedenün kapasitesi ile ilişkili bir kavrama tekabül ederken, bedensel sermaye bedenün dış görünüşü ile ilgili bir duruma gönderme yapmaktadır (Edmonds, 2018: 11). Fakat Bourdieu yaptığı çalışmalarda hem fiziksel hem de bedensel sermaye kavramlarını bir toplumsal yakınlar sistemi olarak tanımladığı habitusun cisimleştiği bir sermaye türü şeklinde yorumlamaktadır (Hutson, 2016: 54). Metinde dil birliği sağlanması açısından bedensel sermaye kavramı kullanılacaktır.

Vücut geliştirme aracılığıyla ulaşılmaya çalışılan kaslı bedensel sermaye ile hegemonik erkeklik arasındaki ilişki vücut geliştirmenin tarihinde öne çıkan örneklerde de görülebilir. Arnold Schwarzenegger'in bedeninin sıkı çalışma, disiplin, acılara katlanma gibi (Boyle, 2010) hegemonik erkeklik değerleri ile özdeşleşen kodları içermesi ya da Charles Atlas gibi ünlü bir vücut geliştirme uzmanının bedeninin ABD'de erkeklik krizine verilen bir yanıt olarak görülmesi (Kimmel ve Aronson, 2004) vücut geliştirme ile hegemonik erkekliğin sıkı birlikteliğine işaret etmektedir. Güncel çalışmalar da vücut geliştirmenin ortaya çıktığı dönemden bugüne erkeklik kimliğini bedensel sermaye üzerinden garantileyen bir erkeklik alanı olduğunu belirtmektedir (Karaçam, 2015; Klein, 1995; Wiegers, 1998).

Son dönemlerde feminist spor bilimcilerinin katkılarıyla kadınlar spor alanlarında görece daha fazla görünür olmaya başlasalar da, bir erkek sporu olarak vücut geliştirme (Klein, 1995) alanından -klasik vücut geliştirme gibi kasların estetikliğinden ziyade, büyüklüğünün ve hacminin ön planda olduğu vücut geliştirme dalından- keskin bir biçimde dışlanmaktadır. Çünkü vücut geliştirme, kadınlara atfedilen narinlik, incelik, güçsüzlük ya da kırılabilirlikle zıt olduğu için kadınlık ve bedenleşme arasında büyük bir çelişki yaratmaktadır (Lowe, 1998: 9). Bu nedenle kadın vücut geliştirme uzmanları çoğunlukla bir "sapma" durumu olarak görülmekte; vücut geliştirme alanında marjinal bir pozisyonda yer almaktadırlar (Shilling ve Bunsell, 2009). Hegemonik erkekliğin her daim kaybedilebilirlik riski barındırdığı (Kandiyoti, 1987: 327) bilgisi ışığında, bir erkeklik kalesi olarak vücut geliştirme alanında (Karaçam ve Koca, 2016) gündemden görünür olmaya başlayan vücut geliştirme uzman kadınlar (Probert, Palmer ve Leberman, 2007) alanın sahibi erkekler için erkeklik krizine yol açabilecek bir olgu olarak yorumlanabilir. Fakat erkeklik sınırları belirsiz, geçirgen ve değişken olan güncel bir iktidar kurma stratejisi (Sancar, 2013) olduğundan, erkekler hegemonik erkekliğin kendilerine sunduğu fırsat ve imkânları kaybetmemek adına bir takım erilleştirme stratejileri geliştirmektedirler. Bourdieu, alana erken katılmaları ve alanın kurallarını daha iyi tanımaları nedeniyle daha çok sermaye biriktirmiş olan baskın grupların alandaki değişimler karşısında savunmacı reflekslere sahip olduğunu; alandaki iktidar konumlarını sürdürmek için koruma stratejilerine başvurduklarını belirtmektedir (Kaya, 2014: 401). Bu kapsamda vücut geliştirme alanında yer alan erkeklerin vücut geliştirmeyi bir erkek alanı olarak muhafaza etmek için çeşitli stratejiler geliştirebilecekleri öngörülebilir. Bu bağlamda bu çalışmanın amacı vücut geliştirme sporu yapan erkeklerin bu alanı hangi stratejiler aracılığı ile eril bir alan olarak oluşturup koruduğunu betimlemek ve alanda iktidarlarını inşa ve muhafaza etme stratejilerini eleştirel bir perspektifle, toplumsal cinsiyet açısından irdelemektir.

YÖNTEM

Bu çalışma Eskişehir'de 2019 yılında yürütülen betimleyici ve kesitsel bir saha çalışmasının bulgularına dayanmaktadır. Araştırmanın amacı erkeklerin vücut geliştirmeyi hangi stratejiler ile bir erkek alanı olarak koruduklarını betimlemektir. Araştırma nitel yöntemle ve fenomenolojik desenle yürütülmüştür. Nitel araştırmalar toplumsal yaşamda çeşitli aktörler tarafından inşa edilen sosyal ve kültürel anlamları detaylı bir şekilde incelemeyi olanaklı kıldığı (Silverman, 2006: 113) için araştırma amacına uygun olduğu düşünülmüş ve bu nedenle nitel araştırma yöntemi kullanılmıştır. Çalışma vücut geliştirmenin erkekler açısından ve erkeklik kimliği bağlamında nasıl anlamlandırıldığının ortaya konmasını amaçlamaktadır. Çalışmanın amacı, hegemonik erkeklikle vücut geliştirme arasındaki ilişkiyi bir fenomen olarak deneyimleyenlerin gözünden görerek anlamayı gerektirdiği için desen olarak katılımcıların yaşanmış deneyimlerine

odaklanmayı (Greene, 1997) gerektiren ve sosyal olguların toplumun üyelerinin gündelik yaşamlarına nasıl yansıdığını gösteren (Groenewald, 2004) fenomenoloji tercih edilmiştir.

Veriler 2018 yılının Aralık ve 2019 yılının Ocak ayları arasında katılımcılardan yarı yapılandırılmış mülakatlarla toplanmıştır. Yarı yapılandırılmış mülakatlarda ağırlıklı vücut geliştirmeye başlama nedeni, vücut geliştiren diğer erkeklerle etkileşim, ideal erkek bedeni konusundaki algı ve steroid kullanımı konusunda düşünceler üzerinde durulmuştur. Mülakatlar ortalama 60 dakika sürmüştür. Mülakatlar yapılırken katılımcıların rızaları alınarak ses kayıtları alınmış, daha sonra ses kayıtları deşifre edilerek kelime işlem programına aktarılmıştır. Mülakatlar önce açık, sonra eksensel, son olarak seçici kodlama ile kodlanmış (Böhm, 2004), diğer bir deyişle betimsel ve sistematik olarak analiz edilip yorumlanmıştır. Bu süreçte mülakatlar ilk olarak betimleme amacına yönelik olarak açık kodlarla kodlanmıştır. Takiben açık kodlar önce sınıflandırılmış, daha sonra birbirleriyle ilişkilendirilmiş ve böylece temalar ve kategoriler oluşmuştur. Seçici kodlama sürecinde çekirdek kategoriler olarak kaslı beden ve erkeklik seçilmiş ve araştırma problemini cevaplamak amacıyla diğer kategoriler bu temel kategorilerle ilişkilendirilmiştir.

Araştırmanın güven duyulabilirlik düzeyi yüksek tutulmaya çalışılmış, bu konuda Lincon ve Guba'nın (1985) dört temel kriteri temel alınmıştır. Araştırmanın inandırıcılık (credibility) kriterini sağlayıp sağlamadığını görmek için mülakatların analizi sonucunda elde edilen sonuçlar katılımcılardan yüksek eğitim düzeyine sahip olan ikisiyle paylaşılmış ve katılımcılar tarafından onaylanmıştır. Ayrıca hegemonik erkeklikle vücut geliştirme arasındaki ilişkiye dair yapılan başka araştırmaların da benzer analizler yapması (Wiegers, 1998; Karaçam, 2015) araştırmanın inandırıcılık kriterine uyduğunun bir göstergesidir. Aktarılabilirlik (transferability) kriterine ulaşmak, yani elde edilen bulguların başka bağlamlarda da kullanılabilmesi için katılımcıların özellikleri mümkün olduğunca detaylı sunulmuştur. Bu açıdan sonuçların benzer bağlamlar içinde yarışmacı vücut geliştirmeci erkekler için de geçerli olduğu söylenebilir. Güvenilirlik (dependability) kriterine ulaşmak için araştırma süreciyle ilgili detaylı bilgi sunulmaya çalışılmıştır. Ancak makalenin belirli bir uzunlukla sınırlandırılması gerekliliği, özellikle aktarılabilirlik ve güvenilirlik kriterleriyle ilgili bilgilerin görece kısa kalmasına neden olmaktadır. Son olarak doğrulanabilirlik (confirmability) kriteri doğrultusunda analizlerden önce katılımcıların kendi ifadelerinden alıntılar yapılmış, varılan sonuç ve yapılan yorumların katılımcılardan elde edilen verilere dayandığı bu şekilde gösterilmeye çalışılmıştır.

Araştırmanın katılımcıları Türkiye'nin çeşitli illerinde ikamet eden 18 vücut geliştirmeci erkektir. Araştırmada vücut geliştirmeye ciddi olarak ilgilenen erkeklere ulaşmak amaçlandığı için katılımcılarda vücut geliştirme yarışmasına katılmış ya da katılma aşamasında olma kriteri aranmıştır. Örneklem büyüklüğü önceden kesin olarak belirlenmemiş, yaklaşık 15 kişiyle görüşülmesi planlanmıştır. Katılımcılar yargısal örneklem seçim tekniklerinden olan kartopu örnekleme tekniğiyle seçilmiş, ilk olarak Eskişehir'de ikamet eden bir katılımcı ile görüşülmüş ve katılımcılar arasındaki ağlar üzerinden diğer katılımcılara ulaşılmıştır. Katılımcıların yönlendirdiği diğer katılımcılar kriterine (yarışmacı vücut geliştirmeci olmak) uyduğu için hepsiyle görüşülmüştür. Eskişehir'de toplamda beş katılımcı ile görüşülmüş; daha sonra sırasıyla Bursa'da üç, Ankara'da dört, İstanbul'da beş ve Kocaeli ilinde bir katılımcı ile yüzyüze görüşmeler sağlanmıştır. On beşinci mülakattan itibaren elde edilen veriler aynı deseni tekrarlamaya başlamış, emin olmak için üç mülakat daha yapılmış, yeni mülakatlarda da analitik

olarak farklı bir içerik olmadığı için teorik doyma noktasına** ulaşıldığı kabul edilmiş ve veri toplama süreci sonlandırılmıştır.

Araştırma herhangi bir kurumda yapılmadığı için etik kurul iznine ihtiyaç duyulmamıştır. Bununla beraber araştırma sürecinde etik kurallara uyulmuştur. Katılımcılar görüşmeye zorlanmamış, hiçbir kişisel bilgileri talep edilmemiş, araştırmanın amacı kendilerine açıklanmış, mülakatlardan önce ses kaydı için izinleri istenmiş, raporlama aşamasında anonim kalmaları için özen gösterilmiştir. Katılımcılarla araştırmacı ve yazarlar arasında herhangi bir çıkar çatışması yoktur.

Katılımcıların genel özellikleri Tablo 1’de gösterilmektedir. Katılımcıların biri (Hakan) hariç tamamı kent doğumludur. Tablo 1’de görülebileceği gibi, katılımcıların yaşları 21-45 arasında, gelirleri 2.000 TL - 25.000 TL arasında değişmektedir. Katılımcıların çoğu üniversite mezunu iken ikisi yüksek lisans, yedisi lise mezunudur. Katılımcıların mesleklerine bakıldığında, çoğunluğunun bir vücut geliştirme salonunda kişisel antrenör olarak çalıştıkları söylenebilmektedir. Bunun dışında katılımcıların meslekleri öğrenci, işletmeci, koruma görevlisi, öğretmen ve memur olarak değişmektedir. Katılımcılardan 15’inin çeşitli dallarda yarışma geçmişleri olmakla beraber, üç katılımcı ise yarışma için hazırlandığını beyan etmiştir.

Tablo 1. Katılımcıların genel özellikleri

| Katılımcı | Yaş | Eğitim | Meslek | Medeni hal | Kişisel Gelir (TL) | Vücut Geliştirme Süresi (Yıl) |
|-----------|-----|---------------|------------------|------------|--------------------|-------------------------------|
| Ahmet | 25 | Üniversite | Kişisel Antrenör | Bekar | 2000 | 4,5 |
| Arda | 25 | Üniversite | Kişisel Antrenör | Bekar | 4000 | 7 |
| Bünyamin | 45 | Üniversite | Kişisel Antrenör | Evli | 5000 | 32 |
| Baran | 25 | Üniversite | Kişisel Antrenör | Bekar | 5000 | 6 |
| Berkay | 21 | Lise | Kişisel Antrenör | Bekar | 3000 | 4,5 |
| Ceyhan | 35 | Lise | Kişisel Antrenör | Evli | 5000 | 10 |
| Demir | 36 | Lise | İşletmeci | Evli | 10000 | 20 |
| Doruk | 22 | Üniversite | Öğrenci | Bekar | 2000 | 4 |
| Efe | 25 | Yüksek Lisans | Öğrenci | Bekar | 1000 | 12 |
| Emre | 23 | Lise | İşletmeci | Bekar | 15000 | 5 |
| Erhan | 38 | Lise | İşletmeci | Evli | 25000 | 25 |
| Hakan | 32 | Lise | Koruma Görevlisi | Bekar | 5500 | 13 |
| Hüseyin | 32 | Üniversite | Öğretmen | Bekar | 2500 | 13 |
| Kemal | 29 | Yüksek Lisans | Kişisel Antrenör | Bekar | 5500 | 11 |
| Remzi | 40 | Üniversite | Kişisel Antrenör | Evli | 3000 | 20 |
| Selim | 40 | Üniversite | Memur | Evli | 4500 | 15 |
| Tuğrul | 32 | Üniversite | Kişisel Antrenör | Evli | 4000 | 15 |
| Umut | 21 | Lise | Kişisel Antrenör | Bekar | 2000 | 4 |

** Kökleri gömülü teori yöntemine (Glaser ve Strauss, 1967) dayanan ancak diğer nitel araştırma desenlerinde de kullanılan (Morse, 1995; Fusch ve Ness, 2015) teorik doyma noktası, analitik kategoriler için toplanan verilerin birbirine benzer sonuçlar vermeye başladığı, elde edilecek daha fazla verinin açıklamayı değiştirmeyeceği noktayı ifade eder. Araştırma sürecinde teorik açıklamayı oluşturan yapıların ampirik verilerle tam olarak temsil edildiğini ifade eden teorik doyma noktası Legard’ın (2003:152) tanımıyla katılımcıların perspektiflerinin tam olarak anlaşıldığı kanaatine dayanılarak araştırmacı tarafından belirlenir.

BULGULAR

Mülakatların sistematik analizi sonucunda iki temel tema ortaya çıkmıştır. Buna göre vücut geliştirmeci erkeklerin vücut geliştirmeyi korumak için kullandıkları iki temel strateji söz konusudur. Bu temalardan ilki “Biyolojik Koruma Stratejileri”, ikincisi ise “Kültürel Koruma Stratejileri” olarak adlandırılabilir.

Biyolojik Koruma Stratejileri

Vücut geliştirmeci erkeklerin alandaki hâkim konumlarını koruma stratejilerinden ilki olan biyolojik koruma stratejisi, erkeklerin kadınlarla aralarındaki biyolojik farklılıklar üzerinden bir üstünlük kurmaya ve kadınları vücut geliştirme alanından dışlamaya çalıştıkları bir stratejidir. Biyolojik özelliklerin üstünlük sağladığının varsayılması, biyolojik özelliklerle toplumsal nitelikler arasında bir ilişki kurulmasıyla mümkün olur. Sembolik olarak cinsel organlar arasındaki farklılıkların vurgulanmasıyla birlikte başlayan bu ikili karşıtlıklar oluşturma süreci (Bourdieu, 2015: 7-8) önce bedenlerin cinsiyetlendirilmeleri aracılığı ile gerçekleşir, daha sonra toplumsal işbölümüne yansiyarak cinsiyetler arası eşitsizliklerin ve sonucunda erkek tahakkümünün üretilmesi ile sürdürülür (Krais, 2006: 121). Bu ilişkide kadın bedeni erkek söylemleri ile şekillenir, sınırlandırılır ve çoğunlukla her iki cinsiyet arasındaki “doğal” eşitsizliklerin kaynağı olarak gösterilir (Bordo, 2003: 26).

Nitekim erkek egemen toplumsal cinsiyet düzeninde erkek bedeni gücün, kuvvetin, aktifliğin ve iktidarın bir simgesi olarak kurgulanırken, kadın bedeni narinlik, kırılabilirlik, pasiflik gibi güçten uzak olmayı sembolize eden özelliklerle ilişkilendirilmektedir (Sancar, 2013). Bu simgesel temsiller aracılığı ile erkekler piyasa ya da spor gibi birçok alanda aktif özneler olarak yer alabilirken, kadınlar gündelik yaşamın tüm alanlarında çoğunlukla tabi kılınan bir nesne konumuna indirgenmektedirler. Dolayısıyla bedenlerin cinsiyetlendirilmesi kadın ve erkek arasında kültürel olarak inşa edilen asimetric ilişkilerin bedenselleşmesi (Connell, 2000: 59) olarak okunabilir.

Erkek ve kadın bedenine yüklenen kültürel anlamlar aracılığıyla her iki cinsiyete dair toplumsal sınırların çizilmesinde modern tıp gibi eril kurumların ideolojik söylemlerinin etkisi oldukça büyüktür. Temel toplumsal kontrol mekanizmasının din olduğu dönemlerde dini söylemler toplumsal cinsiyet eşitsizliğini kadın ve erkek arasında “yaradılıştan” kaynaklandığı ileri sürülen “nesnel” farklılıklar üzerinden inşa etmiş ve pekiştirmiştir. Reform ve Aydınlanma ile birlikte otoritesi zayıflayan dinin yerini alan tıp modern toplumda temel toplumsal kontrol mekanizması haline gelince kadın ve erkek bedeni arasındaki farklar biyolojik bir temel üzerinden ifade edilmeye başlanmıştır. Modern tıp söylemi bedenlerin sahip oldukları farklı hormonlar temelinde her iki cinsiyete birbirinden farklı –ve çoğunlukla kadının tabi bir statüde kalmasına neden olan– özellikler atamıştır (Sancar, 2013: 244). Çoğunlukla anatomi ve endokrinoloji gibi bilimlerce üretilen bu söylemler kadınlar ve erkekler arasındaki farklılıkları eşitsizliklere dönüştürmekte ve bu süreci “bilimsel” temellere dayandırmaktadırlar (Howson, 2013: 45). Bilimin kendisinin de cinsiyetsiz olmadığını gösteren çeşitli çalışmalar (Keller, 1985) dikkate alınmaksızın modern tıp ve medya işbirliği halinde nesnel olduğu ileri sürülen söylemler inşa etmektedir. Bu söylemler aracılığı ile erkeklerin biyolojik yapıları nedeniyle disiplinlilik, saldırganlık ya da kontrol sahibi olma arzusu gibi psiko – sosyal özelliklere sahip oldukları ve erkek bedeninin kadın bedeninden daha güçlü ve dayanıklı olduğu ilan edilmektedir (Boni, 2002: 467). Connell’in (2005: 47) ‘erkekliğin endokrinolojisi’ olarak adlandırdığı süreçte kültürel olarak erkekliğe atıf yapılan

özellikler erkek bedenlerinde bulunan testosteron ile ilişkilendirilmektedir. Böylece toplumsal güç sanki biyolojik niteliklerin olağan bir sonucu gibi gösterilmekte, erkekliğin toplumsal olarak üretildiği görmezden gelinmekte, erkek iktidarı doğallaştırılmakta (Boon, 2005: 306) ve sorgulanamaz bir statüye taşınmaktadır. Örneğin şiddet ya da saldırganlık “erkek kültürü” aracılığı ile erkeklere dayatılan özelliklerdir, ancak pek çok kültürde şiddet gösterme davranışının testosteron hormonundan kaynaklandığı bir varsayım olarak kabul edilmektedir (Sancar, 2013: 216 – 217). Benzer bir biçimde kaslı beden yüksek testosteron seviyesinin bir simgesi olarak kabul edilmekte (Shilling ve Bunsell, 2009: 155) ve taşıdığı güç, kuvvet, dayanıklılık gibi özelliklere istinaden bir erkeklik göstergesi olarak kabul edilmektedir (Dyer, 1996: 38).

Bu çerçevede kaslı bedensel sermayenin hem biyolojik hem de kültürel olarak tüm yönleriyle bir erkeklik sermayesine karşılık geldiği söylenebilir. Araştırma kapsamında görüşülen bütün vücut geliştirmeci erkeklerin vücut geliştirme yapma amaçları doğrudan kaslı bedensel sermayeye erişmektir. Söz konusu erkeklerin kaslı bedeni “ideal” bir erkeklik simgesi olarak yorumladıkları gözlenmiştir. Erkekler, bedenlerinde bulunan testosteron hormonuna vücut geliştirme alanında başarıyı elde etmek için olmazsa olmaz bir nitelik atfetmektedirler. Aşağıdaki alıntılarda görülebileceği gibi katılımcılara göre testosterona yüklenen agresiflik, şiddet ve saldırganlık gibi kültürel özellikler “doğaları” gereği erkekleri vücut geliştirmenin sahipleri yapmaktadır:

“Bayanlar vücut geliştirmeye uygun değildir çünkü bayanlarda testosteron yok. Kası yapan testosterondur. Allah herkesi yani neden iki cinsiyet yaratmış değil mi? Birinin yapamadığı işi öteki yapsın, ötekinin yapamadığı işi diğeri yapsın diye. Bayanların daha iyi yaptığı işler var, erkeklerin daha iyi yaptığı işler var. Kuvvet konusunda vücut geliştirme konusunda da bu iş aynı (Bünyamin).”

“Biyolojik olarak uygunlar mı değiller mi yani şöyle bir şey var biyolojik olarak kadınlar vücut geliştirmeye asla uygun değiller. Çünkü sen testosteron düzeyi düşük bir varlıksın. Yani bu kimse alınıp gücenmesin. Genellikle ben böyle şeyler söylediğimde herkes alınıyor. Mesela kadına Türkiye’de ya da dünyanın birçok yerinde kadınsın dendiğinde alınganlık oluşuyor. Sen kadınsın. Bence çok harika bir şey kadın! Gerçekten çok güzel bir varlık. Sen kadınsın! Burada da bu olay var bence sen kadınsın yani senin vücudunda bu var! Sen erkeksin senin vücudunda bu var! İkisi arasında bir fark var mı ses tonumda? Ya da alaylı bir şey var mı? Yok! Sen kadınsın yani senin testosteron düzeyin vücudunda bu seviyede sen tabii ki elverişsizsin bu spora. Sen tabii ki elverişsiz olacaksın! Tabii ki dışarıdan sen yani büyüklük olarak daha geç büyüyeceksin. Kas kütlen senin %56 iken yapılan araştırmalar gereği söylüyorum ve eski bir araştırma şuan nedir bilmiyorum açıkçası bakmadım son güncel araştırmalara. %56 iken benimki %65, erkeğinki %65. Yani tabii ki şimdi arada bir fark olacak (Efe).”

“Erkekler doğal yollarla biyolojik olarak daha avantajlı şimdi vücut geliştirmede erkeklik hormonu kasların yapımında birincil etki yapıyor kadınlar yapısal itibarıyla vücut geliştirme kasla alakalı yani. Her iki oranda da kadınlar dezavantajlıdır, eşeyssel hormonları olsun erkeklerin eklem yapısı olsun daha avantajlı (Hakan).”

Yukarıdaki alıntılar yüksek testosteron seviyesinin bir göstergesi olarak kaslı bedenin alanda değer gören bedensel sermaye türü olduğunu göstermektedir. Nitekim iki cinsiyet arasındaki kültürel farklılıklar kaçınılmaz biyolojik zorunluluklar söylemi aracılığı ile meşru bir zemine yayılmakta (Sancar, 2013), kadınlar alanın sahibi erkekler tarafından biyolojik yapıları kaynak gösterilerek dışlanmaktadır. Bu biyolojik indirgemecilik aşağıdaki alıntıda katılımcının hayvanlar ve insanlar arasındaki benzerliği vurgulamasında da görülmektedir. Her ne kadar katılımcı sosyalleşme sürecinin etkisini ifade etse de, vücut geliştiren oğlan çocuğunun

davranışını, rol model aldığı babasını taklit etmesine değil, bedenindeki biyolojik özelliklere ve “içgüdülere” bağlamaktadır:

“Vücuttaki hormonlarının erkeklere göre daha az olmasından dolayı işleri daha zor kadınların. İşlerinin zor olmasından dolayı azlar. Kaslı erkek bedeni olması gereken yani Allah tarafından yaratılmış olan erkektir zaten... Zaten *hayvanlara* da baktığımda, erkeklere de baktığımda yani insanlara baktığımda erkek her zaman kaslı her zaman kuvvetli durur. Yanlış mı? Kadın biraz daha narindir, beden olarak narindir. Bu spor [vücut geliştirme] zaten senin [erkeğin] içgüdünde var. Ortaokula giderken her erkek babasının dambılları ile çalışır. Babasının ağırlık setini kullanıyordu. 17 – 18 yaşına geldiğin zaman bunu [vücut geliştirmeyi] biraz daha profesyonel yapmak için başlayan erkek çok oluyor (Demir).”

Bu bağlamda vücut geliştirme alanına hâkim olan kaslı bedensel sermayenin (Karaçam, 2015) bir erkeklik sembolü olarak varsayılması (Dyer, 1996: 38) erkekleri vücut geliştirmenin “doğal” sahipleri yapmaktadır. Alıntılar testosteron salgılayan bir bedene sahip olmanın, vücut geliştirmede bir kural olarak algılandığını, alanın *doxası* olduğunu göstermektedir. Bu yönüyle bir kadının vücut geliştirme pratiğine katılması, alanın *doxasına* aykırı olmakta, kadınlar sahip ol/a/madıkları testosteron nedeniyle alandan dışlanmaktadır.

Vücut geliştirmeci erkekler alandaki iktidar konumlarını bir yandan testosteron seviyelerine referans vererek korurlarken, bir yandan da östrojen hormonunu aşağılayarak kadın bedenini “testosteronsuz” olması nedeniyle tabi konuma itmekteler. Zira erkek egemenliğini kutsayan bir alan olarak sporda kadın bedeni “sorunlu” bir bedene işaret etmektedir (Koca, 2016). Aşağıda yer alan alıntılarda görülebileceği gibi kadın bedeni testosterondan ziyade “kasa darbe vuran ve kası baskılayan” östrojenli yapısı nedeniyle “biyolojik olarak sıkıntılı” bir bedene işaret etmektedir:

“Erkekler daha yatkın tabii vücut geliştirmeye. Testosteron çünkü. Hormon sebebi. Testosteron yani açık detaya girmeden söyleyeyim kas kütlesi elde etmek için testosterona ihtiyaç var ve bu kadınlarda çok az. Östrojen, kası baskılar testosterona kıyasla (Berkay).”

“Şöyle söyleyeyim vücut geliştirmeden konuşmaya devam edersek benim diyeceğim şudur kadınların kas geliştirmesi vücut geliştirmesi zordur. Çünkü onlarda bir östrojen, yüksek östrojen faktörü var. Östrojen de *kasa darbeyi vuran* bir faktördür, kasın gelişmesinden ziyade katabolik dediğimiz *gerilemesini* sağlayan bir faktördür. O yüzden vücut geliştirme kadınlar açısından zor bir spordur. Erkeklerin ise testosteron faktörü olduğu için bu kas zaten testosterondan faydalandığı için vücut geliştirmesi daha kolaydır. Yani daha uygun değil kadınlar hormonal açıdan vücut geliştirmeye, erkekler vücut geliştirmeye daha uygundur (Doruk).”

Aşağıdaki alıntıda bir katılımcının testosteron hormonunu hem kas gücüyle hem de erkeklere atfedilen agresiflikle ilişkilendirdiği görülebilir. Daha önceki alıntılarda kaslı bedeni açıklamak için insan ve hayvan türünün eril ve dişil kategorilerini karşılaştıran katılımcıya benzer şekilde aşağıdaki katılımcı da erkeklerdeki testosteron hormonunun saldırganlık, agresiflik ve “ava” ulaşma hırsı yarattığını ifade etmekte ve toplumsallaşma sürecinde fiziksel özelliklere atfedilen değerleri sorgulamaksızın erkeklerin fiziksel olarak kadınlardan “üstün” olduğu sonucuna varmaktadır:

“Biyolojik olarak kadınlar sıkıntılılar vücut geliştirme konusunda kesinlikle çünkü hormonları ile ilgili. Testosteron en başta! Yani testosteron hormonu insanı en başta insan vücudunda kas gelişimi, *güç, agresiflik, saldırganlık*, bunları benimseyen bir hormon olduğu için kadınlarda bunun mutlaka var ama az miktarda var kadınlarda bu yüzden kas gelişimi sınırlı oluyor tabii ki. E ne oluyor? Tabii ki erkekler daha yatkın bu spora. Az önce dediğim şeyden dolayı testosteron ve diğer hormonlarla ilgili. Erkeklik hormonunun o baskılayıcı agresiflik, kas yapısı anatomik ve fizyolojik olarak erkeği hem

daha ağır çalışma hem de hedeflerine daha çok kilitlenme... Avına veya hedefine ulaşma isteği yüzünden erkeklerin bu sporda gücünden dolayı hormon olarak tabii ki daha yatkın. Erkekler göre kadınlar tabii ki daha başarısız ağırlık kaldırmada bunun sebebi kas gücü yine. Yani insan anatomisi ve fizyolojisi. Genetik, yani yapıdan, yani hormonal genetik, erkeğin yapısı *fiziki olarak kadından tabii ki üstte!* Bayanlar biraz daha nazik oldukları için bu spor biraz *sert* olduğu için o yüzden erkeklerin talep ve isteği daha yüksek (Kemal).”

Bazı katılımcılar kadın vücut geliştirmecilerin alandaki başarılarını steroid kullanımına bağlamaktadır ama erkeklerin kendi başarıları söz konusu olduğunda –kendileri de steroid kullanmalarına rağmen- bunu steroid kullanımından ziyade büyük ölçüde disiplin, sıkı çalışma, hırs ve istikrar gibi tam da hegemonik erkeklığe (Connell, 2005) atfedilen özellikler sayesinde elde ettiklerini belirtmektedirler. Aşağıdaki alıntılarda görülebileceği gibi katılımcılar kaslı kadın bedenini steroidler ile ilişkilendirerek kadınların biyolojik olarak vücut geliştirmeye “yatkın” olamadıklarını belirtmekte; dolayısıyla alanı eril bir şekilde muhafaza etmektedirler:

“Erkek bedeni doğal olarak vücut geliştirmeye daha yatkın kadın bedenine göre. Tamamen hormonlarla ilgili. Kadın kas yapmak için *dışarıdan takviye* hormon alması lazım. Özlem [Eskişehir’de yaşayan yarışmacı bir kadın vücut geliştirmeci] var 10 yıldır yapıyor o hale anca zor geldi. O hormonla alakalı zaten... Kadın bedeni bodybuilding harcı değil! Daha dayanıksızlar çünkü kadınlar direkt takviye almıyorsa kaldıramaz zor... Kadınlar testosteron da alamazlar ki çok 200 miligram, üstüne çıkamazlar, ben mesela 200 [miligram alıyorum], kokluyor yani vücut [Bu tabirle katılımcı kadınların alabildiği en yüksek doz testosteronun kendi vücudu için hiç yeterli olmadığını ifade ediyor] (Ahmet).”

“Çünkü kadınların anatomisi gereği testosteron hormonu olmadığı için zaten öyle kaslı olma şansları yok. Öyle kolay kolay olamazlar zaten tabiatları gereği. Kas yapan çünkü testosteron hormonudur ve onlarda olmadığı için yani bizim gibi *asla* olamazlar. Onlar anca steroid oldu mu oluyor ama o da zor yani farklı tabii (Selim).”

“Bence kadınlar tamamen vücut geliştirmeye uygun da değiller. Onların kas gelişimi yapmayan östrojen hormonları var biliyorsun onlar gelişimi zor oluyor. Onlar da bunu yaparken growth [büyüme] hormonu işte ne bileyim testosteron hormonu gibi şeyler tüketiyorlar. O şekilde anca yarışabiliyorlar onun haricinde hiçbir şekilde vücutları hormon üretmediği için ilerleyemiyorlar (Tuğrul).”

Yukarıdaki alıntılarda görülen erkek bedenine benzemeye çalışan kadın bedeni vurgusu genel olarak sporun diğer alanlarında da karşılaşılan bir olgudur. Ataerkil bir kurum olarak sporda kadınların başarılı performanslarına hep kuşku bakılmakta iken, erkeklerin sportif performansları “doğal” olarak sahip oldukları “yetenekler” ile ilişkilendirilmektedir (Cookly ve Dworkin, 2013). Bununla birlikte bazı erkekler kadınların steroid kullanarak kaslı bedensel sermayeye erişmelerini “takdir edilesi” büyük bir başarı olarak betimlemektedirler. Zira kadınlar spor alanında ancak erkeksileştikleri ya da dişiliklerini ön plana çıkardıkları zaman bir özne olarak var olabilmektedirler (Talimciler, 2016: 43). Fakat erkekler her ne kadar kaslı kadın bedenine başarı anlamı yükseler de, kadın sporcuları bu kez bedensel olarak yeterince “kadın olamadıkları” için alanda marjinalleştirmektedirler. Çünkü vücut geliştirme alanında steroid kullanımı erkekler için meşru bir pratik olarak görülmekte; aynı amaç doğrultusunda steroid kullanan kadınların “doğallıktan” uzaklaştıkları (Shilling ve Bunsell, 2009: 147) düşünülmektedir. Burada kast edilen “doğallık” bir anlamda zayıflık ve sıklık ile temsil edilen ideal kadın bedeni imgesine işaret etmektedir (Roussel ve Griffet, 2000: 130). Aşağıdaki alıntılar, katılımcıların kaslı kadın bedenini vücut geliştirme alanında saygı duyulması gereken görece “başarılı” bir simge olarak görseler de vücut geliştirmeci kadınların ödedikleri bir takım “kadınlık bedelleri” olduğunu vurgulayarak kadınları dışladıklarını göstermektedir:

“... yani ben de beğenmiyorum iri vücutlu, yani kaslı vücutlu bayanları. Ama müthiş saygı duyuyorum. Çünkü o nelerden geçmiş, herkesin *iğrençlik sembolü* olma riskini göze almış, belki *kadınlığından vazgeçmiş* anlatabiliyor muyum ama müthiş bir çabayla erkeklerden daha fazla çabayla çünkü onlarda testosteron yok bayanlarda. Kası yapan da testosterondur. Olmadığı halde böyle bir çabayla erkeklerden çoğu erkekten daha iyi duruma gelmişler. Ona muazzam bir saygı duymak lazım bize de beğenmeyenler de bize saygı duyuyordur (Bünyamin).”

“Hocam şimdi vücut geliştirme dediğin kas geliştirme yani testosteron. Bayanlarda bu haliyle az olduğu için erkek daha yatkın vücut geliştirmeye. Zaten kadın daha az var vücut geliştirmeci, işleri bizden daha zor. Yani olmak istiyorsan *bazı şeylerden feragat etmen lazım, kadınsan kadınlığın gibi!* Hocam yani kas geliştirmek için dışarıdan kadının testosteron alması lazım. Onu alınca da vücutta birçok değişiklik oluyor o yüzden kadınsılığı belli bir miktarda gitmiş oluyor (Baran).”

“Onların [kadın vücut geliştirmecilerin] işi daha zor, daha çok tepki oluyor, daha çok hani dışarıdaki insanlar daha farklı bakıyorlar... İllaki dışarıdan [testosteron türevleri] almaları gerekiyor, genel olarak ses tonu olsun, yüzü olsun yapısı olsun değiştiriyor sesi ister istemez. Yani *her şeyi göze alarak* yapmak çok zor (Berkay).”

Yukarıdaki alıntılarda görüldüğü gibi, vücut geliştirmeci kadınların ödedikleri bedeller katılımcılar tarafından çok ağır, ödenmesi çok zor olan bedeller olarak görülmektedir. Bu perspektif, kadın bedeninin kendi niteliklerini kaybederek erkeğe benzemesini “iğrençlik” olarak görürken toplumsal cinsiyet kalıp yargılarını yeniden üretmektedir. Aynı yargıları bu kadınlara “müthiş saygı” duyarak da pekiştirmektedir çünkü sonuçta kadınların benzemeye, edinmeye çalıştığı kaslı beden gücün, erilliğin, kadından “daha üstün” olduğu varsayılan bir beden, bir fiziksel ve kültürel statünün sembolüdür. Türk sinemasında “Şoför Nebahat” olarak bilinen karaktere benzer şekilde erkeklerin hâkim olduğu bir alana girmeye çalışmak bir kadına saygı duyulacak bir “amaç” kazandırmakta, ancak bu alana girmenin bedeli kadınlıkla özdeşleştirilen bazı özellikleri geride bırakmak olmaktadır. Vücut geliştirme örneğinde bu bedelin çok ağır bulunmasının, katılımcıların ifadeleriyle “her şeyi göze almak”, “kadınlıktan feragat etmek” olarak görülmesinin ardında kadının temel rolünün annelik ve ev kadınlığı olduğu varsayımının yattığı söylenebilir. Asli görevi çocuk doğurup büyütme olan kadının bu süreçte doğurganlığını tehlikeye atmaması ve erkekleri cinsel olarak cezbedecek fiziksel niteliklere sahip olması beklenmekte, vücut geliştirmenin ise bu özellikleri yitirmeyi beraberinde getireceği düşünülmektedir.

Erkeklerin vücut geliştirme alanını erkek biyolojisinin “üstünlüğü” karşısında kadın biyolojisinin “güçsüz” yapısını kaynak göstererek korumaları, söz konusu erkeklerin vücut geliştirme pratiklerine yükledikleri anlamlarda da görülmektedir. Vücut geliştirme sporunda uygulanan antrenman biçimleri temel olarak serbest ağırlıklar ve makineler ile çalışma şeklinde ikiye ayrılmaktadır (Kaplan, 2016: 9). Serbest ağırlıklar ile çalışma pratiğini vücut geliştirmenin “olmazsa olmazı” olarak gören katılımcılar, bu uygulama dışında çeşitli makinelerle çalışmayı çoğunlukla işlevsiz bulmaktadırlar. Steroid kullanımı gibi serbest ağırlıkla çalışma da katılımcılar için doxadır ki bu bulgu çeşitli çalışmalarla da (Karaçam, 2015; Wiegers, 1998) desteklenmektedir. Serbest ağırlıkların daha riskli bir pratik olduğu göz önünde bulundurulduğunda, erkeklerin serbest ağırlık çalışmasını vurgulamalarının yalnızca vücut geliştirmede amaçlanan bedensel sermayeyi elde etmekle ilgili olmadığı, aynı zamanda alanı erilleştirme stratejisinin bir parçası olduğu söylenebilir. Nitekim hegemonik erkeklik kurgusu güçlü irade, bedensel dayanıklılık ve risk alma davranışı temelinde kurulmakta (Higate ve Hopton, 2005); bu bağlamda serbest ağırlıklar ile antrenman yapma erkeklerin kendilerini bir “erkek” olarak sunabilecekleri, alanda bir iktidara sahip olabilecekleri bir performansa dönüşmektedir. Söz konusu erkeklik performansı serbest ağırlık antrenmanlarından özellikle

bench press (yatarak halter kaldırma) hareketinde daha yoğun bir biçimde gözlenmektedir (Karaçam, 2015; Wiegers, 1998). Aşağıdaki alıntılarda görülebileceği gibi katılımcı erkekler kadınların bedensel olarak “güçsüz” olmaları nedeniyle *bench presse*, dolayısıyla vücut geliştirmeye “uygun” olmadıklarını düşünmekte, kendilerini ise sahip oldukları “genetik avantajlar” temelinde alanın “doğal” sahipleri olarak görmektedirler:

“...Ben hiç *bench* yapan kadın rastlamadım barbelle [halterle]. Çünkü o demir zaten 18,5 kilo. Şimdi bir kadın beş kiloyu kaldıramazken onu nasıl kaldırsın? Altında kalır yani (Ahmet).”

“Yani bilinen bir şeydir zaten. *Bench press* ve *squat* [çömelerek yapılan bir egzersiz] bu sporun vazgeçilmezidir. Biz bayanlara genellikle zorunlu olmayan durumlarda makineyi öneririz. Çünkü boş *bench* barı 20 kg zaten (Bünyamin).”

“*Bench press* kardeşim sana en çok her anlamıyla en çok kas kazandıran harekettir ama *bench* yapmazsan gidip makine ile yaparsan kasların büyümmez o kadar! Neden *bench* diye sorarsan kardeşim *benchte* yardımcı kaslar da devreye girer ve o nedenle kası daha fazla dejenere edersen büyütürsün. *Bench press* kadınlarda çok dengesi falan olamaz, yani kadınlara daha çok makinede *press* yaptırırız, yani sporda böyledir bu. Genellikle göğüs yapacaksa daha çok makineler kullanılır yani (Hakan).”

Kadınların bu “uygun” olmama durumu katılımcılara göre yine büyük ölçüde kaçınılmaz biyolojik zorunluluklarla (Sancar, 2013), özellikle de östrojen hormonuyla ilişkilidir. Örneğin aşağıdaki alıntıda katılımcı, kadınların östrojen hormonu nedeniyle vücut geliştirmeye uygun olamayacaklarını; hatta kadınların östrojen seviyelerinin artması ile birlikte çok daha “güçsüz” kalacaklarını, dolayısıyla erkekler kadar yoğun antrenmanlar yapamayacaklarını varsaymaktadır. Bu alıntıda görüldüğü üzere östrojen ve menüstrasyon gibi kadınlara ait biyolojik özellikler vücut geliştirmeci erkeklere göre vücut geliştirmenin önündeki kaçınılmaz engellerdir ve kadınların alandan dışlanmasının temel nedenlerindedir:

“Senin bir kere menstruasyon döngün var şimdi adet dönemlerinde zaten östrojenin hat safhaya çıkıyor, deli gibi su tutuyorsun, ağrıların ona göre oluyor. Zaten bir kadın normal adet dönemindeyken bile ona göre bir sıkıntı yaşıyor psikoloji çöküyor şimdi sen bunun üzerine gideceksin şey yapacaksın antrenman yapacaksın yani bir erkek tabi ki daha avantajlı.” (Efe)

Araştırma kapsamında elde edilen bulgular erkeklerin kadınları biyolojik özellikleri ve beden yapıları üzerinden vücut geliştirmeden dışladıklarını ve vücut geliştirmeyi eril bir alan şeklinde muhafaza ettiklerini göstermektedir. Bununla birlikte bulgular bu dışlanma ilişkisinin yalnızca vücut geliştirme sporu ile sınırlı olmadığını göstermektedir. Nitekim erkekler vücut geliştirme başta olmak üzere pek çok spor dalının biyolojik yapılarına istinaden kadınlara “uygun” olmadığını belirterek, kadınların spor alanındaki “öteki” konumlarını pekiştirmektedirler. Çünkü spor alanına hâkim olan görüş kadın ve erkek arasındaki farklılıkların biyolojik farklılıklardan kaynaklı olduğu görüşüdür (Sancar, 2013: 254). Sporun erkek bedenini merkeze alarak büyük ölçüde erkek bedenine ait bir kabiliyet olarak görülme eğilimi taşıması ve kültürel olarak disiplin, güç, dayanıklılık gibi hegemonik erkeklige atıf yapılan özellikler çerçevesinde tanımlanması (Koca ve Bulgu, 2005: 165) sporun bir erkeklik alanı olarak kurgulandığını göstermektedir. Alanın sahipleri olan erkekler, alanın yabancı ve tehditkâr aktörleri olarak gördükleri kadınlara karşı çeşitli refleksler geliştirmekte ve spor alanını testosteron hormonuna atfedilen saldırganlık, dayanıklılık, rekabetçilik, kararlılık gibi özellikler ile tanımlayarak sporu eril bir alan olarak muhafaza etmeye çalışmaktadırlar.

Bu duruma işaret eden ifadelerden bazıları aşağıda verilmektedir:

“Vücut geliştirme dışında erkekler için uygun olan ise aslında *tüm spor aslında erkekler içindir*. Yani tüm branşlar erkekler için yapılmıştır. Olimpiyatlar bile önce erkekler için kurulmuş sonra bayan kategorisi açılmıştır. Onun için sporların hepsi erkekler için uygundur. Neden? Çünkü herkesin şeyi farklıdır yani fiziği hormonları olsun. Uzun kas var kısa kas var uzun boy var. Bedensel anlamda ve yeteneksel anlamda çok farklılık gösteriyor tabii erkekler ve kadınlar.” (Bünyamin).

“Erkekler biraz daha hani *doğası gereği güçlü olduğu için güçlü olmak duygusu hâkim olduğu için* daha çok spor yapar zaten. İçinde güçlü olma duygusu var (Baran).”

“Erkekler daha çok bu spora yöneliyor yani bu testosteron ile alakalı bir şey. Genellikle insanlar şuna çok fazla alınırlar ister Türkiye’de ister dünyada kadınsa yapmaz. Aslında bu algının oluşmasının sebebi bizler *hormonsal varlıklarız aslında, robot gibiyiz*. Bu sebepten dolayı vücudunuzda testosteron varsa eğer bir kadına göre yani mesela bir kadına yüksek derecede testosteron verirseniz daha çok agresifleşir, daha çok spora katılma isteği duyar bunun deneyleri bile yapılmıştır. Bununla ilişkili bu evet daha çok erkekler yapar bu sporu sebebi ise vücutlarında var olan testosteronun oluşması. Yani testosteronun üzerindeki baskısıyla birlikte erkekte agresiflik oluşuyor, hareket oluşuyor entropi ile ilgili yani. Ne kadar artarsa kişi o kadar kararlı hale geliyor. Vücutta var olan enerji vardır, bu enerji dolmaya başlar dolduktan sonra kararlı hale gelir. Bu entropiye galaksiler dayanamaz, yani kimse kaçamaz. Bu sebepten insanlar da kaçamaz yani testosteronla ilgili yani bu sebeple erkekler daha fazla vücut geliştirme yapar... *Yoksa bu şu değildir ataerkil toplum yani bu sebepten dolayı böyle değildir*. Mesela kadınların da aynı şekilde yatkın olduğu çok daha erkeklerden yatkın olduğu yönetimi ele aldıkları birçok konu var. Yani bu tamamen hormonlarla alakalı bir şey diye düşünüyorum (Efe).”

Kültürel Koruma Stratejileri

Vücut geliştirmeci erkeklerin alandaki hâkim konumlarını koruma stratejilerinden ikincisi kültürel olarak erkeklere biçilen ideal roller ile ilişkilidir. Bir yandan kaslı ve atletik bir bedenle (Türk, 2008: 122) ilişkilendirilen hegemonik erkeklik aynı zamanda iradeli, disiplinli, kararlı, cesaretli, şerefli, çalışkan olma; risk almaktan ya da rekabetten kaçınmama, duygularını belli etmeme gibi çeşitli psikolojik özellikler ve davranış örüntüleri ile temsil edilen bir ideal tiptir (Sancar, 2013). Hegemonik erkeklik her şeyden önce temel olarak bir kadınsılıktan, kadınsı olan her tür nitelikten kaçınmayı içerir (Seidler, 1994). Hegemonik erkekliğin zıttı olarak kadınlığın ise çekimsizlik, uzlaşmacılık, duygusallık ya da cesaretsizlik gibi özellikler barındırdığı (Sancar, 2013: 29) varsayılır. Hegemonik erkekliğin ve kadınlığın bu nitelikleri taşıdığı cinsiyet temsilleri, erkek egemen toplumsal cinsiyet düzeninde çeşitli söylem mekanizmaları ve kurum işleyişleri aracılığı ile yeniden üretilmektedir. Bu noktada toplumsal bir kurum olarak sporun rolü yadsınmaz ölçüde büyüktür. Spor sağlık için yapılan bir aktivite olmaktan öte rekabet, hırs, güç, disiplin gibi hegemonik erkeklik özellikleriyle ilişkilendirilen (Koca ve Bulgu, 2005), erkek referansları ile dolu bir alandır (Clarke ve Clarke, 1985: 67). Bu durum sporun toplumsal anlamlarını şekillendirmekte; spor, toplumsal cinsiyet eşitsizliklerini sürdürmede asli görevi üstlenmektedir. Özellikle vücut geliştirmede yer alan erkekler hegemonik erkeklik özelliklerine, dolayısıyla eril bir alan olarak sporun *doxalarına* verdikleri referanslar ile kendilerini alanda iktidar konumunda nitelemektedirler.

Kültürel koruma stratejileri temasının altındaki ilk kategori, erkeklerin vücut geliştirme alanını hegemonik erkekliğe atfedilen disiplin, sıkı çalışma, irade gibi özellikler (Sancar, 2013) temelinde tanımlayarak kadınları söz konusu özelliklere sahip olamadıkları gerekçesiyle ikincilleştirmeleridir. Bulgulara göre kültürel koruma stratejileri açısından ön plana çıkan temel

doxa disiplin ve iradedir. Konu hakkında farklı yıllarda yapılan çalışmaların bulguları da vücut geliştirmeci erkeklerin vücut geliştirme sporunu disiplin, irade ve sıkı çalışma gibi hegemonik erkeklik özellikleri ile tanımladıklarını göstermektedir (Karaçam, 2015; Wieggers, 1998). Bu tanımlama biçimi erkekler için vücut geliştirmenin bir erkek alanı olarak görüldüğünü ve hegemonik erkekliğin kültürel özelliklerinin alanı kadınsızlaştırmak için bir araç olarak kullanıldığını göstermektedir. Zira aşağıdaki alıntılarda örnekleri görülebileceği gibi birçok katılımcı kadınları bedensel olarak “güçsüz” olarak gördükleri gibi psikolojik olarak da “iradesiz” görmekte; bu nedenle kadınların vücut geliştirmeye “uygun” olmadıklarını belirtmektedir:

“Azim, hırs, istikrar! Bu üç kelimeyle tanımlanabilir [vücut geliştirme]. Saygı ve güven aynı zamanda. Bak saygı kendi vücuduna duyduğun saygıdır, güven de senin vücuduna duyduğun güvendir... Tembellik bence uyuşukluk! *Kadınların yapmaması yani hem tembellik hem korku hem de yatkın da değiller gerçekten*. Kadının iki korkusu var bir de hem kas yapmak hem de yapamam korkusu yani kadınlar cesaretsizler sporda. Yapamam korkusu var... İki tip korku olduğu için kadınlarda yani. Erkekler daha yatkın çocukluktan bu yana babadan gelen, liseden gelen kavgalardan falan çıkıyor o cesaret duygusu, ama kadınlarda olmadığı için başlayamıyorlar (Ahmet).”

“Vücut geliştirme sanat benim için. Bizde vücudumu şekillendiriyoruz sonuçta, vücuduma şekil veriyorum, heykeltıraş gibi düşün. İstikrar yoksa disiplin yoksa olmuyor bu iş... Kadınların az olması işlerine geliyor yani çünkü zor bir iş bu (Berkay).”

“...bizim Türk kızlarında kadınlarında *tembellik var zaten ondan hiç spor yapmaz*. Spor kültürleri, sporcuları zaten yok bayanlarda (Selim).”

Katılımcılar kadınların vücut geliştirme konusunda gerekli hırs ve azme sahip olmadığı konusunda hemfikirlerse de bazı katılımcılar arasında kadınların bu spora daha fazla katılması gerektiğini düşünenler de vardır. Bu düşünce içerik olarak biyolojik koruma stratejilerinde steroid kullanan kadınlara fedakârlıklarından ötürü duyulan saygıya benzemektedir. Erkekler hegemonik erkekliğin kültürel formu üzerinden kurdukları hiyerarşide kadınlara ait olan nitelikleri daha düşük statüde görmekte ve kadınsı olmayan niteliklere ulaşmayı da makul bir hedef olarak sunmaktadırlar. Örneğin, aşağıdaki alıntıda vücut geliştirmeciler bütünsel bir şekilde erkekler olarak düşünülmede, gün yapmak, tatlı ve hamur işi yemeyi sevmek hem bütün kadınlara genellenmekte, hem de “olması gerekenin” önündeki engeller, disipline olmayı önleyen zayıflıklar olarak görülmektedir:

“Her salonda normalde bayan sayısı az, her yerde bayan sayısı az. Bayanlar spor yapmayı sevmiyorlar çünkü bayanlar daha çok *gün* yapmayı seviyorlar. *Bence bayanların daha fazla bu spora katılmaları gerekiyor*. Spora katılmıyorlar çünkü onlara yapmamaları gereken şeyleri söylüyoruz. Onlar *tatlı yemeyi seviyorlarbiz yemeyin diyoruz. Hamur işi yemeyi seviyorlar biz yemeyin diyoruz* (Erhan).”

Kültürel koruma stratejileri teması altındaki ikinci kategori, toplumsal olarak idealize edilen kadın bedeni imgesi ile ilişkilidir. Beden imgesi bedeninin görünümü ve şekline dair geliştirilen tutumları kapsamaktadır (Tiggemann, 2004: 29). Bu anlamıyla toplumsal bir inşa olan beden imgesi bireyin kimliğini yansıttığı bir aynadır (Featherstone, 2010: 194). Biyolojik koruma stratejisi temasında vücut geliştirmeci erkekler kadınları biyolojik olarak “güçsüz” oldukları gerekçesiyle alana “uygun” görmezlerken; kaslı kadın bedenini çoğunlukla steroidler ya da bir takım kimyasal maddeler ile elde edilen bir beden olarak görmekte ve ikincilleştirmektedirler. Bazı erkekler her ne kadar kaslı kadın bedenini bir “başarı” simgesi olarak yorumlasalar da, bu başarının ölçütünün kadının erkeksileşmesi yoluyla oluşturulduğu görülmektedir. Vücut geliştirmeci kadınlar alandan yalnızca biyolojik beden üzerinden dışlanmamakta, kültürel olarak idealize edilen kadın bedeni imgesi ve toplumsal beğeni temelinde de marjinalleştirilmektedirler.

Bedenin kültürel beğeninın cisimleştiği bir imge olduğu bilgisi ışığında (Shilling, 2003: 112), kaslı kadın bedeni, kültürel olarak güzellik ideali etrafında kurgulanan zayıf kadın bedeni (Gülkaya Timururkan, 2009) karşısında “beğenilmeyen” konumda yer alan bir temsil biçimidir. Zira toplumsal cinsiyet düzeni erkeklere atfettiği güçlülük, saldırganlık, aktiflik gibi rolleri gerçekleştirecek kaslı bir beden imgesi sunarken, kadınlar sahip oldukları özelliklere istinaden ince ve zayıf bir beden imgesi ile temsil edilmektedirler (Roussel ve Griffet, 2000: 130). Dolayısıyla kaslı kadın bedeni toplumsal cinsiyet normlarını çiğneyen bir imgeye karşılık geldiğinden, kültürel olarak dışlanmakta ve aşağılanmaktadır (Shilling ve Bunsell, 2009). Örneğin, yakın geçmişte Tutya Yılmaz isimli kadın sporcu, sosyal medyada paylaştığı bir fotoğrafın ardından “kas yığını” ve benzeri ifadelerle eleştirilmiş, cinsiyetçi bir söyleme maruz kalmıştır (Şubatlı, 2019). Her ne kadar vücut geliştirme kaslı bedensel sermayenin hâkim olduğu ve söz konusu bedensel sermayenin saygı gördüğü bir alan olsa da, vücut geliştirmeci erkekler kaslı kadın bedenini kültürel beğeni temelinde ikincilleştirerek vücut geliştirmeyi bir “erkek” alanı olarak muhafaza etmektedirler. Biyolojik koruma stratejilerinde kadınların vücut geliştirmeyle doğurganlıkları ve biyolojik yeniden üretim potansiyellerini “feda” edecekleri iddiasını üreten bu perspektif, kültürel koruma stratejisinde de elde edilen kaslı bedenin ataerkil toplumun erkek üyelerinin “beğenisine” uymadığını vurgulamaktadır:

“Baktığın zaman çok mantıklı mı bir kadının vücut geliştirme yapması? Kesinlikle değil... Kadının spor yapması iyi bir şey ama kadının vücut geliştirme yapıp ağırlık kaldırması bence çok mantıklı değil. Vücut geliştirme yapan erkeklerin %85’i, %90’ı zaten bu şekilde düşünüyor, kalan %10’luk ise kadınların vücut geliştirme yapabileceğini düşünür. Yani omuzlar çok geniş, göğüs çok geniş falan bu da kadınlarda *hoş duran* şeyler arasında bulunmuyor (Ceyhun).”

“Vücut geliştirmeci kadının az olmasının sebebi zaten bu aşırı vücut geliştirmiş boyutlardaki kadınların beğenilmemesi, daha erkeksi bir görüntüye sahip olmaları diye tanımlanan kadınlardır bunlar. Kadınlıkları kalmadığı için vücut geliştirme yapmazlar yani. Öncelikle yakışmış ya da yakışmamış diye değerlendirmek çok öznel bir yargıdır, doğru olmaz genel konuşmam ama. Baktığın zaman evet çoğu erkeksi görüntü *kadınlarda erkeksi bir görüntü oluşuyor ve açıkçası benim de çok beğendiğim bir durum değil...* Kadınların daha ziyade kendi cinsiyetini yansıtmaları bana daha doğru geliyor. Çünkü evet vücut geliştirme yapıldıkça, fazla kaslı bir görüntüye sahip olundukça görüntü daha erkeksi olur (Doruk).”

“Şimdi vücut geliştirmeci kadın İstanbul’da çok var, Ankara’da çok var. Çok iri insanlar yani. Ama öyle kafayı takmışlar ki yani ilaç kullanmaktan artık sakalları çıkıyor yani o tarz! *Kendilerini çok seksi zannediyorlar ama öyle değiller* [gülüyor]. Yani olur mu değişik bir şey kardeşim onlar artık sesi erkek sesi gibi olmuş, yani *kadınlığı yavaş yavaş gitmeye başlamış* maalesef böyle tipler var. Yapmamalılar yani kadınlar vücut geliştirmeyi profesyonel olarak (Hakan).”

Bu bulgular kaslı kadının bedeninin toplumsal cinsiyet düzeninde bir “sapma” olarak görüldüğünü (Shilling ve Bunsell, 2009) göstermekte; erkekler bu durumu vücut geliştirme alanını erilleştirmek amacıyla vurgulamaktadırlar. Bununla birlikte kültürel olarak her iki cinsiyete atfedilen “ideal” beden imgeleri temelinde erkekler vücut geliştirmeye dair kadınlıkla ilişkili ve erkeklik ile ilişkili dallar belirlemekte ve özellikle klasik vücut geliştirme ile kadın bedeni arasında keskin sınırlar çizmektedirler. Bu durumu gösteren ifadelerden bazıları şöyledir:

“Fitness için uygundur bayanlar da, fitness yapabilir, çok da yakışır. Podyum anlamında yapan sporcu bayanlar çok şık oluyor bence. Evet, *bikini fitness* [feminen görüntüyü koruyarak kas geliştirilen bir dal] anlamında. Kesinlikle sporcu anlamında ve seksapalite ve dış görünüş anlamında çok şık duruyor bayanlara. Yani bir defa estetik isteyen, çok fazla zarafet isteyen bir spor, zarafet dediğin şey de erkeklerde yok yani, bayanlarda var onun için (Bünyamin).”

“... Bayanlar vücut geliştirme değil yani fitness sporuna yatkın. Çok ağır olmadan, ufak ağırlıklarla yapabilecekleri görüntüsünü koruyabileceği bir fitness öyle söyleyeyim (Ceyhun).”

“Ama aslında yani bayan vücudu normalde vücut geliştirme konusunda çok yatkın değil yani. Ama yapılan branşlar var mesela wellness, bikini fitness yarışmaları var bayan vücudu oraya uygun. Ama daha üst düzey yarışmalara uygun değil yani daha kaslı olabilecek bayanlar body fitness yarışmaları olur bayanlar açık siklet olur yani onlara uygun değil (Erhan).”

Kadınların spor alanında var olabilmeleri ya dişiliklerini ön plana çıkarmaları ya da erkeksi bir şekilde davranmaları ile mümkündür (Talimciler, 2016: 52). Örneğin kadın dişiliğinin vurgulandığı vücut geliştirme dallarından biri olan bikini fitnesste yarışan kadınlar (Aspridis, O’Halloran ve Liamputtong, 2014: 24) toplumsal onay alabilirken; klasik vücut geliştirme gibi kas hacminin ön planda olduğu dallarda yer alan kadın vücut geliştirmeciler toplumsal cinsiyet kimliklerinden bir “sapma” olarak algılanmaktadırlar (Shilling ve Bunsell, 2009). Araştırmanın bulgularının da işaret ettiği üzere, vücut geliştirme dallarından biri olan fitness, wellness ya da bikini fitness toplumsal olarak kurgulanan güzellik ideali temelindeki zayıf ve sıkı kadın bedeninin (Gülkaya Timurturkan, 2009) yer alabildiği dallardır. Bunun aksine klasik vücut geliştirme dalı tıpkı tarihsel seyrinde olduğu gibi kaslılık, güçlülük, rekabet, hırs, disiplin ve sıkı çalışma gibi geleneksel olarak erkeklığe atfedilen özellikleri yoğun bir biçimde barındıran; erkeklığı hem biyolojik hem de kültürel olarak inşa eden bir alandır. Dolayısıyla her iki cinsiyet arasındaki bedensel farklılıkları kültürel olarak onaylayan vücut geliştirme ya da özel olarak klasik vücut geliştirme bu yönüyle erkek egemenliğini yeniden üreten; kadınların ikincil pozisyonlarını sürdüren bir alana tekabül etmektedir.

SONUÇ

Bu çalışma temel olarak kendilerini vücut geliştirmenin asli eyleyicileri olarak gören erkeklerin hangi stratejiler aracılığı ile bu alanı erilleştirdiklerini incelemeyi amaçlamıştır. Bulgular, vücut geliştirmenin bir erkek alanı olarak muhafaza edilmesinde hem biyolojik hem de kültürel referansların kullanıldığını göstermektedir. Biyolojik erilleştirme stratejileri bağlamında erkekler sahip oldukları testosteron hormonu sayesinde kendilerini vücut geliştirme alanının “doğal” sahipleri olarak görmekte, vücut geliştirmenin “ön gerekliliklerini” erkeklerin bedenlerinde bulunan biyolojik özellikler ile ilişkilendirmektedirler. Bu çerçevede kadınları biyolojik nitelikleri, özellikle östrojen hormonu nedeniyle vücut geliştirme için “yetersiz” ve “güçsüz” olarak etiketlendirmekte ve kadınların kaslı bir bedene sahip olmalarını mümkün görmemektedirler. Böylece erkekler erkek bedenini ve bu bedenin sahip olduğu biyolojik “üstünlüğü” kaynak göstererek kadın bedeninin “doğal” olarak vücut geliştirmeye uygun olmadığını belirtmekte ve kadın bedenini biyolojik olarak ikincilleştirmektedirler.

Genel olarak vücut geliştirmeyle profesyonel düzeyde ilgilenen katılımcı erkekler yaygın olarak steroid kullanmalarına rağmen vücut geliştirme alanında kaslı bedensel sermayeye erişen, dolayısıyla vücut geliştirme alanında “başarıyı” yakalayan kadınlar, kendileri de steroid kullanan bu erkeklerin gözünde bu bedene ancak steroid veya uyarıcı gibi kimyasal maddelerin kullanımıyla erişebilen bireyler olarak kalmaktadır. Kısacası kadınlar da erkekler de steroid kullanmakta, ancak kaslı bedene erişen kadın olduğunda bedene steroidler sayesinde, erkek olduğunda ise hırs, disiplin ve sıkı çalışma gibi hegemonik erkeklığın kültürel normları sayesinde eriştiği düşünülmektedir. Katılımcı erkekler bu özellikleri, kadınlara oranla daha

yüksek düzeyde sahip olduklarını varsaydıkları testosteron hormonu sayesinde edindiklerini düşünmektedir. Katılımcı erkeklerin doğuştan sahip olduklarını düşündükleri bu özellikler vücut geliştirmeyi bir erkeklik alanı olarak inşa etmekte; söz konusu alanda östrojen tabii konuma itilmektedir. Dolayısıyla vücut geliştirme alanında başarıyı simgeleyen ve alanda değer gören kaslı beden, kadınların erişebildikleri bir sermaye türü olduğunda kadınların erişemeyecekleri bir erkeklik sermayesine dönüşmektedir. Kaslı kadın bedeni bazı erkekler tarafından alanda “saygı” duyulan bir sermaye olsa da, vurgu daha çok kadının erilleşmesi bağlamında olmaktadır. Zira katılımcılara göre vücut geliştirmeci kadınlar vücut geliştirme alanında başarıyı simgeleyen kaslı bedensel sermayeye erişebilmek için erkeksi bir görünüme sahip olmak zorundadırlar. Bu anlamıyla buradaki “saygı” somut olarak kaslı kadın bedenine yönelik değil, kaslı bedensel sermayenin üzerinde taşıdığı erkeklik simgesine yöneliktir.

Erkeklerin vücut geliştirme alanını erilleştirmek için kullandıkları bir diğer strateji ise, erkek egemen toplumsal cinsiyet düzeninde kültürel olarak her iki cinsiyetle ilişkilendirilen psikolojik ve bilişsel özelliklere verdikleri referanslar üzerinden kurulmaktadır. Bu doğrultuda erkekler vücut geliştirme sporunu disiplin, irade, hırs, başarı, sıkı çalışma gibi kültürel olarak hegemonik erkeklığe atfedilen özellikler çerçevesinde tanımlamakta; söz konusu özelliklere sahip olamadıkları gerekçesiyle kadınları alandan dışlamaktadırlar. Böylece vücut geliştirmenin çevresinde tanımlandığı bu özellikler kültürel olarak kaslı erkek bedeninde cisimleşmekte; kaslı erkek bedeni iradenin, sıkı çalışmanın ve disiplinin bir göstergesi haline gelmektedir. Güçsüzlük ve narinlik gibi kadınlara atfedilen kültürel özellikler ise güzellik ideali etrafında biçimlenen kadın bedeninde cisimleşmektedir. Bu kapsamda vücut geliştirmeci erkekler özellikle klasik vücut geliştirme alanında yer alan kadınların bedenlerini bir sapma olarak görmekte; kaslı kadın bedeni toplumsal cinsiyet düzeni referans gösterilerek ötekileştirilmektedir. Bunun yerine erkekler kadınları toplumsal cinsiyet kimlikleriyle “uyumlu” olan fitness ya da wellness gibi kadın bedeninin dişiliğine vurgu yapan vücut geliştirme dallarına uygun görmekte, klasik vücut geliştirmeyi bir erkek alanı olarak muhafaza etmeye çalışmaktadırlar.

Sonuç olarak ortaya çıktığı dönemden itibaren erkeklik kimliği ile ilişkili olan vücut geliştirme, günümüzde de erkeklerin yoğun olarak katıldıkları bir pratik olarak erkeklik kimliğinin inşasında önemli bir araç konumundadır. Vücut geliştirmenin erkeklik kimliğini inşa eden bir pratik olabilmesini sağlayan dinamik ise hegemonik erkeklığe dair özellikler barındırmasıdır. Zira vücut geliştirme hegemonik erkeklığın hem bedensel hem de kültürel temsillerini içinde barındırmakta; bir yandan kaslı bedene sahip bir erkek olmayı, bir yandan da acılara göğüs geren, başarılı, disiplinli bir erkek olabilmeyi de sağlamaktadır. Bu yönüyle tarihinin bazı dönemlerinde erkeklik krizine verilen bir tepki olarak görünürlüğünü arttıran vücut geliştirme, kadınların bu alanda daha fazla yer almalarıyla birlikte yeni bir krizin eşliğinde olabilir. Nitekim vücut geliştirmeci kadınlar bir anlamıyla alanın doxalarını sarsmaktadırlar. Vücut geliştirmenin çeşitli stratejiler aracılığıyla bir erkek alanı olarak muhafaza edilmeye çalışılması göstermektedir ki spor, özellikle de vücut geliştirme erkek bedenini merkeze alarak kadın bedenini ikincilleştirmeye, biyoloji odaklıymış gibi görünen bir dışlama süreciyle toplumsal cinsiyet eşitsizliklerinin kültürel ve toplumsal kaynaklarını gizlemeye devam etmektedir.

Kaslı erkek bedeni hegemonik erkeklığın iktidarının fiziksel simgesi olarak görüldüğü için biyolojik engelleri aşarak bu hedefe ulaşan kadınlar bu sefer de kültürel engellerle karşılaşmakta, ulaştıkları beden erkeksi olduğu ve kültürel kodlara uymadığı için aşağılanmaktadır. Kısacası hedeflenen bedensel sermaye erkek iktidarının gücünü temsil ettiği için kadınların bu hedefi amaçlamaları saygı görmekte, ancak hedefe ulaştıklarında bu amaç için feda etmeleri gereken

niteliklerinden yoksun kaldıkları için aşağılanmaktadır. Bu durum, erkeklerin kendi bedensel sermayelerini ve bu sermaye üzerinden elde etmeyi umdukları statüyü korumaya çalıştıklarını, kadınların bu hedefe yönelmemesini istediklerini göstermektedir. İster kadınlığın biyolojik nitelikleri üzerinden, ister ideal kadın bedenine yüklenen kültürel anlamlar üzerinden olsun, kadınların bu alanın dışında bırakılmaya çalışılması aslında konunun vücut geliştirme sporunun fiziksel nitelikleriyle değil, hegemonik erkekliğin kültürel egemenliğinin korunması ve sürdürülmesiyle ilgili olduğunu göstermektedir. Bu yönüyle vücut geliştirme alanında kadın aktörlerin daha fazla sayıda yer almaları gelecekte cinsiyet temsillerine ilişkin kalıplaşmış yargılarının kırabileceğine de işaret etmektedir. Bu alanda yapılacak olan araştırmalar için konunun toplumsal cinsiyet perspektifinden ele alınması, yaşayanların deneyimlerine odaklanan, derinlemesine anlamaya yönelik çalışmaların yapılması, ayrıca günümüzde sayıları hızla artan kadın vücut geliştirmecilere odaklanması önerilir. Vücut geliştirme sporuyla ilgili yapılacak olan bu tarz çalışmaların artması spor, toplumsal cinsiyet ve kimlik arasındaki ilişkilerin daha iyi anlaşılmasını sağlayacaktır.

KAYNAKLAR

- Andreasson, J., & Johansson, T. (2014). The fitness revolution. Historical transformations in the global gym and fitness culture, *Sport Science Review*, 23(3-4), 91-112. DOI: 10.2478/ssr-2014-0006.
- Aspridis, A., O'Halloran, P., & , P. (2014). Female bodybuilding: Perceived social and psychological effects of participating in the figure class. *Women in Sport and Physical Activity*, 22, 24-29. DOI: 10.1123/wspaj.2014-0008.
- Bocock, R. (2014). *Tüketim* (4.baskı). Ankara: Dost.
- Boni, F. (2002). Framing media masculinities: men's lifestyle magazines and the biopolitics of the male body. *European Journal of Communication*, 17(4), 465-478. DOI: 10.1177/02673231020170040401.
- Boon, K. A. (2005). Heroes, metanarratives, and the paradox of masculinity in contemporary Western culture. *The Journal of Men's Studies*, 13(3), 301-312. DOI: 10.3149/jms.1303.301.
- Bordo, S. (2003). *Unbearable weight: Feminism, western culture and the body*. Los Angeles: University of California Press.
- Boswell, R. (2016). Bodybuilding as identity in South Africa. *African Identities*, 14 (4), 384-395. DOI: 10.1080/14725843.2016.1195250.
- Bourdieu, P. (2006). *Pratik nedenler*. (Çev: H. Uğur Tanrıöver). İstanbul: Hil.
- Bourdieu, P. (2015). *Eril tahakküm*. (Çev: B. Yılmaz). İstanbul: Bağlam.
- Bourdieu, P., ve Wacquant, L. (2003). *Düşünümsel bir antropoloji için cevaplar*. (Çev: N. Ökten). İstanbul: İletişim.
- Boyle, E. (2010). Marketing muscular masculinity in Arnold: The education of a bodybuilder. *Journal of Gender Studies*, 19(2), 153-166. DOI: 10.1080/09589231003695872.
- Bozok, M. (2009). Erkeklik incelemeleri alanındaki başlıca kuram ve yaklaşımların sosyalist feminist bir eleştirisine doğru. 6. *Ulusal Sosyoloji Kongresi Bildiriler Kitabı: "Toplumsal Dönüşümler ve Sosyolojik Yaklaşımlar"*, Aydın: Adnan Menderes Üniversitesi, 431-445.
- Böhm, A. (2004) Theoretical Coding: Text Analysis in Grounded Theory. U. Flick, E. Kardoff ve I. Steinke (Eds.) (Çev. Bryan Jenner). *A companion to qualitative research* içinde (ss. 270-275). London: Sage.

- Bridges, T. S. (2009). Gender capital and male bodybuilders. *Body & Society*, 15(1), 83-107. DOI: 10.1177/1357034X08100148.
- Clarke, A. & Clarke, J. (1985). Highlights and action replays: ideology, sport and media. J. Hargreaves (Ed.), In *Sport, culture and ideology* (p. 62-87). London: Routledge.
- Coles, T. (2008). Finding space in the field of masculinity: Lived experiences of men's masculinities. *Journal of Sociology*, 44, 233-248. DOI: 10.1177/1440783308092882.
- Connell, R. W. (1998). *Toplumsal cinsiyet ve iktidar*. (Çev: C. Soydemir). İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Connell, R. W. (2000). *The man and the boys*. Los Angeles: University of California.
- Connell, R. W. (2005). *Masculinities*. (2.baskı). California: University of California.
- Cook, J. (2000). Men's magazines at the millenium: new spaces, new selves. *Journal of Media & Cultural Studies*, 14(2), 171-187. DOI: 10.1080/713657705.
- Cookly, C., & Dworkin, S. L. (2013). Policing the boundaries of sex: A critical examination of gender verification and the Caster Semenya controversy. *Journal of Sex Research*, 50(2), 103-111. DOI: 10.1080/00224499.2012.725488.
- Crossley, N. (2006). In the gym: Motives, meaning and moral careers. *Body & Society*, 12(3), 23-50. DOI: 10.1177/1357034X06067154.
- Dyer, R. (1996). Şimdi bakma: Çıplak erkek posterleri. (Çev: E. Biryıldız). 25. *Kare Sinema Kültür Dergisi*, 17, 35-38.
- Edmonds, S. (2018). Bodily capital and the strength and conditioning professional. *Strength and Conditioning Journal*, 40(6), 9-14. DOI: 10.1519/SSC.0000000000000356.
- Featherstone, M. (2010). Body, image and affect in consumer culture. *Body & Society*, 16 (1), 193-221. DOI: 10.1177/1357034X09354357.
- Fusch P.I., & Ness L.R. (2015). Are we there yet? Data saturation in qualitative research. *The Qualitative Report*, 20(9), 1408-1416.
- George, M. (2008). Interactions in expert service work. Demonstrating professionalism in personal training. *Journal of Contemporary Ethnograph*, 37(1), 108-131. DOI: 10.1177/0891241607309498.
- Glaser B.G., & Strauss A.L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. Chicago: Aldine.
- Greene, M. (1997). The lived world, literature and education. D. Vandenberg (Ed.), *Phenomenology & Education Discourse* (ss. 169-190). Johannesburg: Heinemann.
- Groenewald, T. (2004). A Phenomenological research design Illustrated. *International Journal of Qualitative Methods*, 3(1), 42-55.
- Gülkaya Timurturkan, M. (2009). Güzellik ideali etrafında 'biçimlenen ve biçimlendirilen bedenler'. *Toplumbilim Beden Sosyolojisi Özel Sayısı*, 24, 105-109.
- Harre, R. (1991). *Man and woman. Physical being: A theory for corporeal psychology*. Oxford: Blackwell.
- Higate, P., & Hopton, J. (2005). War, militarism, and masculinities. R.W.Connell, M.S. Kimmel and J. Hearn (Ed.), In *Handbook of studies on men and masculinities* (p. 432-447). California: Sage.
- Howson, A. (2013). *The body in society* (2. baskı). Cambridge: Polity Press.
- Hutson, D. J. (2016). Training bodies, building status: negotiating gender and age differences in the U. S. fitness industry. *Qualitative Sociology*, 39(1), 49-70. DOI:10.1007/s11133-015-9319-y.
- Kandiyoti, D. (1987). Emancipated but unliberated? Reflections on the Turkish case. *Feminist Studies*, 43(2), 317-339. DOI: 10.2307/3177804.

- Kaplan, A. (2016). *Serbest ağırlık ve smith ağırlık makinesinde kuvvet performansının karşılaştırılması*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Konya: Selçuk Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Karaçam, M. Ş. (2015). *Vücut geliştirme alanında erkeklik kimliğinin inşasında besin desteği kullanımının yeri*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Ankara: Hacettepe Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü.
- Karaçam, M. Ş. ve Koca, C. (2016). Bedenden hiyerarşiye uzanan bir erkekleşme süreci olarak vücut geliştirme(k). C. Koca (Editör), *Sporun toplumsal cinsiyet halleri* içinde (ss. 116-133). Ankara: Spor.
- Karaçam, M.Ş. ve Koca, C. (2014). Vücut geliştirme alanında besin desteği kullanımına sosyolojik açıdan bir bakış: "Abi ben yeni başladım benim almama gerek var mı?". *Toplum ve Hekim*, 29(5), 366-380.
- Kaya, A. (2014). Pierre Bourdieu'nun pratik kuramının kilidi: Alan kavramı. G. Çeğin, E. Göker, A. Arlı ve Ü. Tatlıcan (Editörler). *Ocak ve zanaat: Pierre Bourdieu derlemesi* içinde (ss. 397 - 420). İstanbul: İletişim.
- Keller, E. F. (1985) *Reflections on gender and science*. New Haven: Yale University.
- Kennedy, R. (2008). *Encyclopedia of bodybuilding: The complete A-Z books on muscle building*. Mississauga, ON: Robert Kennedy Publishing.
- Kimmel, M. S., & Aronson, A. (2004). *Men and masculinities: a social, cultural and histoical encyclopedia*. California: ABC-CLIO.
- Klein, A. (1995). Life's too short to die small. D. Sabo ve D. F. Gordon (Eds.), *Men's Health and Illness* içinde (ss. 105-120). California: Sage.
- Klein, A. (2007). Size matters: connecting subculture to culture in bodybuilding. J. K. Thompson ve G. Cafri (Eds.), *The muscular ideal: psychological, social, and medical perspectives* içinde (ss. 67-83). Washington: American Psychological Association.
- Koca, C. (2016). Cinsiyetlendirilmiş bir sosyal alan olarak spor. C. Koca (Ed.), *Sporun toplumsal cinsiyet halleri* içinde (ss. 18-37). Ankara: Spor.
- Koca, C., ve Bulgu, N. (2005). Spor ve toplumsal cinsiyet: genel bir bakış. *Toplum ve Bilim*, 103, 163-184.
- Krais, B. (2006). Gender, sociological theory and Bourdieu's sociology of practice. *Theory, Culture & Society*, 23(6), 119-134. DOI: 10.1177/0263276406069778.
- Layder, D. (2010). *Sosyal teoriye giriş*. (Çev: Ü. Tatlıcan). İstanbul: Küre.
- Legard, R., Keegan, J., & Ward, K. (2003). In-depth interviews. J. Ritchie. ve J. Lewis. (Eds.), *A guide for social science students and researchers* içinde (ss. 139-169). London: Sage.
- Lincoln, Y. S., & E. Guba. (1985) *Naturalistic inquiry*. Beverley Hills, CA: Sage.
- Liokaftos, D. (2017). *A genealogy of male bodybuilding*. New York: Routledge.
- Lowe, M. R. (1998). *Women of steel: Female bodybuilders and the struggle for self-definition*. New York: New York University.
- MacInnes, J. (1998). *The end of masculinity: the confusion of sexual genesis and sexual difference in modern society*. Buckingham: Open University.
- Mason, G. (1992). Looking into masculinity: sport, media and the construction of the male body beautiful. *Social Alternatives*, 11(1), 21-32.
- Monaghan, L. (1999). Creating 'The Perfect Body': A variable project. *Body & Society*, 5(2-3), 267-290. DOI: 10.1177/1357034X99005002015.
- Morrison, T. G., & Halton, M. (2009). Buff, tough and rough: representations of muscularity in action motion pictures. *Journal of Men's Studies*, 17(1), 57-74. DOI: 10.3149/jms.1701.57.
- Morse, J. M. (1995). The significance of saturation [Editorial]. *Qualitative Health Research*, 5, 147-148.

- Mosley, P.E. (2009). Bigorexia: bodybuilding and muscle dysmorphia. *European Eating Disorders*, 17, 191-198. DOI: 10.1002/erv.897.
- Naulin, S. ve Jourdain, A. (2016). *Pierre Bourdieu'nun kuramı ve sosyolojik kullanımları*. (Çev: Ö. Elitez). İstanbul: İletişim.
- Pedersen, P. V., & Tjornhoj-Thomsen, T. (2017). Bodywork and bodily capital among youth using fitness gyms. *Journal of Youth Studies*, 20(4), 430-445. DOI: 10.1080/13676261.2016.1241864.
- Probert, A., Palmer, F., & Leberman, S. (2007). The fine line. An insight into 'risky' practices of male and female competitive bodybuilders. *Annals of Leisure Research*, 10(3), 272-291.
- Ritzer, G., ve Stepnisky, J. (2014). *Sosyoloji kuramları*. (Çev: H. Hülür). Ankara: De Ki.
- Roussel, P., & Griffet, J. (2000). The path chosen by female bodybuilders: A tentative interpretation. *Sociology of Sport Journal*, 17, 130-150. DOI: 10.1123/ssj.17.2.130.
- Sancar, S. (2013). *Erkeklik: İmkansız iktidar*. İstanbul: Metis.
- Schwarzenegger, A., & Dobbins, B. (1998). *The new encyclopedia of modern bodybuilding*. New York: Simon and Schuster.
- Seidler, V. (1994). *Unreasonable men, masculinity and social theory*. Londra: Routledge.
- Shilling, C. (2003). *The body and social theory*. London: Sage.
- Shilling, C., & Bunsell, T. (2009). The female bodybuilder as a gender outlaw. *Qualitative Research in Sport and Exercise*, 1(2), 141-159. DOI: 10.1080/19398440902909009.
- Silverman, D. (2006). *Interpreting Qualitative Data*. Londra: Sage.
- Spor Genel Müdürlüğü. (2010). Vücut geliştirme, fitness, wellness ve klasik vücut geliştirme yarışma talimatı. Erişim adresi: <https://sgm.gsb.gov.tr/Public/images/SGM/Federasyon/VUCUT%20GELISTIRME%20VE%20FITNE.pdf> (Erişim tarihi: 06.03.2019).
- Stokvins, R. (2006). The emancipation of bodybuilding. *Sport in Society*, 9(3), 463-479. DOI: 10.1080/17430430600673480.
- Şubatlı, T. (2019). Milli atlet Tutya Yılmaz'dan sosyal lince tepki; "Senin kas yığımı dediğin benim 16 yıllık emeğim". *İşte Kadınlar*. Erişim adresi: <https://www.istekadınlar.com/spor/milli-atlet-tutya-yilmazdan-sosyal-lince-tepkisenin-kas-h2889.html> (Erişim tarihi: 10.08.2019).
- Talimciler, A. (2016). Türkiye'de erkek kimliğinin oluşumunda göz ardı edilen alan: Spor/ futbol. H. Kuruoğlu (Editör), *Erkek kimliğinin değişe(meye)n halleri* içinde (ss. 43– 66). İstanbul: Nobel Yaşam.
- Thompson, J.K., & Cafri, G. (2007). *The muscular ideal: Psychological, social and medical perspectives*. Washington: American Psychological Association.
- Tiggemann, M. (2004). Body image across the adult life span: Stability and change. *Body Image*, 1, 29-41.
- Türk, B. H. (2008). Eril tahakkümü yeniden düşünmek: erkeklik çalışmaları için bir imkân olarak Pierre Bourdieu. *Toplum ve Bilim*, 112, 119-147.
- Uğur, E., ve Baysaling, Ö. (1999). *Herkes için spor* (2. Baskı). İstanbul: Yasa.
- Wacquant, L. (1995a). Review article: Why men desires muscles. *Body & Society*, 1(1), 163-179.
- Wacquant, L. (1995b). Pugs at work: bodily capital and bodily labour among professional boxers. *Body & Society*, 1(1), 65-93.
- Wacquant, L. (2014). Pierre Bourdieu: hayatı, eserleri ve entelektüel gelişimi. G. Çeğin, E. Göker, A. Arlı ve Ü. Tatlıcan (Editörler). *Ocak ve zanaat: Pierre Bourdieu derlemesi* içinde (ss. 53 - 77). İstanbul: İletişim.

- White, P. G., & Gillett, J. (1994). Reading the muscular body: a critical decoding of advertisements in Flex magazine. *Sociology of Sport Journal*, 11(1), 18-39. DOI: 10.1123/ssj.11.1.18.
- Whitson, D. (1990). Sport in the social construction of masculinity. M. Messner ve D. Sabo (Eds.), *Sport, men and the gender order* içinde (ss. 19-29). Champaign: Human Kinetic Books.
- Wieggers, Y. (1998). Male bodybuilding: The social construction of a masculine identity. *Journal of Popular Culture*, Fall 98(32),147-161.
- Young, I. (1998). Throwing like a girl. D. Welton (Ed.), *Body and flesh: a philosophical reader* içinde (ss. 259-273). Massachusetts: Blackwell.



Kadın Sporcuların Bikini Fitness Yoluyla Güçlenme ve Baskılanma Deneyimleri*

İrem KAVASOĞLU^{ID}^{†1}, Canan KOCA^{ID}²

¹Çukurova Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, Adana.

²Hacettepe Üniversitesi Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 15.10.2019

Kabul Tarihi: 13.12.2019

DOI: 10.25307/jssr.633511

Online Yayın Tarihi: 31.12.2019

Öz

Bu araştırmanın amacı bikini fitnessın kadın sporcuların yaşantılarındaki güçlendirici ve baskı kurucu yönlerini analiz etmektir. Araştırmada nitel araştırma yöntemlerinden fenomenoloji kullanılmıştır. On bikini fitness sporcusuyla yapılan derinlemesine bireysel görüşmeler yoluyla toplanan veriler tematik analiz yöntemiyle analiz edilmiştir. Araştırma bulguları bikini fitnessçı kadınların bedenlerinin toplumsal cinsiyetlendirilmiş normlar etrafında inşa edildiğini göstermektedir. Bununla birlikte bu inşaada iktidarın beden üzerindeki denetim mekanizmalarına karşı sporcuların farklı güçlenme pratikleri olduğu anlaşılmaktadır. Araştırmanın sonunda bikini fitness normları Foucault'nun (1977, 1980) modern iktidarı tanımlarken başvurduğu kavramsal araçlarıyla birlikte analiz edilirken, bikini fitnessçıların deneyimleri norma uyma/normalleşme ve iktidara karşı direniş pratikleri bağlamında tartışılmıştır.

Anahtar kelimeler: Bikini fitness, Foucault, İktidar, Kadın bedeni.

Women Athletes' Experiences of Empower and Oppression through Bikini Fitness

Abstract

The aim of this study is to analyze empowering and oppressing aspects of bikini fitness in women athletes' lives. In our study, we used phenomenology, one of the qualitative research methods. We collected data through in-depth individual interviews with ten bikini fitness athletes selected according to the criterion sampling method and analyzed them with thematic analysis method. Research findings show that the body of bikini fitness women is built around gendered norms. However, in this construction, it is understood that the athletes have different empowering practices against the control mechanisms of power on the body. When analyzing bikini fitness norms with Foucault's (1977, 1980) conceptual tools that he used to describe modern power, we discussed the experiences of bikini fitness athletes in the context of normalization and resistance to power practices.

Keywords: Bikini fitness, Foucault, Power, Female body.

*Bu araştırma, 2018 yılında Antalya'da düzenlenen 16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi'nde sözel bildiri olarak sunulmuştur.

[†] Sorumlu yazar: İrem KAVASOĞLU, Öğr.Gör.Dr., E-mail: kavasogluirem@gmail.com

GİRİŞ

Vücut geliştirme ve fitness erkeklikle ilişkilendirilir ve kadınların bu alandaki deneyimleri geleneksel toplumsal cinsiyet normları için bir ihlâl olarak nitelendirilir (Grogan, Evans, Wright ve Hunter, 2004; Scott, 2011; Shilling ve Bunsell, 2009; Worthen ve Baker, 2016). Kadın vücut geliştirme uzmanlarının kadınlık ve erkekliğin ikili kavramlarını bozduğunun düşünülmesi (Johnston, 1996) bu ihlâllerden biri olarak öne sürülür. Araştırmacılar, vücut geliştirme uzmanlarının merkezinde yer alan kaslı bedeninin kadınlığın hegemonik tanımları içinde yer almadığı anlayışının bu spor dalında hakim olduğunu ileri sürmektedirler (Aspridis, O'Halloran ve Liamputtong, 2014; Bell, 2008; Boyle, 2005; Forbes, Adams-Curtis, Holmgren ve White, 2004). Bununla birlikte kadın vücut geliştirme uzmanları kendilerini alanının dışında tutan normatif kadınlık inşalarıyla müzâkerelerini, kaslı beden görünüşleri ve güçlenme pratikleri ile bu alandaki mücadelelerini sürdürmektedirler.

Kadın bedenini kaslı bir görünüme kavuşturmayı değil bedeninin bir bütün olarak kusursuz hâle getirilmesini hedef edinen bikini fitness vücut geliştirme uzmanlarının bir kategorisi olarak çalışma alanı olarak seçilmesinin nedeni, yarışmacılar için ideal olarak gördüğü kriterlerin toplumsal cinsiyet rejimi ile sıkı sıkıya ilişkili olmasından kaynaklanmaktadır. Çünkü bu kategoride kadınlar için uygun görülen kas oranında ön plana çıkan kadınsılık ve çekicilik vurgusu, kadın bedeni üzerinde yüzyıllardır süregelen denetleme pratiklerine de ayna tutar. Fakat bununla birlikte kaslı olmayı “kadının doğasına” aykırı gören toplumsal cinsiyet rejimi için bu spor, kadınlığın normatif tanımlarını alt üst etme ve yeni bir kadınlık kimliği üretme ihtimalini bünyesinde barındırır (Bell, 2008; Grogan vd., 2004). Böylece bikini fitness kadın bedeni, diğer vücut geliştirme kategorilerinde olduğu gibi, kadınları zayıf cinsiyet ve güçsüz olarak gören ataerkil normlara karşı bir direnç geliştirmiş olur (Martin ve Gavey, 1996; Scott, 2011). Bu çoklu anlamları dolayısıyla bikini fitness kadınlar için taşıdığı anlamı tek bir yönüyle ele almak mümkün değildir. Bu nedenle bu çalışmada, bu alandaki kadın sporcuların yaşantılarında bikini fitnessin güçlendirici ve baskı kurucu yönlerinin birlikte analiz etmesi amaçlanmıştır.

Foucault'nun Kavramsal Araçlarıyla Bikini Fitnessi Anlamak

Foucault'nun iktidarın geçmiş ve modern dönemlerdeki yönünü tayin ederken kullandığı kavramsal araçlar, spor sosyolojisinde kadın sporcu bedeninin çelişkilerini-gerilimlerini analiz eden araştırmalar için faydalı bir analiz çerçevesi sunar (Cole, 1993; Duncan, 1994; Markula, 2004; Rail ve Harvey, 1995; Thorpe, 2008).

Foucault tarihsel süreçte iktidarın değişen yapısını analiz etmiş ve iktidarın geçmişten günümüze biçim değiştirerek dolaşıma girdiğini kaydetmiştir (1977, 1980, 1990). Foucault'ya (1990) göre iktidarın modern dönemdeki en belirleyici özelliği, baskı ve zorlama kullanmadan yaşamı yavaş yavaş kuşatarak düzenlemesi ve disipline etmesidir. Foucault'un (2014) dikkat çektiği bu yeni iktidar biçimi, “*bireyi kategorize ederek, bireyselliğiyle belirleyerek, kimliğine bağlayarak, ona hem kendisinin hem de başkalarının onda tanımak zorunda olduğu bir hakikat yasası dayatarak doğrudan gündelik yaşama müdahale eder. Bu, bireyleri özne yapan bir iktidar biçimidir*” (s.64). Bikini fitnessta idealleştirilen kadın bedeninde, Foucault'nun yeni iktidar biçimlerinde belirttiği gibi bir *kuşatmanın* hâkim olduğunu öne sürebiliriz.

Uluslararası Vücut Geliştirme ve Fitness Federasyonu'na (IFBB) göre kadın sporcular resmi olarak fitness, bodyfitness, bikini fitness, fizik ve wellness gibi kategorilerde yarışmaktadırlar (www.ifbb.com). Kadınların yarışmacı olarak katıldığı tüm kategorilerin ortak değerlendirme kriteri yarışmacıların sunumlarında kadınsı ve özgüvenli görünmeleridir (www.ifbb.com/rules). Bununla birlikte bu kategorilerin birbirinden beden görünümü ve kas oranı olarak bazı farklılıkları vardır. Örneğin bikini fitness sporcuları bodyfitness ve fizik gibi kas inşasının daha belirgin olduğu kategorilerden beden görünümü açısından ayrılmaktadır. Örneğin IFBB yarışma kurallarında bikini fitness yarışmacılarının vücut bölümlerinin daha yumuşak ve model gibi olması belirtilmiştir (www.ifbb.com/rules). Böylece bikini fitness daha fazla kas görünümünün olduğu bodyfitness ve fizik gibi kategorilerden ayrılmaktadır.

Bikini fitness, vücut geliştirme ve fitnessın bir kategorisi olarak “bedenlerini formda tutan ve sağlıklı beslenen” kadınların yarışmacı olduğu bir spor dalı olarak tanımlanmıştır (www.ifbb.com). IFBB'nin yarışmacıları değerlendirme kriterleri, genel etki, beden tonu, yüz, sunum ve kas şekli gibi boyutları bünyesinde taşır (www.ifbbwa.com). Ve yarışmacıların saç ve yüz güzelliği, cilt tonu, sunumları, kadınsılıkları ve güzellikleri ile birlikte değerlendirilecekleri belirtilir. Dahası yarışmacılardan, modellerinkine benzer olarak, iyi şekillendirilmiş, formda, sağlıklı ve çekici bir görünüme sahip olmaları beklendiği ifade edilir (www.ifbbwa.com). IFBB bikini kurallarında geleneksel kadınlığın ideal bedenini tanımladığını ileri sürebiliriz. Tajrobehkar (2016) vücut geliştirme federasyonlarının kadınlık ve güzelliği bikini fitness yarışmalarında değerlendirilen unsurlar olarak açıkça ortaya koyduğunu ifade eder. Peki bu idealler, iktidarın kadın bedeni üzerindeki *kuşatması*nın bir göstergesi olarak kabul edilebilir mi?

Kadınların spor ve egzersiz deneyimlerini Foucaultcu perspektifle analiz eden araştırmalar kadınların bedenlerini disipline eden teknikleri incelerken bunların özellikle kadınları tektipleştirmesi, onları toplumsal beklentilere uygun hâle getirmesi, sporculara kadınsı görünümünden uzaklaşmalarını dikte etmesi gibi yönleri ile baskı kurucu olduğunu; fakat bunun yanı sıra kadın sporcuların bedenleri üzerindeki denetimlere farklı biçimlerde direniş geliştirdiğini, bu yönüyle de deneyimlenen sporun aynı zamanda güçlendirici boyutları olduğunu ileri sürmektedirler (Boyle, 2005; Ian, 2001; Obel, 1996; Shea, 2001). Foucault (2012) “*Benim, iktidarı her yere yerleştirerek, her türlü direniş imkânını dışladığım çok sık söylendi: Eleştirmenler beni bununla suçladılar. Tam tersine! Ben şunu söylüyorum: İktidar ilişkileri kaçınılmaz olarak direnişe yol açar, her an direniş çağrısı yapar, direnişe imkan tanır ... Öyle ki; benim ortaya çıkarmaya çalıştığım şey, tek tipleştirici bir aygıtın donuk ve istikrarlı tahakkümünden çok, sürekli ve çok biçimli mücadeledir*” (s.177) diyerek iktidara karşı direnişin de farklı biçimlerde dolaşıma girdiğini ifade eder.

Kadınların bedenleri üzerindeki denetime direnmeleri güçlenmeyle yakından ilişkilidir. Güçlenme insanların, özellikle de toplumsal olarak dezavantajlı koşullarda bulunan insan gruplarının, kendi aralarında ve dünyayla, değişim yaratma ve sorunlarını çözmelerini mümkün kılacak biçimde ilişki kurmalarını ve bu çabayı destekleyecek önlem ve mekanizmaları anlatırken kadınların güçlenmesi toplumsal cinsiyete dayalı iktidar ilişkilerin, aşağıdan yukarı, kadınların ezilmişliğine dair bir farkındalık geliştiren ve bunu değiştirme becerisi ve gücü oluşturan bireylerden ya da gruplardan başlayarak dönüştürülmesini ifade

eder (Alkan, 2015, s. 48). Kadınların gerek bireysel olarak kendi güçlenme pratikleri gerekse ulusal ve uluslararası politikalar bağlamında kadınların güçlendirilmesine yönelik uygulamalar kadınların kendi yaşamları üzerinde kontrol sahibi olmalarını ifade eden bir süreçtir (Kabeer, 2005; Kyei, 2019; Rowlands, 1995; UNDP, 2014).

Araştırmalar cinsiyet normlarının içselleştirilmesinin, kadınları kendilerini yetkin, özerk, güçlü ve kendi kaderini belirleyen bireyler olarak görmelerini engellediğini ortaya koymaktadır (Cantor ve Bernay, 1998; Schur, 1984). Bununla birlikte araştırmalar spora ve fiziksel aktiviteye katılımın kadınların yaşamlarında beden potansiyellerini ve kendilerini fark etmelerine, kendilerini tanımalarına ve bağımsızlaşmalarına katkı sağlayan zenginleştirici ve güçlendirici yönleri olduğunu kaydetmektedir (Bulgu, Koca ve Aşçı, 2007; Blinde, Taub ve Hun, 1993). Bu güçlenme potansiyelleri en temelde kadınların sportif becerilerini geliştirmeleriyle birlikte bedenleri ve kimlikleri üzerinde olumlu duygular geliştirmelerini ve özgüven kazanmalarını içerir (Theberge, 1987). Foucault'nun iktidar kavramını feminist bir perspektifle analiz eden Deveaux (1994) kadınların güçlenmesini, özerklik ve özgürlük kapasiteleri ve bunların geliştiği koşullar olarak ele alır. Bu yönüyle güçlenme kadınların kendi yaşamları üzerinde kontrol sahibi olmalarıdır (Stranberg, 2002; Pease, 2002). Bu kontrolü kazanmanın merkezinde ise öz yeterlik, kendi yetkinliklerinin farkına varma ve öz saygı gibi niteliklerin elde edilmesi gibi unsurlar yatar (Blinde, Taub ve Hun, 1993).

Foucault'ya (1977) göre tabi kılınabilen, kullanılabilen ve geliştirilebilen bir beden itaatkâr bir bedendir (s.135). Ve insan bedeni, onun derinlerine inen, eklemlerini bozan ve onu yeniden oluşturan bir iktidar mekanizmasının içine girer (s. 135). Disiplin böylece bağımlı ve idmanlı bedenler, itaatkâr bedenler imal eder (s.136). Foucault (1977), disiplinci iktidarın, normalleştirme amacına ulaşmaya çalıştığını ve normalleştirici bir bakışın; nitelemeye, tasnif etmeye ve cezalandırmaya izin veren bir gözetim olduğundan bahseder (s. 139). Örneğin kadın vücut geliştirmeciler aynı zamanda fiziksel süslemeler (örn. kozmetik, takı, kostümler, saç modelleri) ve simetri yoluyla kadınlıklarını göstermeleri için teşvik edilir (Scott, 2011). Aksi takdirde geleneksel cinsiyet normlarını ihlal ettikleri için anormal/sapkınolarak görülürler (Worthen ve Baker, 2016). Kadın sporcuları etiketleyen bu erkek bakış açısı, bu alandaki kadın sporcuları “heteroseksüel cazibe”ye (Schulze, 1990, s.61) uygun olarak disipline eder ve bu bedenleri normalleştirir. Nitekim araştırmalar da kadın vücut geliştirmecilerin bedenlerini bu norma uygun olarak disipline ettiğini göstermektedir (Brace-Govan, 2004; Scott, 2011). Bikini fitness sporcuları da podyumdaki duruşları, pozları, yürüyüşleri, makyajları, bakışları, jest ve mimikleri, bikinilerinin renk seçimleri, topuklu ayakkabıları, ışıltılı makyajları, bikinilerinin taşlarına uygun parlak takıları gibi[‡] tüm detaylarla birlikte, ulaşılması hayli güç, kusursuz bir beden inşa etmeye çalışmaktadırlar. Kadınlık özelliklerini kaybetmeden[§], zarif, estetik ve feminen bir şekilde kas inşa etmenin merkeze alındığı bu kategoride, kadınsı görünümünden uzaklaşmamak (Shilling ve Bunsell,

[‡]<http://www.2eylul.com.tr/Icerik/Haber/9977/kasli-ve-guzel> Erişim: 17.07.2018 Bikini fitness dalında Türkiye Şampiyonu olan bir sporcuyla yapılan görüşmeden alınmıştır.

[§]https://www.sabah.com.tr/pazar/2010/12/19/podyuma_cikmadan_uc_gun_once_su_icmeyi_birakiyorlar Erişim: 17.07.2018 Milli takım antrenörüyle yapılan görüşmeden alınan bir ifadedir.

2009), erkek bakışına (Martin ve Gavey, 1996) uygun beden inşa etmek, bikini fitnessçi beden üzerindeki denetim mekanizmalarına örneklerdir.

Foucault (1977) “Hapishanenin Doğuşu” adlı kitabında Panoptikon’u bir iktidar metaforu olarak kullanır. Bu kavram, merkezinden bütün hücrelerin rahatlıkla görüldüğü ama gözetleyen gardiyanların hiçbir zaman hiçbir noktadan görünmediği asimetrik, tek yönlü bir gözetleme sistemini ifade eder (Ataman ve Çoban, 2016, s.6). Diğer bir anlatımla “Panoptikon”, Foucault tarafından disipline edici güç ilişkilerinin toplumun geneline uygulanmış hali olarak görülür (Kalav, 2015, s.40). Böylece bir disiplinci iktidar pratiği olarak panoptikon, kişinin kendi kendini kontrol etmesi ve gözetimini içselleştirilmesi anlamına karşılık gelir (Foucault, 1977). Bikini fitness da panoptikonun dolaşıma girdiği alanlar mevcuttur. Örneğin bikini fitnessçuların bedenleri podyumda, spor salonunda, gündelik yaşamda ve instagramda sürekli olarak gözetlenir (Kavasoğlu ve Koca, 2018) ve dolayısıyla bu alanlar birer panoptik model gibi işlev görür. Gözetimin bu her yerdeliği nedeniyle artık sporcular kendi bedenlerini de sürekli kontrol ederek gözetimi içselleştirmiş olurlar.

Eleştirel ve postmodern feministlere göre kadın vücut geliştirme, baskı kurucu dinamiklerinin yanı sıra, toplumsal cinsiyet düzeni için zaman zaman yıkıcı ve güçsüzleştiricidir (Ian 2001; Johnston 1996; McGrath ve Chananie-Hill 2009; Obel 1996; Shea 2001; Martin ve Gavey 1996). Örneğin kadın vücut geliştirmecilerin toplumsal etiketlenmelere maruz kalmaları, bu etiketlemelerden kurtulmak ve toplumsal cinsiyet düzenini ihlâl etmediklerini göstermek için, seksi, güzel ve bakımlı görünmek gibi bazı kadınlık stratejilerine başvurmaları baskı kurucu ve güçsüzleştiricidir (Bell, 2008; Forbes vd., 2004; Shea, 2001; Shilling ve Bunsell, 2009). Fakat bunun yanı kadın sporcuların sıra erkeklere ait olarak görülen bir dünyaya girmeleri ve bu alandaki varlıkları ile kadını öteki, zayıf, formsuz ve sağlamlıktan yoksun olarak kodlayan ataerkil iktidara meydan okumaları ise güçlendiricidir (George, 2005; Johnston, 1996; Martin ve Gavey, 1996; Scott, 2001). Bu araştırmada bikini fitnessin toplumsal cinsiyet normlarını yeniden üreten yönleri ve iktidarın bikini fitness yoluyla kadın bedeni üzerindeki denetimi bikini fitnessin baskı kurucu yönleri olarak ele alınacaktır. Kadın sporcuların bikini fitness yoluyla yaşamlarındaki denetime karşı kendi kontrollerini ve direniş pratiklerini inşa etme deneyimleri gibi unsurlar ise bikini fitnessin güçlendirici boyutunu ifade edecektir.

Kadın vücut geliştirme ve fitnessı merkeze alan uluslararası alanyazının fizik, bodybuilding ve klasik vücut geliştirme gibi bikini fitnessa kıyasla daha kaslı görünümün ön planda olduğu kategorilere yöneldiği ya da herhangi bir kategori ayırımına gitmeden yarışmacı kadın vücut geliştirmecilerin deneyimlerine odaklandığı görülmektedir (Guthire ve Castelnova, 1992; Martin ve Gavey, 1996; Shea, 2001; Wesely, 2001). Bu bağlamda hem uluslararası alanyazında hem de ulusal alanyazında bikini fitnessin ayrı bir kategori olarak ele alan ve bikini fitnessa odaklanan alan yazının sınırlı olduğu söylenebilir (Tajrobehkar, 2016; Kavasoğlu ve Koca, 2018). Örneğin bikini fitness yarışmacılarının kadınlıkla müzakerelerini inceleyen Tajrobehkar (2016) bikini fitnessçuların kadınlığın ideal tanımlarını yeniden ürettiğini ve pekiştirdiğini iddia etmiştir. Kavasoğlu ve Macit (2018) ise bikini fitnessçuların deneyimlerini incelemiş, bikini fitnessçi bedenin gerilimleri, sporcuların bu alanda var olma stratejileri ve sporculara yönelik eril tahakküm pratiklerinin neler olduğuna odaklanmışlardır. Bu araştırmada ise bikini fitnessin sporcular için güçlendirici ve baskı kurucu yönlerini çift

yönlü analiz etmeye çalışılacaktır. Böylece bu araştırma bikini fitness alanındaki kadın sporcuların deneyimlerini daha derinlikli olarak anlamımızı sağlayacaktır.

YÖNTEM

Elit düzey bikini fitnessçuların bikini fitness aracılığıyla güçlenme ve baskılanma deneyimlerini analiz edebilmek için nitel araştırma desenlerinden fenomenolojiden faydalandık. Nitel araştırmanın odağında insanların kendi deneyimlerine, koşullara ve yaşanan durumlara verdikleri anlam vardır (Koca, 2017). Fenomenolojik çalışmalar ise yaşanmış deneyimin ortak anlamını tanımlar (Creswell, 2018, s.77) Bu çalışmada kadın sporcuların güçlenmeleri ve baskılanma pratiklerini fenomen olarak ele aldık ve bu fenomone ilişkin deneyimleri bikini fitness bağlamıyla ve Foucault'nun kavramsal araçlarıyla anlamaya çalıştık.

Katılımcılar: Araştırmanın katılımcılarını amaçlı örnekleme yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve kartopu örnekleme yöntemlerine göre belirledik. Araştırmacıların bikini fitness alanından olmaması nedeniyle bu alandaki kadın sporculara ulaşmak için kartopu yöntemini kullandık. Bu örnekleme yöntemi, araştırmanın ilgi alanına giren kişileri tanıyan kişilerden olası durumlar hakkında bilgi edinir. Katılımcıları bulmak için başka yol olmadığı zamanlarda işe başlamak için kullanışlıdır (Glesne, 2013, s. 61). Araştırmanın katılımcılarını belirlemedeki ölçütümüz ise bikini fitness kategorisinde en az bir ulusal ya da uluslararası yarışmaya katılmış olmalarıdır. Bu bağlamda araştırmanın katılımcılarının, ulusal ve uluslararası yarışmalarda dereceleri bulunmaktadır ve yaşları 25 ile 40 arasında değişmektedir. Üniversite öğrencisi olan Ayşe ve Duru hariç katılımcıların tamamı üniversite mezunudur (Tablo 1).

Tablo 1: Katılımcıların kişisel bilgileri

| Mahlas | Yaş | Bikini Fitness Deneyimi | Ulusal ve Uluslararası Başarılar |
|--------|-----|-------------------------|---|
| Ayşe | 22 | 2 yıl | Türkiye İkinciliği |
| Duru | 24 | 6 yıl | Türkiye Şampiyonlukları, Dünya İkinciliği, Avrupa Şampiyonluğu, |
| Eda | 40 | 3 yıl | Türkiye Şampiyonluğu |
| Gül | 31 | 6 yıl | Türkiye ve Dünya Şampiyonluğu |
| Hür | 25 | 4 yıl | Türkiye İkinciliği |
| Muna | 33 | 6 yıl | Türkiye Şampiyonlukları, Dünya Şampiyonluğu, Şampiyonlar Şampiyonluğu |
| Olga | 35 | 3 yıl | Türkiye Şampiyonluğu |
| Sıla | 39 | 6 yıl | Türkiye Şampiyonlukları, Dünya Şampiyonluğu |
| Seda | 23 | 3 yıl | Türkiye Şampiyonluğu |
| Yaren | 44 | 4 yıl | Türkiye İkinciliği |

Veri Toplama: Elit düzey bikini fitnessçular ile yürütülen bu araştırmanın verileri yarı yapılandırılmış bireysel görüşmeler ile toplanmıştır. Yarı yapılandırılmış görüşmeler doğrudan gözlemleyemediğimiz davranışlar, duygular veya insanların etraflarındaki dünyayı nasıl ifade ettiklerini öğrenmek için uygun bir yöntemdir (Merriam, 2015, s.86).

Bireysel görüşme sorularını araştırmanın amacı, kuramsal çerçevesi ve ilgili alanyazın bağlamında oluşturduk (Boyle, 2005; Johnston, 1996; Scott, 2011; Wesely, 2001). Görüşme

sorularının açık ve anlaşılır olup olmadığını kontrol etmek için elit düzey bikini fitness deneyimi olan bir sporcu ile pilot görüşme gerçekleştirdik. Bu görüşmeden sonra görüşme formunu revize ederek veri toplama sürecini başlattık. Görüşmelere bikini fitnessın nasıl anlamlandırılıp tanımlandığını anlamaya yönelik sorularla başladık (Sizce bikini fitness nasıl bir spor dalı? Bikini fitnessı diğer spor dallarından ayıran temel özellikler nelerdir? Bikini fitnessa başlama nedenleriniz nelerdir?). Daha sonra bedenın bikini fitnesssta taşıdığı öneme (Bikini fitnesssta bedenın nasıl bir önemi vardır? Antrenmanlarınızda bedeninizin hangi bölümlerini çalıştırmaya özen gösteriyorsunuz?), podyumda sergilenen bedene (Podyuma çıkmadan önce ne gibi hazırlıklar yapıyorsunuz? Podyumda bedeninizin nasıl görünmesini istiyorsunuz? Poz verirken nelere dikkat ediyorsunuz?) ve kadın olarak fitness alanında bulunmanın anlamına (Bir kadın olarak fitness alanında bulunmak sizce zor mu/neden?) ilişkin sorular sorduk.

Araştırma için Çukurova Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu'ndan onay aldıktan (Karar no.94) ve katılımcılara gönüllü katılım formu imzalatıldıktan sonra onları araştırma sürecine dahil ettik. Görüşmeleri katılımcıların yaşadıkları şehirlerde ve kafe, spor merkezi ev gibi yerlerde gerçekleştirdik. Görüşmelerden önce katılımcılara araştırmanın amacı hakkında bilgi verdik. Nasıl bir yöntemle araştırmayı gerçekleştireceğimizi ve bunun gerekçelerini aktardık. Verilerin bilimsel araştırma dışında başka hiçbir amaçla kullanılmayacağını belirttik. Gönüllü olarak araştırmayı kabul eden katılımcılara ses kaydı için izin aldık. Çalışmada ayrıca katılımcıların demografik bilgilerine ilişkin yaş, gelir durumu, bikini fitness geçmişi, sptif dereceleri gibi sorulardan oluşan kişisel bilgi formu kullandık. Bireysel görüşmelere 26 Temmuz 2018 tarihinde başladık. Son görüşmeyi 24 Aralık 2018 tarihinde gerçekleştirdik. Görüşmeler ortalama 1 buçuk saat sürdü ve toplam 168 sayfa görüşme verisi elde ettik.

Veri Analizi: Verilerin analizinde Braun ve Clark'ın önerdiği süreci dikkate alarak tematik analiz yöntemini uyguladık. Bu aşamalarda, verilere aşına olma, kodlama, tema oluşturma, aday temaların incelenmesi, temaların isimlendirilmesi ve yazma süreçlerini izledik (Braun ve Clarke, 2006).

Veri analizinin ilk aşamasında tüm görüşmeleri yazılı bir metin hâline getirdik ve verilere aşına olmak için düz bir metin olarak birkaç kez okuduk. Daha sonraki okumada satırların kenârlarına notlar alarak kodları çıkardık. Her bir bireysel görüşmenin kodlarını kod defterine işledik. Anlam bakımından birbiriyle ilişkili olan kodları bir araya getirerek olası temalar altında organize ettik. Bir sonraki aşamada olası temaları araştırmanın amacına ve kuramsal çerçevesine uygunluğu bağlamında tartışarak asıl temaları belirledik.

Araştırmada verilerin kalitesini arttırmak için Lincoln ve Guba'nın (1985) inandırıcılık aktarılabirlik, tutarlılık ve teyit edilebilirlik ölçütlerine başvurduk. Örneğin aktarılabirliğin sağlanabilmesinde bulguların sunumunda doğrudan alıntılarını yoğun olarak kullandık. Aynı zamanda temaların zenginleştirebilmek adına aykırı-farklı görüşleri yansıtan katılımcı görüşlerine dair doğrudan alıntılarını kullanmaya dikkat ettik. Bununla birlikte araştırmanın güvenilirliğine katkı sağması amacıyla araştırmacı çeşitlemesi kullandık (Denzin, 2012). Son olarak katılımcıların kimliklerini korumak için onlara takma isimler verdik.

BULGULAR VE TARTIŞMA

Araştırmadan elde edilen bulgular bu bölümde iki tema halinde sunulmuştur: Bikini Fitnesstaki Baskı Kurucu Deneyimler ve Bikini Fitness Yoluyla Güçlenme Deneyimleri.

İlk temada bikini fitnessın sporcular tarafından nasıl tarif edildiği, ve nasıl anlamlandırıldığı analiz edilmiştir. Bu bağlamda bikini fitnessın baskı kurucu, tek tipleştirici özellikleri ve bedenın nasıl disipline edildiği incelenmiştir. İkinci temada ise bikini fitnessın sporcular için güçlendirici anlamlarını, yeni ve farklı kadınlık kimliklerinin inşa edilmesini sağlayan yönleri analiz edilmiştir.

Bikini Fitnesstaki Baskı Kurucu Deneyimler

Bu temada bikini fitnessın sporcular tarafından nasıl tanımlanıp anlamlandırıldığı, bikini fitnessın bedeni disipline eden yönleri, modern iktidarın bikini fitnessa sızan yapısıyla birlikte analiz edilmiştir. Katılımcılar, bikini fitnessı, bedenın kum saati misali mükemmel, kusursuz ve kadınsı olmasını salık veren bir spor olarak tanımlamışlardır. Bikini fitnessçı kadınlar kadınsılığı yitirmeden kas inşa ederlerken ve bedenın bir bütün olarak kusursuz, çekici, güzel ve seksi olmasına dikkat ediyorlar. Bu ulaşılması zor mükemmel bedenın tarifinde manken, model, Barbie bebek, biblo ve kuğu gibi sıfatlar ön plana çıkıyor.

Bikini fitness... daha feminen bir kadın hani kum saati bir görünüm canlandırın gözünüzde (Hür).

Aslında baktığında manken gibi bir şey yani bikini fitnessta yarışan sporcular sadece daha kaslı bir yapıya sahip feminen bir spor (Sıla).

Sporcuların bikini fitness tanımlarında ve bikini fitnessa yüklediği anlamlarda bedenın kadınsı normlara uygun olarak normalleştiği anlaşılmaktadır (Foucault, 1977). Bikini fitnessta sporcuların kadınsı görünümü sağlayıp sağlayamadığı performanslarını değerlendirmede önemli bir bileşendir (Tajrobehkar, 2016). Araştırmalar, kadın vücut geliştirmede sporcuların estetikliği, kadınsılığı, heteroseksüel cazibeye uygunlukları gibi yönlerden denetlendiklerini, bedenlerinin disipline edilmeye çalışıldığını gösteriyor ve bu normalleştirme çabaları nedeniyle sporcuların, kadınsılıklarını ve seksiliklerini vurgulayarak geleneksel toplumsal cinsiyet düzenini ihlâl etmediklerini kanıtladıklarını gösteriyor (Ian, 2001; Johnston, 1996; Schulze, 1990; Scott, 2001).

Toplumsal cinsiyet düzeni, kadınlık ve erkeklik tanımları yoluyla erkeğin kadın üzerindeki ayrıcalıklı konumunu sağlayan, kadın ve erkek arasında tarihsel olarak kurgulanan iktidar ilişkilerini ifade eder (Koca, 2006). Bu bağlamda ise zarif, arzulanır, çekici bedenlere sahip kadınların gerçek kadınlıkla eşleştirilmesi söz konusudur (Koca ve Bulgu, 2005; Öztürk ve Koca, 2014). Bikini fitnessçılarla araştırma yapan Tajrobehkar'ın (2016) araştırma bulguları da sporcuların saç makyaj ve takılarına özen gösterdiğini ortaya koymaktadır. Bunun yanı sıra diğer kategorilerdeki vücut geliştirmecilerin de saç, makyaj ve takılarına özen göstererek ya da ve göğüs implantı gibi uygulamalara başvurarak daha kadınsı, çekici ve güzel görünmeye dikkat ettikleri kaydedilmektedir (Johnston, 1996; McGrath ve Chananie-Hill, 2009; Rahbari,

2019, Scott, 2001). Buna bağlı olarak görüşmelerden, bikini fitnessta kadınsı beden inşasında, alanın önemli bir pratiği olan geleneksel kadınlık değerlerine uygun beden inşasının oldukça ön planda olduğu anlaşılıyor. Örneğin Sıla'ya göre bikini fitness “kendini kadın olarak göstermenin farklı bir yolu”dur. Seda da, “(bikini fitnessçılar) daha güzel daha naif daha estetik ve daha kibarlar aslında” diyerek kadınlığın toplumsal cinsiyet düzeni ile uyumlu tanımlarına vurgu yapmıştır. Bundan dolayıdır ki bikini fitnessa dair tanımlarında kadınsılığı yitirmemek, seksiliği ve kadınsılığı ön plana almak neredeyse tüm sporcular tarafından vurgulanmıştır:

Saçımızla, yüzümüzle, makyajımızla, pozlamamızla dişiliğimizin ön plana çıkarılması gerekiyor (Hür).

Şu çok önemli bir detay bikini fitnessta en önemli şey göğüslerin silikon olması ... Görsellik ve kadınsılığı kaybetmemek için (Eda).

Yani sizin saçınızın telinden ayak tırnaklarındaki oje kadar bakılır yani kızların çoğu yani birbirine yakın olduğu için saç daha bakımlı ise saç daha bakımlı olanı seçerler birinin yüzü daha bakımlı ise onu seçerler makyajınızı bakarlar saç kalitenize bakarlar gülüşünüze bakarlar ... Sizinle ben aynı vücuda sahip olalım ama benim yüzüm sizinkinden daha feminen olsun ben şampiyon olurum (Duru).

Görüştüğümüz tüm katılımcılar, bikini fitnessın, vücut geliştirmedeki diğer kategorilerden farkını anlatırken bu kategorinin kadınsılığı en çok koruyan ve kadınsı görünümünün en çok vurgulanan kategori olduğunu ifade etmişlerdir:

Diğer vücut geliştirme sporları ile alakalı antrenman bazı olarak baktığımız zaman en hafifini biz yapıyoruz bir taraftan da feminenliğin korunması gerekiyor belli kas gruplarının çok büyümemesi gerekiyor... Manken görünümlü ama masküler değil (Olga).

Bikini fitness daha çok kadınsılığın olduğu bir kategori. Kaslı bayanların da atletik fiziğe sahip olan bayanların da kadınsı görünebildiğinin bir kanıtı (Sıla).

Bikini fitnessta puanın neredeyse %70'ini pozdan kazanırsınız poz çok önemlidir ... Bodyfitness ve diğer kategoriler de aşırı feminelik ve seksapalite gerekmediği için yine gerekiyor ama bikini fitness kadar değil bu kadar uğraş gerektiren bir kısmı yok (Duru).

Ayşe ise bikini fitnessçıların diğer kategorilerdeki kadın sporculardan farkını anlatırken erkeklerin kendilerini “beğenmesi” üzerinden bir örnek vererek açıklamaya çalışmıştır. Onun aşağıdaki alıntısı bikini fitnessçı beden normallığının erkek bakışına (male gaze) uygun olarak inşa edildiğinin bir anlatısı gibidir:

Bikini her kıızı 100 erkekten 100 tanesi beğenir. Ama mesela body fitnesstaki bir kız arkadaşımı içlerinden ancak iki üç tanesi beğenir. Neden beğenir, helal olsun benden

daha iyi yapmış (gülüyor). Benden daha iyi bicepsleri var der, saygı duyduğu için beğenir...Bayan dediğin biraz nazik, alımlı olmalı mantığından dolayı daha tatlı bir görüntü için bence bikini fitness daha ideal ve toplum açısından daha hoş görülen bir grup.

Ayşe'nin bu sözleri bikini fitnessçi bedenlerin modern iktidarın önemli bir disiplin aracı olan erkek egemen bakış açısına göre tasarlandığına işaret ediyor. Berger (2018), kadınların ataerkil iktidarın kendilerini görme biçimlerini içselleştirdiğinden ve bedenlerini buna uygun olarak gözetim altında tuttuğundan bahseder. Kadının içinde gözlemci erkek olduğunu vurgular (s.47). Böylece bikini fitnessçi beden erkek bakışına göre disipline edilmiş olur.

Buraya kadar sunulan alıntılardan bikini fitness sporcularının bedenlerini kadınsı normlara uygun olarak tektipleştirdiğini ve normalleştirdiğini görüyoruz. Böylece görüştüğümüz kadınların geleneksel kadınlık normları ile uyumlu özneler, uysal bedenler inşa ettiklerini öne sürebiliriz. Bu insanın zaman zaman baskıcı noktaları bulunmaktadır. Örneğin hem kaslı hem de estetik görünümünü dengede tutmak ve bikini fitness kategorisinde kalabilmek için sporcular için baskı kurucu olabilir:

İşte estetik ve kaslı görüntüyü her zaman dengede tutamıyorsun çok fazla kaslı olduğum zaman çok estetik kadınsı olamıyorsun yani benim de kas kütlem bazen çok fazla oluyor o zaman çok aşırı estetik olduğumu düşünmüyorum (Seda).

O kategoride kalmak istiyorsan o şekilde vücudunu inşa edip o şekilde antrenman yapıyorsun... (Ben) her zaman fit kaslı görünen ince yapılı ama fit bir kadın vücudu, bu şekilden çok çıkmak istemediğim için... Ben bikini fitness vücudunu beğendiğim için bu vücudun üzerine çıkacak bir antrenmanı yapmıyorum, ağırlıklarımı ona göre seçiyorum (Yaren).

Açıkçası yediklerime dikkat ediyorum çok fazla kaslanmamaya çalışıyorum. Yaptığım kardiyolarda, antrenmanlarda çalıştığım bölgeleri ona göre değiştiriyorum (Hür).

Grogan vd., (2004) kadın vücut geliştirmecilerin, kadınlık ve kaslılık talepleri arasında, bedenlerini geleneksel kadınlık normlarına dikkat ederek inşa etmesini “dengeleme eylemi” olarak adlandırıyor. Araştırmanın bulguları, bikini fitnessçilerin de kendi bedenleri üzerinde “fazla kaslanmamaya çalışmanın” temel alındığı bir takım dengeleme eylemleri olduğunu gösteriyor. Örneğin görüşmelerde sporcular kendileri için uygun görülen beden formunda olup olmadıklarına bakmak için, bu beden formundan ne kadar uzaklaştıklarını anlamak için ya da poz çalışmak için sıklıkla aynanın karşısında bedenlerine baktıklarını vurgulamışlardır. Sena bikini fitnessa “tamamen görsellik ve estetik olarak bakıldığı için” poza estetik vermenin çok önemli olduğunu söylemiş ve o estetikliği sağlamak için, diğer sporcular gibi kendini aynada çok fazla izlediğini vurgulamıştır. Aynaya bakarak bedenini kontrol eden diğer sporcuların sözleri ise şu şekildedir:

Hep aynanın karşısındasın. Bu iş hep böyle sürekli aynanın karşısında. Ben sabah ilk kalkarım daha yüzümü yıkamadan aynaya bakarım (Eda).

Bikini fitness kadınlığı almadan geliştirdiği için vücudu, ben bazı zamanlarda aynaya baktığım zaman kendime ya biraz daha büyüssem mi dediğim oluyor. Bu bir hastalık ama biliyorum biraz daha büyürsem sikletten çıkacağım ve yarışamayacağım (Muna).

Sporcular bikini fitness kategorisinde kalabilmek için bedenlerini kontrol ediyorlar. Bedeni kontrol mekanizmalarında antrenman, diyet ve aynaya bakma pratiğinin önemli olduğu anlaşılıyor. Araştırmalar, diğer kadın vücut geliştirme kategorilerinde de makyaj, diyet ve aynada kendini izlemek gibi pratikleri kadınsılığı gözetlemenin yolları olarak değerlendiriyor (Johnston, 1996; Shilling ve Bunsell, 2009). Bu kendini denetleme pratikleri, yani kadınsılığı ve kaslılığı dengeleme eylemleri, gözetimin sporcular tarafından içselleştirilmiş (panoptikon) yönünü ortaya koymaktadır. Kadınsılığı yitirmeden kaslı bedene sahip olmak için yapılan bu pratikler, aynı zamanda baskı kurucudurlar (Markula, 1995). Nitekim bu kategorinin uygun kabul ettiği kas görünümünü aşan sporcular derece elde edemediklerinin ve bir üst kategori olan body fitnessta yarışmak zorunda kaldıklarının da altını çizmişlerdir. Bikini fitnessın uygun gördüğü ideal kas oranını aştığı için body fitnessa yarışacağını söyleyen Sıla, aslında body fitness pozlarının kendisine hiç uymadığını ve estetik ve kadınsı özellikleri içermeyen bu kategoride yarışmak istemediğini de ifade etmiştir. Sonuç olarak bikini fitnessçı beden üzerindeki düzenleme ve denetleme mekanizmalarının, bikini fitness normları yoluyla işlediği, bu yolla itaatkâr bedenler inşa ettiği ve sporcular için zaman zaman baskı kurucu olduğu anlaşılıyor (Foucault, 1977).

Özetle bu temada katılımcıların bedenlerini kusursuz ve mükemmel olarak inşa etmeye çalışmaları, bu inşada ise daha kadınsı görünmeyi ön plana almaları, kaslı ve estetik görünümü dengede tutma stratejileri bikini fitnessın baskı kurucu yönleri olarak yorumlanabilir. Öyle ki araştırmalar spor ve egzersiz kadın sporcular için toplumsal cinsiyet düzeni ile uyumlu kadınlık sergilemelerini beklemesi ve ideal kadın bedenini kurgulaması gibi boyutları ile baskı kurucu olabileceğinin altını çizmektedir (George, 2005; Krane, 2001; Krane vd., 2004; Wesely, 2001).

Bikini Fitness Yoluyla Güçlenme Deneyimleri

Bikini fitnessçı kadınların görüşlerinden ve deneyimlerinden bu sporun onların spor yaşantılarından gündelik yaşamlarına uzanan güçlendirici yönleri olduğu anlaşılmaktadır. Güçlenme kadınların yaşam kalitesini yükselten, özgüven, bağımsızlık, yeterlilik gibi olumlu duygular deneyimlemelerine yardımcı olan, bedenleri ve yaşamları hakkında kendi kararlarını almasını sağlayan bir süreç olarak değerlendirilebilir (Blinde, Taub ve Hun, 1993; Deem ve Gilroy, 1998; Deveaux, 1994; Kabeer, 2005). Görüşmelerde sporcular bikini fitness antrenmanları aracılığıyla bedenleri ile yakından bağ kurduklarını ve bedenlerini diledikleri gibi şekillendirdiklerini ifade etmişlerdir. Aşağıda alıntısı sunulan Eda gibi diğer sporcular inşa ettikleri bu bedenle kendilerini güzel, güçlü, özgüvenli ve seksi hissettiklerini vurgulamışlardır:

*Ben kaslı olmayı çok seviyorum ben define olmayı** çok seviyorum. Aynaya baktığım zaman kendimi çok güçlü hissediyorum, güzel hissediyorum yani hiç erkeksi bulmuyorum seksi hissediyorum açıkçası (Eda).*

Sporcular bikini fitness antrenmanları ile bedenlerini istedikleri gibi şekillendirdiklerini ve kontrol ettiklerini düşünüyorlar. Örneğin Duru'nun "bedenim benim eserim" sözleriyle ifade ettiği gibi Sıla ve Yaren de antrenman ve beslenme gibi pratikler aracılığıyla kendi bedenlerinin istedikleri gibi olması için emek harcadıklarını belirtmişlerdir:

Tamamen emek vererek yaptığın bir şey. Yani bu fitnessta vücudunu baştan yaratabiliyorsun (Sıla).

Şimdi en güzel şeylerden bir tanesi, vücudunuzu iyi tanıdıktan sonra ve bu işi öğrendikten sonra, hem antrenman hem beslenmeyle vücudunuzla oynayabiliyorsunuz. Çok güzel bir şey, yani kendiniz vücudunuza istediğiniz şekli verebiliyorsunuz (Yaren).

Görüştüğümüz sporcular bikini fitnessa başladıktan sonra beden ölçülerindeki değişikliklerden bahsetmiş, bu kategoride yarışmacı bir sporcu olmanın bütün hayatlarına yansıyan zorluklarına değinmiş ve tüm bu değişimin kendilerini mutlu ve özgüvenli hissettirdiğinin altını çizmişlerdir:

Bu ölçülere sahip olmak için herkesin yaptığı gibi diyet biraz antrenman falan değil hayat tarzını değiştireceksin, başka yaşayacaksın, saati saatine yemek, uyku düzenin, her yediğinin gramajı belli olacak. Antrenmanlar aksamayacak çok zor bir şey yani bu herkesin yapabileceği bir şey değil... Podyumda bütün o hazırlık sürecinde harcadığın emeği sergilemek çok keyifli (Sıla).

Bir kere görüntü olarak düşünsenize fitsiniz, güzelsiniz ve güçlüsünüz. Belki de çoğu erkekten daha güçlüsünüz fiziksel olarak. Ee dolayısıyla bu kendinize bir özgüven de veriyor, insanların size bakışı da değişiyor saygısı da değişiyor. Vücudunuzda gördüğünüz değişiklikler, onunla motive olma, işte yarışma günü hazırlık, saç, makyaj, podyumda müzik eşliğinde oraya çıkmak, bunları ben eğlence olarak görüyorum (Yaren).

Katılımcılar için bedenleri üzerinde kontrol sahibi olduklarını hissetmeleri, fiziksel olarak güçlenmeleri onlara özgüven kazandıran güçlenme bileşenlerindedir. Katılımcılar fiziksel olarak kendilerini daha güçlü hissetmelerinin ve bedenlerini diledikleri gibi şekillendirmelerinin, tüm hayatlarını hedefledikleri başarıya ulaşmak için organize etmelerinin kendilerini motive ettiğini belirtmişlerdir. Bununla birlikte Seda'nın yaşanmış deneyimi ise oldukça özel ve önemli bir bulgu ortaya koymaktadır. Seda bikini fitnessa başlamadan önce skolyozlu ve kifoza olarak kendini kapama yoluna gittiğini belirtmiştir. Bikini fitnessa başladıktan sonra ise fiziksel sağlığındaki iyileşme ile bikini fitnessı kendisi

** Görüşmelerde sporcular definasyonu kasın kuru ve buna bağlı olarak parçalı görünmesi olarak tanımlamışlardır.

için sürdürmesi, kendini daha özerk ve daha mutlu hissetmesi Seda'nın hayatında bikini fitnessın özel bir güçlenmeye yol açtığını göstermektedir:

... her zaman skolyozlu ve kifozlu bir birey olarak hep kapattım kendimi, her zaman bol kıyafet giymek istedim. Kış aylarını çok sevdim, her zaman kapşonlu giydim. Çünkü o kapşon sırtımdaki kamburluğu gizliyor falan. Kendimce bunlar çok ağır travmalar aslında ama hani kendi kendime yaptığım şeyleri görünce ve aynadaki değişimimi görünce çok daha mutlu olarak, çok daha isteyerek ve sadece kendim için yaptım. (Bikini fitnessa) başladıktan sonra belim çok inceldi, kalçam bacaklarım çok büyüdü, sırtım sırtım çok güzel oldu ya gülüşmeler omuzlarım düzeldi tabii ki artık çok güzel ya gerçekten iyi ki yapmışım diyorum (Seda).

Foucault (2006) iktidarın eski dönem formlarını yorumlarken, norm dışı bireylerin kapatılma tekniklerinden bahseder ve bu durumun toplumun bireyleri tedavi ve ıslah eden disiplin pratikleri olduğunu ifade eder. Seda'nın deneyimlerini Foucault'cu perspektifle yorumladığımızda onun kış aylarında kendini kapamasına yol açan kıyafetler giymeyi sevmesini kendi bedeni kapa yoluyla disipline etme ve normalleştirme çabası olarak değerlendirebiliriz. Bu noktada Seda için bikini fitnessın onun kendi bedenini dönüştürmesini sağlayan ve ona özgüven kazandıran bir anlamı olduğunu görüyoruz. Araştırmalar spora katılımın kadınların güçlenmeleri için etkili bir potansiyel olduğunu ve bu yolla kadınların özgüven kazanması başta olmak üzere fiziksel özellikleri ve yetenekleri hakkında olumlu bakış açısı geliştirdikleri gibi pek çok olumlu kazanım edindiklerini ortaya koymaktadır (Blinde, Taub ve Hun, 1993; Shaffer ve Wittes, 2006; Theberge, 1987).

Görüştüğümüz bikini fitnessçılar için bu spor hem fiziksel hem de psikolojik güçlenmelerini sağlamaktadır. Bu araştırmada bikini fitnessta yarışmacı olmaları nedeniyle bedenleri ve yaşamları üzerinde kurulan denetim mekanizmalarına karşı sporcuların direniş pratikleri ve özgürlük kazanımları da önemli güçlenme pratiklerindedir. Örneğin Hür'ün bikini fitness yarışmalarına katılması ve yarışma fotoğrafını instagramda paylaşması ile bir akrabası bu yarışma pozunu görüp köydeki akrabalarına bildirmiş ve bu haber Hür'ün babasına kadar gitmiştir. Ve bu durum Hür'ün doğup büyüdüğü köyde onun "farklı yollara düşmüş gibi" algılanmasına ve bu yüzden ailesi ve akrabaları tarafından tehditler almasına neden olmuştur. Hür bu tehditlere rağmen bikini fitness yaşantısına devam ettiğini ve kendine zarar veren akrabalık ilişkilerini sonlandırdığını ifade etmiştir. "Devam ediyorum çünkü spor zevk aldığım bir şey, severek yaptığım bir şey benim için. Çünkü bir kaçış noktası, bunu da pes etmeden devam ettiriyorum" diyen Hür'e göre bu spora devam etmek kendi istediği ve tercih ettiği bir şeyi yapmak ve çocukluğundan bu yana üzerinde kurulan baskılardan kopmak anlamına gelmektedir.

Hür'ün yukarıdaki özgürleşme deneyimi gibi, bikini fitnessı daha profesyonel olarak sürdürmek amacıyla küçük bir şehirde yaşadığı için büyük bir şehre göç ederek spor yaşantısına devam eden Ayşe'nin sözleri de spor yoluyla kadınların güçlenmesine güzel bir örnektir. Ayşe yaşantısındaki bu radikal değişimin (göç etme) yanı sıra antrenmanlarda "kalçası belli olmasın diye" beline hırka bağlamasını isteyen ve instagramdaki bikinili fotoğraflarını kaldırtan sevgilisiyle ilişkisini sonlandırdığını görüşme esnasında ifade etmiştir.

Bikini fitness yarışmalarına katıldığı zamanları “hayatımın en mutlu dönemleri” olarak nitelmiştir. Dahası aşağıdaki sözlerinden hem bedeni üzerindeki denetime karşı direnişini, bedeninin kontrolünün kendine ait olduğunu bilmesi ile göstermiş hem de hem de bu alanda var olmalarına dair nasıl bir sorumluluğa sahip olduklarını hatırlatmıştır:

...Dikkat çekecek şekilde giyinmesin, dar giyinmesin, hatları belli olmasın tarzında, spor yaparken beline hırka bağlasın mesela. Bunu da istiyordu ve hiçbir zaman hırka bağlamadım gülüşmeler. Şu an Instagram'da hiçbir bikinili fotoğrafım yok, kaldırıldı ... Ama geri gelecek (gülüşmeler) ... Bundan birkaç sene sonra daha da normal olmaya başlayacak, kadın yarışmacılar daha da artacak ama işte bunu yine başaracak olan biziz.

Foucault'ya göre iktidarın olduğu her yerde direniş ya da direniş imkânı vardır (Foucault, 2014, s.21). Bu araştırmada sporcuların antrenmanlarda ve yarışmalarda giydikleri kıyafetler üzerinden ailelerinden –özellikle babalarından- ve sosyal çevrelerinden gelen ataerkil iktidarın denetlenmelerine pratiklerine karşı farklı direnişleri olduğu ortaya çıkmıştır:

Bizim fitness müdürümüz vardı, bayan ve 24 yaşında genç bir bayan. Benim hiçbir zaman renkli tayt giymemi istemiyordu. Salonun kalabalık olduğu saatlerde antrenman yapmamı istemiyordu ... Özellikle senin fiziğın çok dikkat çekiyor herkes sana bakıyor bu yüzden senin siyah tayt giymenin istiyorum şeklinde bir konuşma oldu ... Çünkü toplumdaki ahlâkı bedene bağladıkları için ... Ben de inadına her gün rengarenk taytlar giydim (Ayşe).

Tabii babama bir battı benim bikiniyle insanların içine çıkacak olmam ... Bana kalp krizi mi geçirteceksin demişti bir kere, yoooo dedim geçirmeyeceksin baba (gülüşmeler). Ondan sonra alıştı ama her zaman destekledi beni yarışmadan yine bir hafta önce babama gitmiştim gayet böyle yulafımı önüme koyuyordu etimi önüme koyuyordu falan çok destek oluyordu. Ne yapsın adam, ne desin yani çünkü ben yapacağım demişim bir kere, buna ne kadar tutkuyla bağlı olduğumu söylemişim (Seda).

Seda bikini fitnessı kararlı bir biçimde sürdürmeye devam ettiğini bunun sonucunda ise babasının artık antrenman ve yarışmaya dair yüklediği instagram postlarını beğenmeye başladığının altını çizmiştir. Muna ve Olga da babalarının bikini giymelerinden rahatsız olacaklarını düşündükleri için bikini fitnessa başladıklarını ilk başta babalarına söylemediklerini belirtmişlerdir. Fakat diğer sporcuların deneyimlerine benzer olarak onların bu spora adanmışlıkları ve önemli dereceler elde etmeleri neticesinde babalarının –ve başta bikini fitness yapıyor olmalarından rahatsız olan herkesin- kendilerine karşı olan yaklaşımlarını değiştirdikleri anlaşılmaktadır:

Dünya şampiyonu olunca babam artık anladı beni vazgeçiremeyeceğini. Çünkü deli kızını kendisi daha çok iyi tanıyor (Muna).

Yukarıdaki alıntılardan sporcuların bedenleri üzerindeki denetime meydan okuduklarını ve sahip oldukları başarılarla birlikte bu iktidar mekanizmalarına karşı direnebildikleri anlaşılıyor. Bikini fitness yoluyla güçlenme deneyimleri tüm sporcular için farklılık gösterse de bu deneyimin merkezinde yaşamları hakkında kendi kararlarını vermeleri, bağımsızlaşmaları, kendi kimliklerini inşa etmeleri ve bu kimliği (örneğin bikini fitnessçı kimlik) ailelerine ve sosyal çevrelerine kabul ettirmeleri, kendilerini güçlü ve mutlu hissetmeleri gibi kazanımlar vardır. Bununla birlikte sporcuların bikini ya da antrenman kıyafetlerine yönelik zaman zaman tehdite varan ataerkil iktidar pratiklerine rağmen bikini fitness deneyimlerini sürdürmeleri, geleneksel toplumsal cinsiyet düzenine ve ataerkil iktidara karşı oldukça güçlü bir direnç oluşturma ve dahası bu normları dönüştürme ihtimali taşımaktadır (Kavasoglu ve Macit, 2018).

SONUÇ

Bu araştırmada bikini fitnessın kadın sporcular için güçlendirici ve baskı kurucu yönleri analiz edilmiştir. Araştırmanın sonuçları, bikini fitnessçı kadınların bedenlerinin toplumsal cinsiyetlendirilmiş normlar ertafında inşa edildiğini göstermektedir. Bununla birlikte bu inşada iktidarın beden üzerindeki denetim mekanizmalarına karşı sporcuların farklı direniş biçimleri ve güçlenme pratikleri olduğu ortaya çıkmıştır.

Bulgularımız, bikini fitnessın, sporcular için çift yönlü anlamları olduğunu ortaya koymuştur. Bikini fitnessın kusursuz/mükemmel kadın mitine uygun bedene sahip olmak için, beden, kadınsı imaja hizmet eden bölümlerini çalıştırmayı temele alması, bikini fitnessın tektipleştirici ve bu nedenle baskı kurucu yönünü ortaya koyar. Buna karşın bikini fitnessta sporcuların bedenleri ile yakından bağ kurmaları ve onu diledikleri gibi inşa etmeleri onlara özgüven ve mutluluk vermesi bikini fitnessın güçlendirici yönünü ortaya koyar. Dahası görüştüğümüz sporcuların kaslı bedenlerini güzel ve çekici bulmaları ise yeni ve farklı kadınlık kimliklerinin inşa edildiğinin bir göstergesidir.

Bu araştırmanın bulguları, sporcuların antrenman kıyafetleri ve yarışma kıyafetleri (bikini) nedeniyle baskılandıklarını göstermektedir. Kadın bedeninin denetlenmesinin en yaygın ve somut biçimlerinden biri olan bu ataerkil iktidar kodlarına karşı sporcuların kararlılık ve azimle spor yaşantılarına devam etmeleri, bedenleri ve kendi yaşamları üzerinde kontrol sahibi olmalarına katkı sağlayan deneyimleri ve bedenlerinin denetlenmelerine karşı farklı direniş biçimleri geliştirmeleri, bikini fitness yoluyla güçlenme deneyimlerini ortaya koymaktadır.

Sonuç bikini fitnessın katılımcılar için hem baskı kurucu hem de güçlendirici anlamları vardır. Nitekim eleştirel feminist perspektifle yürütülen araştırmalar, kadın vücut geliştirmeyi, hem güçlendirici hem de güçsüzleştirici yönleriyle birlikte ele almanın önemine dikkat çekmektedirler (Grogan vd., 2004; Guthrie ve Castelnovo 1992; Johnston 1996; Martin ve Gavey 1996; Shea, 2001). Bu araştırmada bikini fitnessta beden toplumsal cinsiyetlendirildiği; beden normunun ataerkil iktidar mekanizmaları tarafından belirlenip denetlenmesi bakımından baskı kurucudur. Buna karşın bu alanın bikini fitnessçı kadınlar için bir mücadele ve güçlenme alanı olduğu ve geleneksel toplumsal cinsiyet rejimi için önemli bir meydan okuma ihtimali taşıdığı anlaşılmaktadır.

Bu araştırmada sadece elit düzey bikini fitnessçuların deneyimlerine odaklanmamız araştırmamızın sınırlılıklarından biridir. Henüz yarışma deneyimi olmayan ve daha genç bikini fitnessçularla yapılacak görüşmeler çok farklı iktidar ve direniş biçimleri ortaya koyabilir. Bununla birlikte vücut geliştirme ve fitnessın bodybuilding, fizik ve klasik vücut geliştirme gibi diğer kategorilerindeki sporcularla yapılacak araştırmalar, modern iktidarın sporcuların bedenlerine, söylem ve pratiklerine ne ölçüde sızdığını anlamamıza ve sporcuların branşları aracılığıyla ne gibi farklı güçlenmeler deneyimlediklerini analiz etmemize fırsat verecektir.

KAYNAKLAR

- Alkan, A. (2015). *Toplumsal cinsiyet anaakımlaştırma*. Ankara: Berk.
- Aspridis, A., O'Halloran, P., & Liamputtong, P. (2014). Female bodybuilding: perceived social and psychological effects of participating in the figure class. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 22(1), 24-29. DOI:10.1123/wspaj.2014-0008.
- Ataman, B., ve Çoban, B. (2016). *Gözetim toplumu* [Panoptikon]. B. Çoban ve B. Ataman (Der.), İstanbul: Ege.
- Baştürk, E. (2016). *Gözetimin soykütüğü: Foucault'dan Deleuze'e postmodern bir arkeoloji*. İstanbul: Kalkedon.
- Bell, M. C. (2008). Strength in muscle and beauty in integrity: Building a body for her. *Journal of the Philosophy of Sport*, 35(1), 43-62. DOI: 10.1080/00948705.2008.9714726.
- Berger, J. (2018). *Görme biçimleri*. İstanbul: Metis.
- Boyle, L. (2005). Flexing the tensions of female muscularity: How female bodybuilders negotiate normative femininity in competitive bodybuilding. *Women's Studies Quarterly*, 33(1/2), 134-149. [Erişim adresi: <https://www.jstor.org/stable/40005506>].
- Blinde, E. M., Taub, D. E., & Han, L. (1993). Sport participation and women's personal empowerment: Experiences of the college athlete. *Journal of Sport and Social Issues*, 17(1), 47-60. DOI: 10.1177/019372359301700107.
- Brace-Govan, J. (2004). Weighty matters: Control of women's access to physical strength. *The Sociological Review*, 52(4), 503-531. DOI: 10.1111/j.1467-954X.2004.00493.
- Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative research in psychology*, 3(2), 77-101. DOI: 10.1191/1478088706qp063oa.
- Bulgu, N., Koca Arıtan, C., ve Aşçı, F.H. (2007). Gündelik yaşam, kadın ve fiziksel aktivite. *Spor Bilimleri Dergisi*, 18(4), 167-181. [Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbd/issue/16399/171450>].
- Cantor, D., Bernay, T., & Stones, J. (1992). *Woman in power: The secrets of leadership*. Boston: Houghton Mifflin.
- Cole, C. L. (1993). Resisting the canon: Feminist cultural studies, sport, and technologies of the body. *Journal of Sport and Social Issues*, 17(2), 77-97. DOI:10.1177/019372359301700202.
- Cresswell, J.W. (2018). *Nitel araştırma yöntemleri*. M. Bütün ve S.B. Demir (Çev.), Ankara: Siyasal.
- Deem, R., & Gilroy, S. (1998). Physical activity, life-long learning and empowerment—situating sport in women's leisure. *Sport, Education and Society*, 3(1), 89-104. DOI: 10.1080/1357332980030106.

- Denzin, N. K. (2012). Triangulation 2.0. *Journal of mixed methods research*, 6(2),80-88. DOI: 10.1177/1558689812437186.
- Duncan, M. C. (1994). The politics of women's body images and practices: Foucault, the panopticon, and Shape magazine. *Journal of sport and social issues*, 18(1), 48-65. DOI: 10.1177/019372394018001004.
- Forbes, G. B., Adams-Curtis, L. E., Holmgren, K. M., & White, K. B. (2004). Perceptions of the social and personal characteristics of hypermuscular women and of the men who love them. *The Journal of Social Psychology*, 144(5), 487-506. DOI:10.3200/SOCP.144.5.487-506.
- Foucault, M. (1977). *Discipline and punish: The birth of the prison*. New York, NY: Pantheon Books.
- Foucault, M. (1980). *Power/knowledge: Selected interviews and other writings, 1972–1977*. New York, NY: Pantheon Books.
- Foucault, M. (1990). *The history of sexuality: An introduction*. Vintage.
- Foucault, M. (2006). *Deliliğin tarihi*. M.A. Kılıçbay (Çev.), İstanbul: İmge.
- Foucault, M. (2012). *İktidarın Gözü*. Seçme Yazılar 4. I. Ergüden (Çev.), İstanbul: Ayrıntı.
- Foucault, M. (2014). *Özne ve iktidar*. Seçme yazılar 2. I. Ergüden ve O. Akınbay (Çev.), İstanbul: Ayrıntı.
- George, M. (2005). Making sense of muscle: The body experiences of collegiate women athletes. *Sociological Inquiry*, 75(3), 317-345.
- Glesne, C. (2013). *Nitel araştırmaya giriş*. A. Ersoy ve P. Yalçınoglu (Çev.), Ankara: Anı.
- Grogan, S., Evans, R., Wright, S., & Hunter, G. (2004). Femininity and muscularity: Accounts of seven women body builders. *Journal of Gender Studies*, 13(1), 49-61. DOI: 10.1080/09589236.2004.10599914.
- Guthrie, S. R., & Castelnuovo, S. (1992). Elite women bodybuilders: Models of resistance or compliance? *Play & Culture*, 5(4), 401-408. [Erişim adresi: <https://psycnet.apa.org/record/1993-15707-001>].
- Ian, M. (2001). The primitive subject of female bodybuilding: Transgression and other postmodern myths. *Differences: a journal of feminist cultural studies*, 12(3), 69-100. [Erişim adresi: <https://english.rutgers.edu/images/documents/faculty/ian-ja-2001b.pdf>].
- Johnston, L. (1996). Flexing femininity: Female body-builders refiguring 'the body'. *Gender, Place and Culture: A Journal of Feminist Geography*, 3(3), 327-340. DOI: 10.1080/09663699625595.
- Kabeer, N. (2005). Gender equality and women's empowerment: A critical analysis of the third millennium development goal 1. *Gender & Development*, 13(1), 13-24. DOI: 10.1080/13552070512331332273.
- Kalav, A. (2015). *Değişen ve dönüşen sosyal bir olgu olarak namus ve toplumsal cinsiyet*. Yüksek lisans tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Anabilim Dalı, Antalya.
- Kavasoglu, İ. ve Koca, C. (2018). *Bikini fitnesssta toplumsal cinsiyetlendirilmiş beden*. 16. Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi bildiriler kitabı içinde (ss.1062). Antalya.
- Kavasoglu, İ. ve Macit, A. (2018). Denetimdeki bedenler: Bikini fitnesssta üretilen kadınlık kimliği. *Ulusal Spor Bilimleri Dergisi*, 2(1), 42-67. DOI: 10.30769/usbd.425447.
- Koca, C. (2006). Beden eğitimi ve spor alanında toplumsal cinsiyet ilişkileri. *Spor Bilimleri Dergisi Hacettepe*, 17 (2): 81-99. [Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/pub/sbd/issue/16401/171459>].

- Koca, C. (2017). Spor bilimlerinde nitel araştırma yaklaşımı. *Spor Bilimleri Dergisi*, 28(1), 30-48.
- Koca, C., ve Bulgu, N. (2005). Spor ve toplumsal cinsiyet: Genel bir bakış. *Toplum ve Bilim*, 103, 163- 181.
- Krane, V. (2001). We can be athletic and feminine, but do we want to? Challenging hegemonic femininity in women's sport. *Quest*, 53(1), 115-133.
- Krane, V., Choi, P. Y., Baird, S. M., Aimar, C. M., & Kauer, K. J. (2004). Living the paradox: Female athletes negotiate femininity and muscularity. *Sex roles*, 50(5-6), 315-329. DOI: 10.1023/B:SERS.0000018888.48437.4f.
- Kyei, S. (2019). Empowering rural women for gender equality in Ashanti region of Ghana through programmes and projects. *International Journal of Scientific and Research Publications*, 9(1), 830-840. DOI: 10.29322/IJSRP.9.01.2019.p85104.
- Lincoln, Y. S., & Guba, E. G. (1985). *Naturalistic Inquiry*. California: Sage.
- Markula, P. (1995). Firm but shapely, fit but sexy, strong but thin: The postmodern aerobicizing female bodies. *Sociology of Sport Journal*, 12, 424-453.
- Markula, P. (2004). "Tuning into one's self:" Foucault's technologies of the self and mindful fitness. *Sociology of sport journal*, 21(3), 302-321.
- Martin, L. S., & Gavey, N. (1996). Women's bodybuilding: feminist resistance and/or femininity's recuperation? *Body & Society*, 2(4), 45-57. DOI: 10.1177/1357034X96002004003.
- McGrath, S. A., & Chananie-Hill, R. A. (2009). "Big freaky-looking women": Normalizing gender transgression through bodybuilding. *Sociology of Sport Journal*, 26(2), 235-254. DOI: 10.1123/ssj.26.2.235.
- Merriam, S. B. (2015). *Nitel araştırma: Desen ve uygulama için bir rehber*. Ankara: Nobel.
- Obel, C. (1996). Collapsing gender in competitive bodybuilding: researching contradictions and ambiguity in sport. *International Review for the Sociology of Sport*, 31(2), 185-202. DOI: 10.1177/101269029603100205.
- Öztürk, P., ve Koca, C. (2014). Egzersiz ve performans sporunda beden politikaları. *Toplum ve Hekim*, 29(5), 333-343.
- Rahbari, L. (2019). Pushing gender to its limits: Iranian women bodybuilders on instagram. *Journal of Gender Studies*, 28(5), 591-602. DOI: 10.1080/09589236.2019.1597582.
- Rail, G., & Harvey, J. (1995). Body at work: Michel Foucault and the sociology of sport. *Sociology of sport journal*, 12(2), 164-179.
- Rowlands, J. (1995). Empowerment examined. *Development in practice*, 5(2), 101-107. DOI: 10.1080/0961452951000157074
- Schulze, L., (1990). On the muscle. Gaines, J. & Herzog, C. (Eds.), In *Fabrications: Costume and the Female Body* (59-78). New York: Routledge.
- Schur, E. M. (1984). *Labeling women deviant: Gender, stigma, and social control*. New York: Random House.
- Scott, A. (2011). Pumping up the pump: An exploration of femininity and female bodybuilding. *Vis-à-vis: Explorations in Anthropology*, 11(1), 70-88. [Erişim adresi: <https://pdfs.semanticscholar.org>].
- Shea, B. C. (2001). The paradox of pumping iron: Female bodybuilding as resistance and compliance. *Women and Language*, 24(2), 42-47. DOI: 10.1215/10407391-12-3-69.

- Shaffer, D. R., & Wittes, E. (2006). Women's precollege sports participation, enjoyment of sports, and self-esteem. *Sex Roles*, 55(3-4), 225-232. DOI: 10.1007/s11199-006-9074-3.
- Shilling, C., & Bunsell, T. (2009). The female bodybuilder as a gender outlaw. *Qualitative research in sport and exercise*, 1(2), 141-159. DOI: 10.1080/2159676X.2014.928897.
- Strandberg, N. (2002). *Conceptualising empowerment as a transformative strategy for poverty eradication and the implications for measuring progress. Empowerment of women as a transformative strategy for poverty eradication*. New Delhi: UN-DAW Expert Group Meetings.
- Tajrobehkar, B. (2016). Flirting with the judges: Bikini fitness competitors' negotiations of femininity in bodybuilding competitions. *Sociology of Sport Journal*, 33(4), 294-304. DOI: 10.1123/ssj.2015-0152.
- Theberge, N. (1987). Sport and women's empowerment. *Women's Studies International Forum*, 10, 387-393. DOI: 10.1016/0277-5395(87)90056-2.
- Thorpe, H. (2008). Foucault, technologies of self, and the media: Discourses of femininity in snowboarding culture. *Journal of sport and social issues*, 32(2), 199-229. DOI: 10.1177/0193723508315206.
- UNDP, (2014). *UNDP Gender and equality strategy 2014-2017, the future we want: Right and empowerment*. New York.
- Wesely, J. K. (2001). Negotiating gender: Bodybuilding and the natural/unnatural continuum. *Sociology of Sport Journal*, 18(2), 162-180. DOI: 10.1123/ssj.18.2.162.
- Worthen, M. G., & Baker, S. A. (2016). Pushing up on the glass ceiling of female muscularity: women's bodybuilding as edgework. *Deviant Behavior*, 37(5), 471-495. DOI: 10.1080/01639625.2015.1060741.

ELEKTRONİK KAYNAKLAR

<https://ifbb.com/our-disciplines/> 10.01.2019.

<https://www.ifbbwa.com/bikini-rules/> 06.05.2019

<http://ifbb.com/wp-content/uploads/RULES/Women-Bikini-Fitness-Rules-2019.pdf> 21.11.2019

<http://npcnewsonline.com/2017-npc-usa-womens-overall-winners-photos-gallery-bikini-figure-physique-bodybuilding/370015/> 21.11.2019



Bu eser **Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.

Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği (Uyarlama Çalışması)

Esin HAZAR¹ , Zekihan HAZAR^{2*} 

¹Sivas Merkez Karşıyaka Nuri Dönmezcan İlkokulu, Sivas.

²Niğde Ömer Halisdemir Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 29.11.2019

Kabul Tarihi: 23.12.2019

DOI: 10.25307/jssr.652854

Online Yayın Tarihi: 31.12.2019

Öz

Bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerine yönelik dijital oyun bağımlılığı ölçeği uyarlayarak bu problemin tespitine ve çözümüne yönelik alanyazına katkı sağlamaktır. Uyarlanan ölçeğin taslak formu, amaçlı örnekleme yöntemine göre seçilen Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören ve 18-22 yaş aralığında bulunan öğrencilere uygulanmıştır. Örneklem grubunu 93'si kadın, 202'i erkek toplam 295 kişi oluşturmaktadır. Elde edilen veriler, SPSS 21.0 paket program ve Amos 26 kullanılarak geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır. Yapı geçerliliği için açımlayıcı ve doğrulayıcı faktör analizleri uygulanmıştır. Verilerin faktör analizi için uygunluğu için Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) katsayısı ve Bartlett Küresellik Testi yapılmıştır ve yapılan analiz sonucunda KMO değeri ,91 ve Bartlett Küresellik testi sonucunda anlamlılık değeri $p < .001$ çıkmıştır. Maddelerin ölçülmek istenen özelliğe sahip olan bireyler ile olmayan bireyleri ayırt edebilme gücü, toplam ölçek puanına göre belirlenen üst % 27 (ölçülen özelliğe yüksek düzeyde sahip olan bireyler) ve alt % 27 (ölçülen özelliğe düşük düzeyde sahip olan bireyler) gruplarının ortalama puanlarının bağımsız t-testi yapılarak incelenmiştir. Ölçeğin açıkladığı varyansın % 59,61 olduğu görülmüştür. Analiz sonuçlarında faktörlerin korelasyon değerlerinin 0,58 ile 0,75 arasında değiştiği görülmektedir. Analiz sonuçlarına göre; ölçeğin uyum değerleri sırasıyla; χ^2/sd (398/186): 2,14, RMSEA: 0,08, GFI=0,80, AGFI=0,76, CFI=0,89, IFI: 0,89, PGFI: 0,65 ve PNFI: 0,73 olarak bulunmuştur. Elde edilen sonuçların iyi varsayılan aralık ve kabul edilebilir aralık değerleri arasında olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar ölçeğin faktör yapısını doğrulamaktadır. Sonuç olarak; bu araştırma kapsamında uyarlanan "Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği" nin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Oyun, Dijital oyun, Bağımlılık, Dijital oyun bağımlılığı, Üniversite öğrencileri.

Digital Game Addiction Scale For University Students (Adaptation Study)

Abstract

The purpose of this research is to adaptation a digital game addiction scale for university students and to contribute to the literature for the solution of this problem. The draft form of the developed scale was applied to the students between the ages of 18-22 who were studying in the Faculty of Sport Sciences selected according to purposive sampling method. The sample group consisted of 93 female and 202 male students, 295 students in total. The obtained data were analyzed using SPSS 21.0 and Amos 26. For construct validity, exploratory and confirmatory factor analysis were performed. Fitness of the data for factor analysis was investigated by item analysis, the Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) coefficient and the Bartlett Sphericity Test. KMO value was found to be ,91 and Bartlett Sphericity test was found to be $p < .001$. The reliability of the instrument was tested by the Cronbach Alpha internal consistency coefficient and Independent T Test conducted by calculating the mean scores of the top 27% (participants with high levels of measured characteristics) of the group and the sub 27% (participants with low levels of measured characteristics) of the group. The variance explained by the scale was found to be 59.61%. The results of the analysis showed that the correlation values of the factors varied between 0.58 and 0.75. According to the analysis results; The model fit indices of the scale were; $\chi^2 // sd$ (398/186): 2.14, RMSEA: 0.08, GFI = 0.80, AGFI = 0.76, CFI = 0.89, IFI: 0.89, PGFI: 0.65 and PNFI: 0.73. It is seen that the results are between the good fit and the acceptable. These results confirm the factor structure of the scale. As a result, it can be said that Digital Game Addiction Scale for University Students developed within the scope of this research is a valid and reliable scale.

Key words: Game, Digital game, Addiction, Digital game addiction, University students.

* Sorumlu Yazar: Zekihan HAZAR, Eposta: zekihanhazar84@gmail.com

GİRİŞ

Teknolojik gelişmeler eğitimden-sağlığa, iletişimden-ulaşıma yaşamın birçok alanına etki etmekle beraber bu etki her yaş grubundan, her cinsiyetten ve her eğitim seviyesinden birçok bireyi etkisi altına almaktadır. Temel yaşam alanlarından birisi olan oyunlar da bu değişimden payını almış ve insanoğlunun oyun aracı olarak doğada kendiliğinden var olan birtakım materyalleri kullandığı bir biçimden bugün en gelişmiş hali olan dijital oyunlara evrilmiştir. Dijital oyun dünyasındaki çeşitlilik her yaştan, cinsiyetten ve eğitim seviyesinden bireyin ilgisini çekerek çok geniş bir kitleyi etkisi altına almıştır.

Dijital oyun oynayan bireylerin genel profili incelendiğinde, bu kitlenin oyun oynama yaşının 3 yaşından başlayarak çocukluk, ergenlik, genç yetişkinlik ve yaşlılık dönemlerini kapsayacak biçimde çok geniş bir yelpaze oluşturduğu görülmektedir. Ancak dijital oyunları en yoğun şekilde oynayan kesimin özellikle çocukluk ve gençlik dönemindeki bireyler olduğu görülmektedir. Özellikle üniversite öğrenim çağında olan genç bireylerin çocuklara göre daha bağımsız bir yaşam biçimine sahip olmaları ve akıllı telefonlar başta olmak üzere çeşitli oyun araçları ve internet erişimi kolaylığı gibi faktörler bu kitlenin dijital oyunlarla daha fazla zaman geçirmelerine neden olmaktadır. Ayrıca tarihsel zaman açısından değerlendirildiğinde 2000’li yıllarda çocuk olan bireylerin bugün genç yetişkinler olduğu da göz önüne alındığında bu bireylerin dijital oyunlarla geçirdiği süre itibariyle bir bağımlılık durumunun oluşması güçlü bir olasılıktır (Akçayır, 2013; Erboy, 2010; Griffiths ve Meredith, 2009; Lieberman, Fisk ve Biely, 2009; Torun, Akçay ve Çolaklar, 2015; Yalçın ve Bertiz, 2019). Dijital oyunların, gerek çocuklar gerekse yetişkinler üzerinde zamanla iletişim problemleri, sosyal ilişkilerin bozulması, okul ve çalışma hayatının olumsuz etkilenmesine neden olduğunu ve bu durumun uzun vadede oyun bağımlılığı gibi önemli bir soruna yol açtığı ifade edilmektedirler. Alanyazın incelendiğinde dijital oyun bağımlılığı ile ilgili yurtiçinde yapılan araştırmalarda, geliştirilen veya uyarlanan ölçeklerin daha çok çocuk ve ergenlere yönelik olduğu ancak üniversite öğrenimi düzeyinde olan bireylere yönelik böyle bir ölçek olmadığı görülmüştür (Akın, Usta, Başa ve Özçelik, 2016; Anlı ve Taş, 2018; Ayas ve Çakır-Balta, 2008; Ayas, Çakır ve Horzum, 2011; Baysak, Kaya, Dalgar ve Candansayar, 2016; Evren vd., 2018; Ilgaz, 2015; Kaya, 2013; Şahin, Keskin ve Yurdugül, 2019; Yılmaz, Griffiths ve Kan, 2017). Bu araştırmanın amacı; üniversite öğrencilerine yönelik dijital oyun bağımlılığı ölçeği uyarlayarak bu problemin tespitine ve çözümüne yönelik alanyazına katkı sağlamaktır.

YÖNTEM

Bu bölümde araştırma kapsamında ele alınan veri toplama aracı ve çalışma grubu ve analizlere yönelik bilgiler yer almaktadır.

İşlem

Ölçek geliştirme sürecinde; Hazar ve Hazar tarafından 2017 yılında geliştirilmiş olan “Çocuklar İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” temel alınmış ve bu ölçek maddeleri başta uzman görüşleri olmak üzere çeşitli analizlere tabi tutularak farklı bir popülasyondaki geçerlik ve güvenilirlik durumu analiz edilmiştir. Bu analizlere ilişkin bilgiler aşama aşama verilmiştir.

Çalışma Grubu

Uyarlanan ölçeğin taslak formu, amaçlı örnekleme yöntemine göre seçilen katılımcılara uygulanmıştır. Amaçlı örnekleme, belirli, sınırlayıcı ve ulaşılması güç bireysel özelliklere sahip bireyler üzerinde yapılması uygun olan bir örnekleme tekniğidir (Erkuş, 2014). Ölçek, Spor Bilimleri Fakültesinde öğrenim gören ve 18-22 yaş aralığında bulunan öğrencilerden gönüllü olarak katılmayı kabul eden öğrencilere uygulanmıştır. Birinci pilot uygulamada toplanan 170 ölçekten doğru olarak doldurulduğu kabul edilen 143 ölçek değerlendirmeye alınmıştır. Yaş ortalaması 19 olan örneklem grubunu 52'si kadın, 91'i erkek toplam 143 kişi oluşturmaktadır. İkinci pilot uygulamada toplanan 170 ölçekten doğru olarak doldurulduğu kabul edilen 152 ölçek değerlendirmeye alınmıştır. Yaş ortalaması 19 olan örneklem grubunu, 41'i kadın, 111'i erkek toplam 152 kişi oluşturmaktadır. Ölçekteki ifadelerin değerlendirilmesinde 5 puanlı Likert tipi ölçekten yararlanılmıştır (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Kararsızım, 4 = Katılıyorum, 5 = Tamamen Katılıyorum). Elde edilen veriler, SPSS 21.0 paket program ve Amos 26 kullanılarak geçerlik ve güvenirlik çalışması yapılmıştır.

Ölçeğin Geçerlilik ve Güvenirlik Çalışmaları

Uyarlanan ölçeğin ön uygulamasının ardından elde edilen verilerin analizi kapsamında geçerlilik ve güvenirlik analizleri yapılmıştır. Taslak ölçeğin geçerlilik ve güvenirlik işlemleri yapılırken faktör analizi öncesinde ölçekte yer alan maddelerin işlevlerinin tespit edilip daha sağlam maddelerle faktör analizinin yapılabilmesi için test maddelerinden alınan puanlar ile madde toplam puanı arasındaki ilişki incelenmiştir. Verilerin analizinde SPSS 21,0 paket program kullanılmıştır. SPSS programına veri girişi yapıldıktan sonra yanlış veri ve kayıp veri kontrolleri yapılmıştır.

Taslak ölçek hazırlanırken orijinal ölçekte yer alan üç madde (m5: *Annem ve babam dijital oyun oynamamı engellerse onlara dijital oyun oynamak için ısrar ederim*, m12: *Dijital oyun oynadığım için arkadaşlarımla başka oyunlar oynamaya zamanım kalmaz*, m23: *Başkalarına (aile, arkadaşlar, öğretmenler vb.) dijital oyun oynadığım süreyle ilgili yalan söylediğim olur*) araştırmanın çalışma grubunun yaş özellikleri dikkate alınarak uzman görüşleri doğrultusunda çıkarılmıştır. Yapı geçerliliği için faktör analizi uygulanmıştır. Faktör analizi aynı yapıyı ölçen değişkenleri bir araya toplayarak ölçmeyi az sayıda faktör ile açıklamayı amaçlar. Açımlayıcı ve doğrulayıcı olmak üzere iki faktör analizi yaklaşımı vardır. Açımlayıcı Faktör Analizi (AFA) değişkenler arası ilişkileri baz alarak faktör bulmak için yapılırken; Doğrulayıcı Faktör Analizi (DFA) değişkenler arası ilişkiye dair daha önce belirlenen bir hipotezi test etmeyi amaçlar (Büyüköztürk, 2014). Uyarlanan ölçeğin yapı geçerliliğini incelemek için ilk olarak açımlayıcı faktör analizi uygulanmıştır. Faktör analizinde temel bileşenler analizi yöntemi kullanılmıştır. Faktörleştirmede kullanılan temel eksenler, maksimum olabilirlik, çoklu gruplandırma ve temel bileşenler analizi gibi birçok yöntem vardır. Temel bileşenler analizi, değişken azaltma ve anlamlı kavramsal yapıları ulaşmayı amaçlayan ve uygulamada en sık ve yaygın kullanılan çok değişkenli istatistiktir (Büyüköztürk, 2014). Elde edilen faktörlerin yorumlanmasına açıklık getirmek için eksen döndürmesi yapılmıştır. Dik ve eğik olmak üzere iki tür döndürme yaklaşımı vardır. Dik döndürmede faktörler aynı açıyla döndürülürken, eğik döndürmede faktörlerin birbirleriyle ilişkili olduğu varsayılarak farklı açılarla döndürme yapılır. Sosyal bilimlerde ölçek

geliştirmede sıklıkla dik döndürme tercih edilmektedir. Varimax ve quartimax en sık kullanılan tekniklerdendir (Büyüköztürk, 2014). Bu çalışmada Varimax döndürme tekniği kullanılmıştır. Faktörleştirmenin sağlıklı olması için önemli faktör sayısına karar verilmesinde bazı ölçütler kullanılmaktadır. Bunlardan ilki özdeğer (eigenvalue) faktör sayısına karar vermede kullanılan önemli bir katsayıdır. Öz değeri 1 ya da 1'den büyük faktörler önemli kabul edilir. Ayrıca, açıklanan varyans oranı da önemli faktörleri belirleme de kullanılabilir. Değişkenlerle ilgili toplam varyansın 2/3'ü kadar miktarının ilk olarak kapsadığı faktör sayısı önemli faktör sayısı olarak değerlendirilir (Büyüköztürk, 2014).

AFA sonrası taslak ölçeğin güvenilirlik analizi için test puanları arasındaki iç tutarlılığı belirlemede Cronbach Alfa (α) katsayısı kullanılmıştır. Geçerlilik güvenilirlik analizlerinin ardından ölçek ve alt faktörleri arasındaki ilişkiler korelasyon değerleri hesaplanarak incelenmiştir. Açıklayıcı faktör analizi sonucunda çıkan faktör yapısını doğrulamak için AMOS 26 programı kullanılarak Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılmıştır. Doğrulayıcı faktör analizi, açıklayıcı faktör analizinde ulaşılan faktör yapılarını denetlemek amacıyla yararlanılan bir test yöntemidir (Özdamar, 2016). DFA'da analiz süreci, AFA gibi gözlenen değişkenlerin bir setiyle başlar ve faktörler altında daha küçük bir sayı kullanılarak değişkenler arasındaki ilişki açıklanmaya çalışılır (Çelik ve Yılmaz, 2013). DFA öncesinde ölçekte yer alan maddelerin işlevliklerinin tespit edilip daha sağlam maddelerle faktör analizinin yapılabilmesi için toplam puan ve madde puanları incelenmiştir. Doğrulayıcı faktör analizinde birçok uyum değeri kullanılmaktadır. Bu çalışmada kullanılan uyum değerleri: Ki-Kare Uyum Testi (Chi-Square Goodness), Hata Kareler Ortalamasının Karekökü (Root Mean Square Error of Approximation, RMSEA), Tutarlı Uyum İndeksi (Parsimony Goodness of Fit Index, PGFI), Tutarlı Standart Uyum İndeksi (Parsimony Normed Fit Index, PNFI), Uyum İyiliği İndeksi (Goodness of Fit Index, GFI), Düzeltilmiş Uyum İyiliği İndeksi (Adjustment Goodness of Fit Index, AGFI), Artan Uyum İndeksi (Incremental Fit Index, IFI), Karşılaştırmalı Uyum İndeksi (Comparative Fit Index, CFI) modelin uyum iyiliğini belirlemek için kullanılmıştır. DFA sonrası taslak ölçeğin güvenilirlik analizi için test puanları arasındaki iç tutarlılığı belirlemek için Cronbach Alfa(α) katsayısı ve faktörler arası korelasyon değerleri hesaplanmıştır. Maddelerin ölçülme istenen özelliğe sahip olan bireyler ile olmayan bireyleri ayırt edebilme gücü, toplam ölçek puanına göre belirlenen üst % 27 (ölçülen özelliğe yüksek düzeyde sahip olan bireyler) ve alt % 27 (ölçülen özelliğe düşük düzeyde sahip olan bireyler) gruplarının ortalama puanlarının bağımsız t-testi yapılarak incelenmiştir.

BULGULAR

Verilerin faktör analizi için uygunluğunu belirlemek için test maddelerinden alınan puanlar ile madde toplam puanı arasındaki ilişkiye bakılmaktadır (Erkuş, 2014). Madde toplam korelasyonun pozitif ve yüksek olması maddelerin benzer davranışları örneklendirdiğini ve testin iç tutarlılığının yüksek olduğunu göstermektedir. Madde-toplam puan korelasyon katsayısının 0,30 ve daha yüksek olan maddelerin bireyleri iyi derecede ayırt ettiği belirtilmektedir (Büyüköztürk, 2014). Tablo 1 'de madde toplam puan korelasyon katsayıları (r) verilmiştir.

Tablo 1. Taslak ölçeğe ait madde toplam puan korelasyon Katsayıları

| Madde No | \bar{X} | Ss | r |
|----------|-----------|------|------|
| 1 | 3,04 | 1,37 | ,457 |
| 2 | 2,37 | 1,22 | ,497 |
| 3 | 2,36 | 1,17 | ,589 |
| 4 | 2,30 | 1,22 | ,410 |
| 6 | 1,97 | 1,08 | ,674 |
| 7 | 2,02 | 1,21 | ,632 |
| 8 | 1,81 | 1,03 | ,695 |
| 9 | 2,06 | 1,22 | ,812 |
| 10 | 2,02 | 1,19 | ,742 |
| 11 | 2,53 | 1,36 | ,717 |
| 13 | 1,88 | 1,12 | ,712 |
| 14 | 2 | 1,25 | ,756 |
| 15 | 1,99 | 1,17 | ,732 |
| 16 | 2,49 | 1,26 | ,625 |
| 17 | 2,24 | 1,33 | ,500 |
| 18 | 2,11 | 1,21 | ,748 |
| 19 | 2,08 | 1,23 | ,613 |
| 20 | 2,13 | 1,09 | ,564 |
| 21 | 2,11 | 1,14 | ,653 |
| 22 | 1,95 | 1,05 | ,714 |
| 24 | 2,08 | 1,25 | ,742 |

Madde puanları dizisi ile ölçek puanı dizisi arasında hesaplanan Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayıları Tablo 1’de verilmiştir. Korelasyon değerlerinin 0,45 ile 0,81 değerleri arasında değiştiği görülmektedir. Korelasyon değeri 0.30’dan az, ayırt edicilik özelliği düşük madde bulunmadığı için pilot uygulamadan elde edilen verilerin madde analizi işlemleri sonucunda 21 maddelik ölçek ile faktör analizi yapılmıştır.

Verilerin faktör analizi için uygunluğu Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) katsayısı ve Bartlett Küresellik Testi ile incelenmiştir. Sonuçlar Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2. KMO Bartlett küresellik testi tablosu

| Kaiser-Meyer-Olkin Örneklem Yeterliği Ölçümü | | ,91 |
|--|---------------------|----------|
| Bartlett's Küresellik Testi | Yaklaşık ki-kare | 1755,294 |
| | Serbestlik derecesi | 210 |
| | Anlamlılık düzeyi | ,000* |

*p<0.001

Tablo-2 incelendiğinde ölçeğin KMO değerinin ,91 ve Bartlett testi sonucunun p=,000<0,01 olduğu görülmektedir. Değişkenler arasında oldukça yüksek korelasyon olduğunu gösteren bu sonuçlara göre veriler çoklu normal dağılımdan gelmiş ve örneklem büyüklüğü yeterlidir.

21 maddelik taslak formun faktör yapısını belirlemek amacıyla 143 katılımcıdan elde edilen verilerle yapılan açımlayıcı faktör analizi ortak faktör varyansı (communality) değerleri Tablo-3’te verilmiştir.

Tablo 3. Taslak ölçeğin ortak faktör varyans değerleri

| Madde No | Ortak Varyans |
|----------|---------------|
| M1 | ,710 |
| M2 | ,478 |
| M3 | ,664 |
| M4 | ,547 |
| M6 | ,657 |
| M7 | ,522 |
| M8 | ,653 |
| M9 | ,705 |
| M10 | ,598 |
| M11 | ,614 |
| M13 | ,584 |
| M14 | ,635 |
| M15 | ,650 |
| M16 | ,561 |
| M17 | ,494 |
| M18 | ,639 |
| M19 | ,618 |
| M20 | ,379 |
| M21 | ,576 |
| M22 | ,615 |
| M24 | ,621 |

Tablo 3'te ölçek maddelerinin ortak faktör varyans değerleri görülmektedir. Bu değer maddelerin her bir faktördeki yük değerlerine bağlıdır ve artırılması amaçlanır (Büyüköztürk, 2014). Ölçek maddelerinin ortak varyans katsayıları ,379-,710 arasında değişmektedir.

Mevcut değişkenlerin (ölçek maddelerinin) kaç tane önemli faktörü ölçtüğüne karar vermek için öz değer (eigen value) ve açıklanan varyans oranlarına (total variance explained) bakılması önerilmektedir. Tablo 4'te ölçeğin öz değer ve açıklanan varyans oranlarına ait bilgiler yer almaktadır.

Tablo 4. Taslak ölçeğin öz değer ve açıklanan varyans oranları

| Madde No | İlk Öz değer | | | Açımlayıcı Kareler Toplam Yükleri | | |
|----------|--------------|-----------|-------------|-----------------------------------|-----------|-------------|
| | Toplam | Varyans % | Birikimli % | Toplam | Varyans % | Birikimli % |
| 1 | 9,597 | 45,701 | 45,701 | 9,597 | 45,701 | 45,701 |
| 2 | 1,638 | 7,799 | 53,500 | 1,638 | 7,799 | 53,500 |
| 3 | 1,285 | 6,118 | 59,618 | 1,285 | 6,118 | 59,618 |
| 4 | ,953 | 4,537 | 64,155 | | | |
| 6 | ,862 | 4,106 | 68,261 | | | |
| 7 | ,807 | 3,841 | 72,102 | | | |
| 8 | ,762 | 3,630 | 75,732 | | | |
| 9 | ,611 | 2,908 | 78,640 | | | |
| 10 | ,606 | 2,886 | 81,525 | | | |
| 11 | ,532 | 2,534 | 84,060 | | | |
| 14 | ,446 | 2,122 | 86,182 | | | |
| 15 | ,434 | 2,066 | 88,248 | | | |
| 16 | ,408 | 1,944 | 90,192 | | | |
| 17 | ,365 | 1,740 | 91,931 | | | |
| 18 | ,328 | 1,564 | 93,495 | | | |
| 19 | ,300 | 1,427 | 94,922 | | | |
| 20 | ,284 | 1,353 | 96,275 | | | |
| 21 | ,238 | 1,132 | 97,406 | | | |
| 22 | ,234 | 1,113 | 98,520 | | | |
| 24 | ,188 | ,894 | 99,413 | | | |

Tablo 4. incelendiğinde taslak ölçeğin toplam varyansın % 59,61'ini açıklayan %1 öz değere sahip olan 3 boyutlu bir yapıya sahip olduğu görülmektedir.

Tablo 5. AFA sonucu taslak ölçeğe ait maddeler ve faktör yük değerleri

| Faktörler | Faktör yükleri | | |
|---|----------------|------|------|
| | 1 | 2 | 3 |
| FAKTÖR 1 (AŞIRI ODAKLANMA ve ERTELEME) | | | |
| M19 Dijital oyun oynamak için derslerimi aksattığım zamanlar olur. | ,767 | | |
| M18 Dijital oyunlar hayatımın olmazsa olmaz bir parçasıdır (benim için çok önemlidir). | ,698 | | |
| M21 Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana sıkıcı gelir. | ,696 | | |
| M24 Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir. | ,672 | | |
| M17 Dijital oyun oynadığım için başka türlü eğlenceli aktivitelere (spor, müzik gibi) zamanım kalmaz. | ,663 | | |
| M15 Sabah uyandığımda aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur. | ,628 | | |
| M9 Okul dışındaki vaktimin çoğunu dijital oyun oynayarak geçiririm. | ,622 | | |
| M22 Okula gitmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim. | ,601 | | |
| M16 Bilgisayar, telefon, tablet ve konsol gibi dijital oyun araçlarından uzak kalmayı istemem. | ,596 | | |
| M14 Başkaları ile yüz yüze sohbet etmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim. | ,584 | | |
| M20 Dijital oyun oynarken tuvalet ihtiyacımı ertelediğim zamanlar olur. | ,538 | | |
| FAKTÖR 2 (YOKSUNLUK VE ARAYIŞ) | | | |
| M6 İstediyim zaman dijital oyun oynayamazsam sinirlenirim/öfkelenirim. | | ,741 | |
| M8 Dijital oyun oynamadığım zaman iştahım kaçar. | | ,702 | |
| M4 Dijital oyun oynamadığım zaman kendimi huzursuz hissederim. | | ,654 | |
| M7 Sınıfta ders esnasında dijital oyun oynamayı hayal ederim. | | ,625 | |
| M13 Ev dışında herhangi bir yere gittiğimde dijital oyun oynayabileceğim bir araç (bilgisayar, telefon, tablet, konsol vb.) var mı diye etrafa bakırım. | | ,535 | |
| M10 Bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur. | | ,518 | |
| FAKTÖR 3 (DUYGU DEĞİŞİMİ VE DALMA) | | | |
| M1 Mutsuz olduğum zamanlarda dijital oyun oynamak beni rahatlatır. | | | ,822 |
| M3 Her defasında daha uzun süre dijital oyun oynamak isterim. | | | ,729 |
| M2 Dijital oyun oynarken acıktığının farkına varmam. | | | ,564 |
| M11 Gün içerisinde birden bire/aniden dijital oyun oynamayı istediğim zamanlar olur. | | | ,549 |

Tablo 5 incelendiğinde 1. faktördeki yük değerlerinin ,53 ile ,76 arasında olduğu, 2. faktördeki yük değerlerinin ,51 ile ,74 arasında, 3. faktördeki yük değerlerinin ,54 ile ,82 arasında, arasında değiştiği görülmektedir. Birinci alt faktör 19,18,21,24,17,15,9, 22,16,14,20; ikinci alt faktör 6,8,4,7,13,10, üçüncü alt faktör 1,3,2 ve 11. maddelerden oluşmuştur.

Ölçeğin AFA Sonrası Güvenirlik Çalışmaları

Faktör analizi sonucunda belirlenen madde ve faktörlerin güvenirliliği için faktörler arası korelasyon değerleri ve Cronbach Alfa (α) katsayısı hesaplanmıştır. Tablo 6 'da ölçeğin bütününe ve alt boyutlarına ilişkin Cronbach Alpha ve faktörler arası korelasyon değerleri verilmiştir.

Tablo 6. Faktörlerin korelasyon (r) ve güvenirlik (α) değerleri

| Faktörler | Faktör 1 | Faktör 2 | Faktör 3 | Toplam Puan |
|-----------------------------------|----------|----------|----------|-------------|
| Faktör 1 | | ,75** | ,58** | ,94** |
| Faktör 2 | ,75** | 1 | ,62** | ,88** |
| Faktör 3 | ,58** | ,62** | 1 | ,76** |
| α | ,93 | ,88 | ,75 | |
| Toplam α | | | | ,92 |

*p<0,05, **p<0,01

Tablo-6 'da alt faktörlerin α değerleri ve diğer faktörlerle olan korelasyon değerleri görülmektedir. Korelasyon katsayısının 1,00 olması, mükemmel pozitif bir ilişkiyi; -1,00

olması, mükemmel negatif bir ilişkiyi; 0,00 olması, ilişkinin olmadığını gösterir. Korelasyon katsayısının, mutlak değer olarak, 0,70-1,00 arasında olması yüksek; 0,70-0,30 arasında olması, orta; 0,30-0,00 arasında olması ise, düşük düzeyde bir ilişki olarak tanımlanabilir (Büyüköztürk, 2014). Analiz sonuçlarında faktörlerin korelasyon değerlerinin 0,58 ile 0,75 arasında değiştiği görülmektedir. Bu sonuçlara göre faktörlerin birbirleri ile orta ve yüksek düzeyde ilişkili olduğu söylenebilir. Faktörlerin Cronbach Alpha katsayıları birinci alt faktör için ,93; ikinci alt faktör için ,88, üçüncü alt faktör için ,75, ve toplam ölçek için ise ,92 bulunmuştur.

İkinci Pilot Uygulama: Açımlayıcı faktör analizi sonucunda ortaya çıkan yapıyı doğrulamak amacıyla yapılan doğrulayıcı faktör analizi için 21 maddelik ölçek 2019-2020 eğitim-öğretim yılı bahar döneminde spor bilimleri fakültesinde öğrenim görmekte olan 152 öğrenciye uygulanmıştır. İkinci pilot uygulamadan elde edilen verilere AMOS 26 programı kullanılarak Doğrulayıcı Faktör Analizi yapılmıştır ve DFA'dan önce verilerin faktör analizi için uygunluğu değerlendirilmiştir.

Test maddelerinden alınan puanlar ile testin tüm puanları arasındaki ilişkiyi ortaya koymak amacıyla maddelerin madde toplam korelasyonları incelenmiştir. Tablo-7'de madde toplam puan korelasyon katsayıları (r) verilmiştir.

Tablo 7. Ölçeğe ait madde toplam puan korelasyon katsayıları

| Madde No | \bar{X} | Ss | r |
|----------|-----------|---------|------|
| 1 | 2,0658 | 1,23240 | ,779 |
| 2 | 3,1184 | 1,38552 | ,472 |
| 3 | 2,5461 | 1,29102 | ,600 |
| 4 | 2,3816 | 1,22844 | ,606 |
| 6 | 2,3421 | 1,26127 | ,509 |
| 7 | 2,0000 | 1,07961 | ,751 |
| 8 | 1,8816 | 1,08533 | ,583 |
| 9 | 1,8355 | 1,05757 | ,733 |
| 10 | 1,9342 | 1,13739 | ,836 |
| 11 | 2,0132 | 1,23410 | ,803 |
| 13 | 2,4539 | 1,34134 | ,691 |
| 14 | 1,9013 | 1,16095 | ,713 |
| 15 | 1,9539 | 1,24133 | ,749 |
| 16 | 1,9079 | 1,15864 | ,752 |
| 17 | 2,5789 | 1,26871 | ,604 |
| 18 | 2,1118 | 1,24778 | ,650 |
| 19 | 2,1316 | 1,24318 | ,804 |
| 20 | 2,0592 | 1,18620 | ,770 |
| 21 | 2,0855 | 1,12729 | ,683 |
| 22 | 2,0987 | 1,13207 | ,723 |
| 24 | 2,0000 | 1,13348 | ,770 |

Tablo 7'de verilen madde puanları dizisi ile ölçek puanı dizisi arasında hesaplanan Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayılarına göre en yüksek madde-test korelasyonuna sahip madde 19. madde, en düşük madde-test korelasyonuna sahip madde ise 2. maddedir. Korelasyon değerlerinin 0,47 ile 0,80 değerleri arasında değiştiği görülmektedir.

Ölçeğin ikinci pilot uygulaması için doğrulayıcı faktör analizi AMOS 26 paket programıyla yapılmıştır. Ölçeğin DFA'da uyumlu olup olmadığını ortaya koymak üzere uyum değerleri

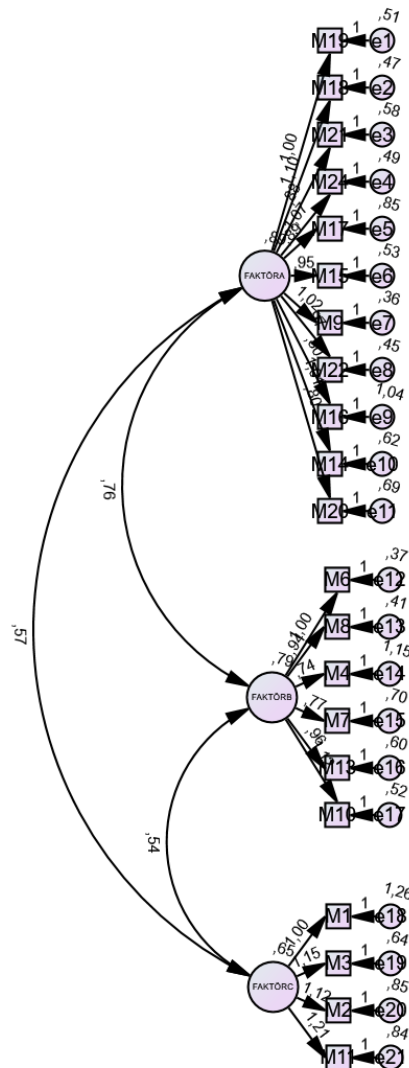
incelenmiştir. Kabul edilebilir sınır değerlerinin belirlenmesinde aşağıda araştırmacıların belirlediği sınır değerlerle ilgili ölçütlerden yararlanılmıştır. Ölçeğin uyum katsayıları Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7. Doğrulayıcı faktör analizi uyum iyiliği değerleri sınırları

| | İyi Uyum | Kabul Edilebilir Uyum | BMTBYÖ Uyum Değerleri |
|-------------|----------------------------|-----------------------------|-----------------------|
| χ^2/df | $0 \leq \chi^2/df \leq 2$ | $2 \leq \chi^2/df \leq 3$ | 2,14 |
| RMSEA | $0 \leq RMSEA \leq 0,05$ | $0,05 \leq RMSEA \leq 0,10$ | 0,08 |
| GFI | $0,85 \leq GFI \leq 1$ | $0,90 \leq GFI \leq 0,95$ | 0,80 |
| AGFI | $0,90 \leq AGFI \leq 1$ | $0,85 \leq AGFI \leq 0,90$ | 0,76 |
| CFI | $0,95 \leq CFI \leq 1$ | $0,90 \leq CFI \leq 0,95$ | 0,89 |
| IFI | $0,95 \leq IFI \leq 1$ | $0,90 \leq IFI \leq 0,95$ | 0,89 |
| PGFI | $0,95 \leq PGFI \leq 1,00$ | $0,50 \leq PGFI \leq 0,95$ | 0,65 |
| PNFI | $0,95 \leq PNFI \leq 1,00$ | $0,50 \leq PNFI \leq 0,95$ | 0,73 |

(Kaynak: Çelik, H. E., & Yılmaz, V. (2013). Lisrel 9,1 İle yapısal eşitlik modellemesi: Temel kavramlar. Ankara: Anı)

Tablo 7’de doğrulayıcı faktör analizi sonuçları görülmektedir. Bu sonuçlara göre; Ölçeğin uyum değerleri sırasıyla; χ^2/sd (398/186): 2,14, RMSEA: 0,08, GFI=0,80, AGFI=0,76, CFI=0,89, IFI: 0,89, PGFI: 0,65 ve PNFI: 0,73 olarak bulunmuştur. Elde edilen sonuçların iyi varsayılan aralık ve kabul edilebilir aralık değerleri arasında olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar ölçeğin faktör yapısını doğrulamaktadır. Modele ilişkin diyagram Şekil-1’de verilmiştir.



Şekil 1. Ölçeğe ait standardize edilmiş değerler.

Ölçeğin Güvenirlik Çalışmaları

Ölçeğin güvenilirliğini belirlemeye yönelik olarak öncelikle ölçeğin iç tutarlığına bakılmıştır. Madde ve faktörlerin güvenilirliği için faktörler arası korelasyon değerleri ve Cronbach Alfa (α) katsayısı hesaplanmıştır. Maddelerin ölçülmek istenen özelliğe sahip olan bireyler ile olmayan bireyleri ayırt edebilme gücü, toplam ölçek puanına göre belirlenen üst % 27 (ölçülen özelliğe yüksek düzeyde sahip olan bireyler) ve alt % 27 (ölçülen özelliğe düşük düzeyde sahip olan bireyler) gruplarının ortalama puanlarının bağımsız t-testi yapılarak incelenmiştir. Alt faktörlerin Cronbach Alpha değerleri ve diğer faktörlerle olan korelasyon değerleri Tablo 7 ve 8 'de görülmektedir.

Tablo 8. Faktörlerin korelasyon (r) değerleri

| Faktörler | Faktör 1 | Faktör 2 | Faktör 3 | Toplam Puan |
|-----------|----------|----------|----------|-------------|
| Faktör 1 | 1 | ,81** | ,65** | ,96** |
| Faktör 2 | ,81** | 1 | ,63** | ,90** |
| Faktör 3 | ,65** | ,63** | 1 | ,78** |

*p<0,05, **p<0,01

Tablo-8. incelendiğinde faktörlerin diğer faktörlerle olan korelasyon değerleri görülmektedir. Analiz sonuçlarında faktörlerin korelasyon değerlerinin 0.63 ile 0.81 arasında değiştiği görülmektedir. Bu sonuçlara göre faktörlerin birbirleri ile orta ve yüksek düzeyde ilişkili olduğu söylenebilir.

Ölçeğin iç tutarlığını belirlemek için hesaplanan α katsayısı ve toplam ölçek puanına göre belirlenen alt % 27 ve üst % 27 gruplarının ortalama puanlarının bağımsız t-testi sonuçları Tablo 9 'da verilmiştir.

Tablo 9. Cronbach alfa ve bağımsız T-testi sonuçları

| Faktör | Madde | t | p | % 27 Üst Grup | | % 27 Alt Grup | | α |
|---------------|--------|--------|------|---------------|-------|---------------|-------|----------|
| | | | | \bar{X} | SS | \bar{X} | SS | |
| Faktör 1 | M19 | -4,235 | 000* | 1,53 | ,599 | 1,18 | ,446 | ,76 |
| | M18 | -3,203 | 000* | 1,70 | ,723 | 1,10 | ,304 | |
| | M21 | -3,138 | 000* | 1,78 | ,698 | 1,13 | ,335 | |
| | M24 | -3,610 | 000* | 1,53 | ,554 | 1,15 | ,362 | |
| | M17 | -4,822 | ,012 | 1,78 | ,891 | 1,23 | ,698 | |
| | M15 | -2,647 | ,010 | 1,38 | ,667 | 1,10 | ,304 | |
| | M9 | -2,928 | 000* | 1,30 | ,516 | 1,05 | ,221 | |
| | M22 | -3,610 | ,000 | 1,53 | ,599 | 1,18 | ,385 | |
| | M16 | -3,215 | ,002 | 2,30 | 1,018 | 1,63 | ,979 | |
| | M14 | -2,506 | ,014 | 1,45 | ,932 | 1,08 | ,267 | |
| M20 | -5,524 | 000* | 1,80 | ,911 | 1,18 | ,385 | | |
| Faktör 2 | M6 | -2,158 | ,001 | 1,53 | ,599 | 1,25 | ,439 | ,78 |
| | M8 | -3,210 | 000* | 1,40 | ,672 | 1,05 | ,221 | |
| | M4 | ,790 | ,432 | 1,70 | ,758 | 1,88 | 1,305 | |
| | M7 | -3,477 | ,000 | 1,70 | ,992 | 1,13 | ,335 | |
| | M13 | -2,828 | ,000 | 1,40 | ,709 | 1,08 | ,267 | |
| | M10 | -3,241 | ,000 | 1,48 | ,679 | 1,10 | ,304 | |
| Faktör 3 | M1 | -4,470 | 000* | 3,10 | 1,277 | 1,93 | 1,207 | ,89 |
| | M3 | -2,522 | ,014 | 1,90 | ,900 | 1,48 | ,640 | |
| | M2 | -1,283 | ,203 | 2,00 | 1,155 | 1,73 | ,960 | |
| | M11 | -4,457 | ,000 | 2,18 | 1,174 | 1,25 | ,588 | |
| Toplam | | | | | | | ,95 | |

*p<0.001

Tablo 9 'daki sonuçlara göre faktörlerin Cronbach Alpha katsayıları birinci alt faktör için ,76; ikinci alt faktör için ,78; üçüncü alt faktör için ,89; ve toplam ölçek için ise ,95 bulunmuştur.

Daha önce tanımlanan katsayı sınırları dikkate alındığında katsayıların oldukça güvenilir ile yüksek derecede güvenilir aralığında olduğu görülmektedir.

Testin toplam puanlarına göre oluşturulan alt % 27 ve üst % 27' lik grupların madde ortalama puanları arasındaki fark bireyleri ölçülen davranış bakımından ne derece ayırt ettiğini gösterir. Yapılan analizlerde t değerinin ,79 ($p<0.001$) ile 5,52 ($p<0.001$) arasında değiştiği görülmektedir. Alt ve üst grup arasındaki farklara ilişkin t değerlerinin anlamlı olması maddenin ayırt ediciliği için bir kanıt olarak değerlendirilmektedir (Erkuş, 2014). Bu sonuçlara göre ölçekte yer alan maddelerin alt-üst grupların ayırt edilmesinde oldukça güvenilir sonuçlar verdiği söylenebilir. Ölçek geliştirmeye ilgili bu analizler sonucunda ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırma kapsamında yetişkinler için oyun bağımlılığı ölçeği uyarlamak amaçlanmıştır. Araştırma kapsamında elde edilen bulgular aşağıdaki gibidir.

Ölçeğin KMO değerinin ,91 ve Bartlett testi sonucunun $p=000<0,01$ olduğu görülmektedir. Değişkenler arasında oldukça yüksek korelasyon olduğunu gösteren bu sonuçlara göre veriler çoklu normal dağılımdan gelmiş ve örneklem büyüklüğü yeterlidir. Faktör analizi tüm veri yapıları için uygun olmayabilir. Verilerin faktör analizi için uygunluğu Kaiser-Mayer-Olkin (KMO) katsayısı ve Bartlett Küresellik Testi ile incelenebilir. Örneklemden elde edilen verilerin yeterliliğinin saptanması için KMO testi yapılmaktadır. Faktörleştirilebilirlik için KMO'nun 0,60'dan yüksek çıkması beklenir. Verilerin çok değişkenli normal dağılımdan gelip gelmediği ise Bartlett Küresellik testi ile test edilmektedir. Hesaplanan ki- kare istatistiğinin anlamlı çıkması veri matrisinin uygun olduğunu gösterir (Büyüköztürk, 2014, s. 136). Yapılan analiz sonucunda KMO değeri ,91 ve Bartlett Küresellik testi sonucunda anlamlılık değeri $p <.001$ çıkmıştır. Bu sonuçlar veri matrisinin faktör analizi için uygun olduğunu göstermektedir.

Ölçeğin alt faktör öz değerlerinin ve açıkladığı varyans oranları incelendiğinde; “1. Alt faktör öz değeri 9,597 açıkladığı varyans %45,701, 2. Alt faktör öz değeri 1,638 açıkladığı varyans %7,799, 3. Alt faktör öz değeri 1,285 açıkladığı varyans %6,118, toplam varyansın ise % 59,61 olduğu görülmektedir. Faktör analizinde aynı yapıyı ölçmeyen maddelerin ayıklanmasında maddelerin yer aldıkları faktördeki yük değerlerine bakılmaktadır. Büyüköztürk (2014) yük değerinin, 0,45'ten fazla olmasının iyi bir ölçü olarak kabul edilebilir olduğunu ifade etmiştir. Bu çalışmada açımlayıcı faktör analizinde yük değeri sınırı 0,45 olarak alınmıştır. Taslak ölçeğe uygulanan faktör analizi sonucunda ortaya çıkan üç faktörlü yapıya ilişkin bulgular Tablo-5 'te verilmiştir.

Analiz sonuçları incelendiğinde 1. faktördeki yük değerlerinin ,53 ile ,76 arasında olduğu, 2. faktördeki yük değerlerinin ,51 ile ,74 arasında, 3. faktördeki yük değerlerinin ,54 ile ,82 arasında, arasında değiştiği görülmektedir. Birinci alt faktör 19,18,21,24,17,15,9, 22,16,14,20; ikinci alt faktör 6,8,4,7,13,10; üçüncü alt faktör 1,3,2 ve 11. maddelerden oluşmuştur.

Analiz sonuçlarında faktörlerin korelasyon değerlerinin 0,58 ile 0,75 arasında değiştiği görülmektedir. Bu sonuçlara göre faktörlerin birbirleri ile orta ve yüksek düzeyde ilişkili olduğu söylenebilir. Faktörlerin Cronbach Alpha katsayıları birinci alt faktör için ,93; ikinci

alt faktör için ,88, üçüncü alt faktör için ,75, ve toplam ölçek için ise ,92 bulunmuştur. Korelasyon katsayısının 1,00 olması, mükemmel pozitif bir ilişkiyi; -1,00 olması, mükemmel negatif bir ilişkiyi; 0,00 olması, ilişkinin olmadığını gösterir. Korelasyon katsayısının, mutlak değer olarak, 0,70-1,00 arasında olması yüksek; 0,70-0,30 arasında olması, orta; 0,30-0,00 arasında olması ise, düşük düzeyde bir ilişki olarak tanımlanabilir (Büyüköztürk, 2014). Özdamar (1999)'a göre, Alfa katsayısı 0-0,40 arasında ise ölçek güvenilir değil, 0,40-0,60 arasında ise ölçek düşük güvenilirlikte, 0,60-0,80 arasında ise ölçek oldukça güvenilir, 0,80-1,00 arasında ise arasında ise ölçek yüksek derece güvenilirdir.

Analiz sonuçları incelendiğinde; madde puanları dizisi ile ölçek puanı dizisi arasında hesaplanan Pearson Momentler Çarpımı korelasyon katsayılarına göre en yüksek madde-test korelasyonuna sahip madde 19. madde, en düşük madde-test korelasyonuna sahip madde ise 2. maddedir. Korelasyon değerlerinin 0,47 ile 0,80 değerleri arasında değiştiği görülmektedir.

Analiz sonuçlarına göre; ölçeğin uyum değerleri sırasıyla; χ^2/sd (398/186): 2,14, RMSEA: 0,08, GFI=0,80, AGFI=0,76, CFI=0,89, IFI: 0,89, PGFI: 0,65 ve PNFI: 0,73 olarak bulunmuştur. Elde edilen sonuçların iyi varsayılan aralık ve kabul edilebilir aralık değerleri arasında olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar ölçeğin faktör yapısını doğrulamaktadır.

Analiz sonuçları incelendiğinde; faktörlerin diğer faktörlerle olan korelasyon değerleri görülmektedir. Analiz sonuçlarında faktörlerin korelasyon değerlerinin 0.63 ile 0.81 arasında değiştiği görülmektedir. Bu sonuçlara göre faktörlerin birbirleri ile orta ve yüksek düzeyde ilişkili olduğu söylenebilir. Bu sonuçlara göre faktörlerin Cronbach Alpha katsayıları birinci alt faktör için ,76; ikinci alt faktör için ,78; üçüncü alt faktör için ,89; ve toplam ölçek için ise ,95 bulunmuştur. Daha önce tanımlanan katsayı sınırları dikkate alındığında katsayıların oldukça güvenilir ile yüksek derecede güvenilir aralığında olduğu görülmektedir.

Testin toplam puanlarına göre oluşturulan alt % 27 ve üst % 27' lik grupların madde ortalama puanları arasındaki fark bireyleri ölçülen davranış bakımından ne derece ayırt ettiğini gösterir. Yapılan analizlerde t değerinin ,79 ($p<0,001$) ile 5,52 ($p<0,001$) arasında değiştiği görülmektedir. Alt ve üst grup arasındaki farklara ilişkin t değerlerinin anlamlı olması maddenin ayırt ediciliği için bir kanıt olarak değerlendirilmektedir (Erkuş, 2014). Bu sonuçlara göre ölçekte yer alan maddelerin alt-üst grupların ayırt edilmesinde oldukça güvenilir sonuçlar verdiği söylenebilir. Ölçek geliştirmeye ilgili bu analizler sonucunda Ölçeğin geçerli ve güvenilir bir ölçme aracı olduğu söylenebilir.

Açıklama:

Lemmens vd. (2012), DSM IV’te yer alan bağımlılık kriterlerini temel alarak oyun bağımlılığını yedi kriter altında değerlendirmişlerdir. Bu çalışmada da Lemmens vd.’nin tanımladığı kriterler temelinde ölçek alt boyutları isimlendirilmiştir.

| | FAKTÖR 1 (AŞIRI ODAKLANMA ve ERTELEME) |
|---|--|
| 1. Belirginlik (Salience): Oynanan oyun, bireyin hayatındaki en önemli odak haline gelir. Oyun, bireyin düşünce (endişe, kaygı), duyu (arzu, istek) ve davranışlarına (aşırı kullanım) yön veren temel güç olmuştur. | 1- M18 Dijital oyunlar hayatımın olmazsa olmaz bir parçasıdır (benim için çok önemlidir) |
| 2. Sorunlar (Problems): Birey aşırı oyun oynama davranışı sonucu okul, iş ve sosyal hayat gibi yaşam alanlarında sorunlar yaşamaya başlar. | 2- M21 Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana sıkıcı gelir |
| | 3- M24 Dijital oyunun olmadığı bir hayat bana anlamsız gelir |
| | 4- M15 Sabah uyandığımda aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur |
| | 5- M16 Bilgisayar, telefon, tablet ve konsol gibi dijital oyun araçlarından uzak kalmayı istemem |
| | 6- M22 Okula gitmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim |
| | 7- M14 Başkaları ile yüz yüze sohbet etmek yerine dijital oyun oynamayı tercih ederim |
| | 8- M20 Dijital oyun oynarken tuvalet ihtiyacımı ertelediğim zamanlar olur |
| | 9- M17 Dijital oyun oynadığım için başka türlü eğlenceli aktivitelere (spor, müzik gibi) zamanım kalmaz |
| | 10- M19 Dijital oyun oynamak için derslerimi aksattığım zamanlar olur |
| | 11- M9 Okul dışındaki vaktimin çoğunu dijital oyun oynayarak geçiririm |
| | FAKTÖR 2 (ÇATIŞMA, YOKSUNLUK VE ARAYIŞ) |
| 3. Geri Çekilme (Withdrawal): Oyun sırasında ani olarak huysuzlanma ve sinirlilik gibi hoş olmayan psikolojik ve fizyolojik durumların yaşanmasıdır. | 12- M6 İstedğim zaman dijital oyun oynayamazsam sinirlenirim/öfkelenirim |
| 4. Çatışma (Conflict): Aşırı oyun oynama davranışı sonucunda birey çevresindeki diğer bireylerle çatışma yaşar ve oyun oynama davranışını sürdürebilmek için çevresindekilere yalan söyler. | 13- M8 Dijital oyun oynamadığım zaman iştahım kaçır |
| 5. Nüksetme (Relapse): Birey aşırı oyun oynama davranışını kontrol edemez ve tekrar tekrar oyun oynama davranışına yönelir. | 14- M4 Dijital oyun oynamadığım zaman kendimi huzursuz hissederim |
| | 15- M7 Sınıfta ders esnasında dijital oyun oynamayı hayal ederim |
| | 16- M13 Ev dışında herhangi bir yere gittiğimde dijital oyun oynayabileceğim bir araç (bilgisayar, telefon, tablet, konsol vb.) var mı diye etrafa bakınırım |
| | 17- M10 Bilgisayar, cep telefonu, tablet gibi teknolojik araçları gördüğümde aklıma gelen ilk şey dijital oyun oynamak olur |
| | FAKTÖR 3 (DUYGU DEĞİŞİMİ VE DALMA) |
| 6. Durum Değişimi (Mood Modification): Kişi oyun içi eğlenceyi bireysel olarak deneyimler ve birçok duyu durumunu üst düzeyde yaşar ve bunun sonucunda sıkıntılardan kurtulmak için oyun davranışına yönelir. | 18- M1 Mutsuz olduğum zamanlarda dijital oyun oynamak beni rahatlatır |
| 7. Tolerans (Tolerance): Bireyin oyun oynama sıklığı ve için oyun oynamak için harcanan zamanın giderek artmaya başlamasıdır. | 19- M3 Her defasında daha uzun süre dijital oyun oynamak isterim |
| | 20- M2 Dijital oyun oynarken acıktığının farkına varmam |
| | 21- M11 Gün içerisinde birden bire/aniden dijital oyun oynamayı istediğim zamanlar olur |

Bu araştırma kapsamında yapılan işlem süreci ve sonuçları incelendiğinde uyarlanan “Üniversite Öğrencileri İçin Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği” nin geçerli ve güvenilir bir ölçek olduğu söylenebilir.

Ölçekten Alınabilecek Puanların Değerlendirilme Aralıkları: Ölçekteki ifadelerin değerlendirilmesinde 5 puanlı Likert tipi ölçekten yararlanılmıştır (1 = Kesinlikle Katılmıyorum, 2 = Katılmıyorum, 3 = Kararsızım, 4 = Katılıyorum, 5 = Tamamen Katılıyorum). Ölçekten alınabilecek en düşük puan “21” en yüksek puan “105” tir. Ölçek puanlamasının derecelendirmesinde ise; “1-21: Normal grup, 22-42: Az riskli grup, 43-63 Riskli grup, 64-84 Bağımlı grup, 85-105 Yüksek düzeyde bağımlı grup” olarak değerlendirilmektedir.

KAYNAKLAR

- Akçayır, G. (2013). Dijital oyunların sağlığa etkisi. M.A. Ocak (Ed.). *Eğitsel Dijital Oyunlar*. Ankara: Pegem Akademi.
- Akın, A., Usta, F., Başa, E., ve Özçelik, B. (2016). Oyun bağımlılığı ölçeğinin Türkçeye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Türkiye Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 1, 223-232.
- Anlı, G., ve Taş, İ. (2018). Ergenler için oyun bağımlılığı ölçeği kısa formunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Turkish Studies*, 13(11), 189-203. <https://doi.org/10.7827/TurkishStudies.13371>.
- Ayas, T., Çakır, Ö., ve Horzum, M.B. (2011). Ergenler için bilgisayar bağımlılığı ölçeği. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 19(2), 439-448.
- Baysak, E., Kaya, F.D., Dalgıç, I., & Candansayar, S. (2016). Online game addiction in a sample from Turkey: Development and validation of the Turkish version of game addiction scale. *Bulletin of Clinical Psychopharmacology*, 26(1), 21-31. <https://doi.org/10.5455/bcp.20150502073016>.
- Büyükoztürk, Ş. (2014). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Çelik, H. E., & Yılmaz, V. (2013). *Lisrel 9,1 İle yapısal eşitlik modellemesi: Temel kavramlar*. Ankara: Anı.
- Erboy, E. (2010). *İlköğretim 4. ve 5. sınıf öğrencilerinin bilgisayar oyun bağımlılığına etki eden faktörler*. Yüksek Lisans Tezi, Adnan Menderes Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Aydın.
- Erkuş, A. (2014). *Davranış bilimleri için bilimsel araştırma süreci*. Ankara: Seçkin.
- Evren, C., Dalbudak, E., Topcu, M., Kutlu, N., Evren, B., & Pontes, H. M. (2018). Psychometric validation of the Turkish nine-item internet gaming disorder scale–short form (IGDS9-SF). *Psychiatry Research*, 265, 349-354. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2018.05.002>.
- Griffiths, M. D., & Meredith, A. (2009). Videogame addiction and its treatment. *Journal Contemp Psychother*, 9(39), 247-253.
- Hazar, Z., ve Hazar, M. (2017). Çocuklar için dijital oyun bağımlılığı ölçeği. *International Journal of Human Sciences*, 14 (1), 204-216.
- Horzum, M.B., Ayas, T., ve Çakır-Balta, Ö. (2008). Çocuklar için bilgisayar oyun bağımlılığı ölçeği. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3(30), 76-88.
- İlgaz, H. (2015). Ergenler için oyun bağımlılığı ölçeğinin türkçeye uyarlama çalışması. *İlköğretim Online Dergisi*, 14(3), 874-884. <http://dx.doi.org/10.17051/uo.2015.75608>.
- İrmak, A. Y. ve Erdoğan, S. (2015). Dijital Oyun Bağımlılığı Ölçeği Türkçe formunun geçerliliği ve güvenilirliği. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 16(1), 10-18.
- Kaya, A. B. (2013). Çevrimiçi oyun bağımlılığı ölçeğinin geliştirilmesi: Geçerlik ve güvenilirlik çalışması. Yüksek lisans tezi. Gaziosmanpaşa Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Tokat.
- Lemmens, J.S., Valkenburg, P.M. & Peter, J. (2012). Development and validation of a game addiction scale for adolescents. *Media Psychology*, 12(1), 77-95.
- Lieberman, D.A., Fisk, M., C. & Biely, E. (2009). Digital games for young children ages three to six: from research to design. *Computers in the Schools*, 26 (3), 299–313.
- Özdamar, K. (1999). Sosyal bilimlerde araştırma yöntemleri. (A. A. Bir Ed.). *Bilim ve araştırma*. Eskişehir: Anadolu Üniversitesi Yayınları.
- Özdamar, K. (2016). *Eğitim, sağlık ve davranış bilimlerinde ölçek ve test geliştirme yapısal eşitlik modellemesi*. Eskişehir: Nisan.

Hazar, E., ve Hazar, Z. (2019). Üniversite öğrencileri için dijital oyun bağımlılığı ölçeği (Uyarlama çalışması). *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 308-322.

Şahin, M., Keskin, S., & Yurdugül, H. (2019). Impact of family support and perception of loneliness on game addiction analysis of a mediation and moderation. *International Journal of Game-Based Learning (IJGBL)*, 9(4), 15-30.

Torun, F., Akçay, A. & Çoklar, A. N. (2015). Bilgisayar oyunlarının ortaokul öğrencilerinin akademik davranış ve sosyal yaşam üzerine etkilerinin incelenmesi. *Karaelmas Journal of Educational Sciences*, 3(15), 25-35.

Yalçın, S., & Bertiz, Y. (2019). Üniversite öğrencilerinde oyun bağımlılığının etkileri üzerine nitel bir çalışma. *Bilim, Eğitim, Sanat ve Teknoloji Dergisi (BEST Dergi)*, 3(1), 27-34.

Yılmaz, E., Griffiths, M.D., & Kan, A. (2017). Development and validation of videogame addiction scale for Children (VASC). *International Journal of Mental Health and Addiction*, 15, 869-882.



Bu eser **Creative Commons Atıf-GayriTicari 4.0 Uluslararası Lisansı** ile lisanslanmıştır.