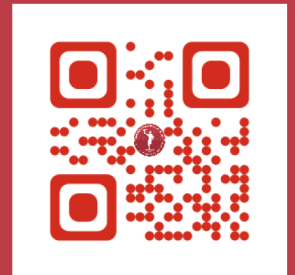


ISSN: 2548-0723



SPOR BİLİMLERİ ARAŞTIRMALARI DERGİSİ
JOURNAL OF SPORT SCIENCES RESEARCHES

JSSR



Cilt/Vol:6, Sayı/Issue:1, Yıl/Year:2021

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 Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Ağrı

Yayın Kurulu / Publishing Board

Dr. Dilşad ÇOKNAZ	Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu, TÜRKİYE
Dr. Jerónimo García-FERNANDEZ	Universidad de Sevilla, SPAIN
Dr. Kim WON YOUNG	Wichita State University, USA
Dr. Małgorzata TOMECKA	Private Academy of Sport Education in Warsaw, POLAND
Dr. Nazmi SARITAŞ	Erciyes Üniversitesi, Kayseri, TÜRKİYE
Dr. Petronal C. MOISESCU	Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA
Dr. Pınar GÜZEL GÜRBÜZ	Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Manisa, TÜRKİYE
Dr. Sabri ÖZÇAKIR	Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu, TÜRKİYE
Dr. Serkan HAZAR	Cumhuriyet Üniversitesi, Sivas, TÜRKİYE
Dr. Tatiana DOBRESCU	“Vasile Alecsandri” University of Bacău, ROMANIA
Dr. Süleyman MUNUSTURLAR	Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir, 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
Öğr. Mustafa KUŞ

Yayın Dili / Language
Türkçe- İngilizce- Turkish – English

BİLİM KURULU – SCIENTIFIC COMMITTEE

Dr. Abdelmalik SERBOUT	Djelfa University, ALGERIA
Dr. Adela BADAU	University of Medicine and Pharmacy of Tirgu Mures, ROMANIA
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 Tirgu 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. Elena YARMOLIUK	Borys Grinchenko Kyiv University, UKRAINE
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. Javier Cachon ZAGALAZ	University of Jaén, SPAIN
Dr. J.P VERMA	Lakshmibai National Institute of Physical Education Gwalior, INDIA
Dr. Jerónimo G. FERNANDEZ	Universidad de Sevilla, SPAIN
Dr. Jerzy KOSEWICZ	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. Maria Luisa ZAGALAZ SANCHEZ	University of Jaén, SPAIN
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. Neofit ADRIANA	Dunarea de Jos University of Galati, ROMANIA
Dr. Patrizia ZAGNOLI	Universita degli Studi di Firenze, ITALY
Dr. Petronal C. 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	Universida de La Matanza, ARGENTINA
Dr. Viorica CALUGHER	The State University of Physical Education and Sport, MOLDOVA
Dr. Virginia Serrano GÓMEZ	Universida de Vigo, SPAIN
Dr. Yrij DOLINNYJ	Donbas'ka Derzhavna Mashinobudivna Akademiya, UKRAINE
Dr. Ali AYCAN	Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Ali ÖZKAN	Bartın Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Alpaslan YILMAZ	Erciyes Üniversitesi, TÜRKİYE
Dr. Aylin ÇELEN	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
Dr. Defne ÖCAL KAPLAN
Dr. Dilşad ÇOKNAZ
Dr. E. Levent İLHAN
Dr. Erdil DURUKAN
Dr. Esin ERGİN
Dr. Faik ARDAHAN
Dr. Fatma Filiz ÇOLAKOĞLU
Dr. Feyza Meryem KARA
Dr. Gazanfer DOĞU
Dr. Hamdi Alper GÜNGÖRMÜŞ
Dr. Hanifi ÜZÜM
Dr. İbrahim ERDEMİR
Dr. Kemal GÖRAL
Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK
Dr. Mehmet ASMA
Dr. Mehmet GÜL
Dr. Mehmet GÜLLÜ
Dr. Melike ESENTAŞ
Dr. Müberra ÇELEBİ
Dr. Mücahit FİŞNE
Dr. Murat AKYÜZ
Dr. Murat TAŞ
Dr. Müge A. MUNUSTURLAR
Dr. Nazmi SARITAŞ
Dr. Nevzat MİRZEOĞLU
Dr. Nuran KANDAZ GELEN
Dr. Nurten DİNÇ
Dr. Osman Tonguç MUTLU
Dr. Pınar GÜZEL GÜRBÜZ
Dr. Sabri ÖZÇAKIR
Dr. Selami ÖZSOY
Dr. Selhan ÖZBEY
Dr. Serkan HAZAR
Dr. Settar KOÇAK
Dr. Sevim GÜLLÜ
Dr. Sevda ÇİFTÇİ
Dr. Suat YILDIZ
Dr. Süleyman Murat YILDIZ
Dr. Süleyman MUNUSTURLAR
Dr. Tekin ÇOLAKOĞLU
Dr. Tennur YERLİSU LAPA
Dr. Tuğbay İNAN
Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU
Dr. Ünal KARLI
Dr. Yavuz YILDIZ
Dr. Zişan KAZAK
Dr. Zuhul YURTSIZOĞLU

Akdeniz Üniversitesi, TÜRKİYE
Kastamonu Üniversitesi, TÜRKİYE
Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
Gazi Üniversitesi, TÜRKİYE
Balıkesir Üniversitesi, TÜRKİYE
Adnan Menderes Üniversitesi, TÜRKİYE
Akdeniz Üniversitesi, TÜRKİYE
Gazi Üniversitesi, TÜRKİYE
Kırıkkale Üniversitesi, TÜRKİYE
İstanbul Aydın Üniversitesi, TÜRKİYE
Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, TÜRKİYE
Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
Balıkesir Üniversitesi, TÜRKİYE
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, TÜRKİYE
Eskişehir Teknik Üniversitesi, TÜRKİYE
Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Cumhuriyet Üniversitesi, TÜRKİYE
İnönü Üniversitesi, TÜRKİYE
Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Düzce Üniversitesi, TÜRKİYE
Cumhuriyet Üniversitesi, TÜRKİYE
Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Eskişehir Teknik Üniversitesi, TÜRKİYE
Erciyes Üniversitesi, TÜRKİYE
Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, TÜRKİYE
Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, TÜRKİYE
Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, TÜRKİYE
Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Cumhuriyet Üniversitesi, TÜRKİYE
Orta Doğu Teknik Üniversitesi, TÜRKİYE
İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, TÜRKİYE
Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi, TÜRKİYE
Manisa Celal Bayar Üniversitesi, TÜRKİYE
Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, TÜRKİYE
Eskişehir Teknik Üniversitesi, TÜRKİYE
Gazi Üniversitesi, TÜRKİYE
Akdeniz Üniversitesi, TÜRKİYE
Dokuz Eylül Üniversitesi, TÜRKİYE
Pamukkale Üniversitesi, TÜRKİYE
Abant İzzet Baysal Üniversitesi, TÜRKİYE
Alanya Alaaddin Keykubat Üniversitesi, TÜRKİYE
Ege Üniversitesi, TÜRKİYE
Cumhuriyet Üniversitesi, TÜRKİYE

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 araştırmaları ve derleme makaleleri yayımlamaktadır.

DİZİNLEME BİLGİSİ / INDEXING

TÜBİTAK-ULAKBİM DERGİPARK AKADEMİK projesi kapsamında olan Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi; *ULAKBİM TrDizin*, *Türkiye Atıf Dizini*, *SOBIAD*, *EBSCO SPORTDiscuss Fulltext*; *The Open Ukrainian Citation Index (OUCI)*, *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 katalogunda 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 2021 yılı 6. Cilt 1. sayısında, spor bilimleri alanının farklı disiplinlerinden kavramsal veya araştırmaya dayanan, sahasına katkı sağlayacağı düşünülen 19 Makaleye yer verilmiştir. Ayrıca derginin bu sayısında, 6 çalışma bilim kurulu üyeleri ve dergi yayın kurulu tarafından yayınlanmaya uygun görülmemiştir.

Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi (JSSR) yayın kurulu olarak yapmış olduğunuz değerli çalışmalardan ve desteklerinizden dolayı başta siz değerli yazar ve okuyucular olmak üzere değerli bilim kurulu üyelerimize ve editör ekibimize teşekkürlerimizi sunuyoruz

Doç. Dr. Kadir YILDIZ
Editör

2021: 6(1) SAYI HAKEMLERİ / REVIEWERS FOR 2021: 6(1)

Dr. Abdullah GÜMÜŞAY	Muş Alparslan Üniversitesi, Muş
Dr. Ali ÖZKAN	Bartın Üniversitesi, Bartın
Dr. Bülent KİLİT	Tekirdağ Namık Kemal Üniversitesi, Tekirdağ
Dr. Cenk TEMEL	Akdeniz Üniversitesi, Antalya
Dr. Çiğdem ÖNER	İstanbul Gelişim Üniversitesi, İstanbul
Dr. Dede BAŞTÜRK	Ahi Evran Üniversitesi, Kırşehir.
Dr. Elif BOZYİĞİT	Pamukkale Üniversitesi, Denizli
Dr. Engin BOZTEPE	Ardahan Üniversitesi, Ardahan
Dr. Erbil Murat AYDIN	Hitit Üniversitesi, Çorum
Dr. Erbil HARBİLİ	Selçuk Üniversitesi, Konya
Dr. Erdil DURUKAN	Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir
Dr. Fatih YAŞARTÜRK	Bartın Üniversitesi, Bartın
Dr. Feyza Meryem KARA	Kırkkale Üniversitesi, Kırkkale.
Dr. Hulusi ALP	Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta
Dr. Hüseyin GÖKÇE	Pamukkale Üniversitesi, Denizli
Dr. İrfan YILDIRIM	Mersin Üniversitesi, Mersin.
Dr. Kerem Yıldırım ŞİMŞEK	Eskişehir Teknik Üniversitesi, Eskişehir
Dr. Mahmut ALP	Süleyman Demirel Üniversitesi, Isparta
Dr. Mehmet GÖKTEPE	Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir
Dr. Mehmet DEMİREL	Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya
Dr. Mehmet YILDIRIM	Yozgat Bozok Üniversitesi, Yozgat
Dr. Mine MÜFTÜLER	Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla
Dr. Mürsel BİÇER	Gaziantep Üniversitesi, Gaziantep
Dr. Mustafa KAYA	Erciyes Üniversitesi, Kayseri
Dr. Nevzat DİNÇER	Batman Üniversitesi, Batman.
Dr. Özkan IŞIK	Balıkesir Üniversitesi, Balıkesir
Dr. Selami ÖZSOY	Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Bolu
Dr. Serkan KURTİPEK	Gazi Üniversitesi, Ankara
Dr. Sevim GÜLLÜ	İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, İstanbul
Dr. Sinan BOZKURT	Marmara Üniversitesi, İstanbul
Dr. Süleyman Murat YILDIZ	Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Muğla
Dr. Taner AKBULUT	Fırat Üniversitesi, Elazığ
Dr. Turhan TOROS	Mersin Üniversitesi, Mersin
Dr. Uğur SÖNMEZOĞLU	Pamukkale Üniversitesi, Denizli
Dr. Ümit Doğan ÜSTÜN	Hatay Mustafa Kemal Üniversitesi, Hatay
Dr. Y. Aytül DAĞLI EKMEKÇİ	Pamukkale Üniversitesi, Denizli
Dr. Yeşer EROĞLU	İstanbul Rumeli Üniversitesi, İstanbul
Dr. Zuhul KILINÇ	Batman Üniversitesi, Batman
Dr. Zekihan HAZAR	Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Ağrı

Orijinal Makale / Original Article

Sayfa/ Page

Antrenörlerin Meslek Etiği Davranışlarına İlişkin Antrenör ve Sporcu Görüşleri

Coaches and Athletes' Views on Professional Ethics Behaviors of Trainers

Burakcan KAYIR, Oğuz ÖZBEK..... 1-12

An Empirical Investigation of the Relationships between Motivation and Athlete

Performance Mediated by Self-Talk: Evidence from Combat Sports

Erkan BİNGÖL, Süleyman Murat YILDIZ..... 13-23

Covid-19 Pandemi Sürecinde Spor Yapan Bireylerin Serbest Zaman Motivasyonlarının İncelenmesi

Investigation of Leisure Motivations of Sports Participants During the Covid-19 Pandemic Process

Burak GÜNER..... 24-35

Tenisçilerde Çeviklik Yeteneğinin Yaş Faktörüne Göre Karşılaştırılması ve Tenis Performansı İle İlişkisinin Araştırılması

Comparison of Agility by Age Factor and Investigation of Relationship with Tennis Performance

Yasin YILMAZ, İbrahim CAN..... 36-48

Serbest Zaman Engelleri ile İlgilenim Arasındaki İlişki: Fitness Merkezi Katılımcıları Üzerine Bir Araştırma

The Relationship Between Leisure Constraints and Leisure Involvement: A Research About Fitness Center Members

Emrah SERDAR..... 49-61

Sports Fans' Behavior on Twitter: A Big Data Analysis of Sentiments in the 2018 World Cup Final

Ahmet ATALAY 62-75

The Effect of Internal Marketing Implementations on the Organizational Citizenship Behaviors of Youth and Sports Directorate Employees

Mehdi DUYAN..... 76-87

Hemşirelerin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile Yaşam Kalitesi ve Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Examining the Relationship Between Physical Activity, Quality of Life and Burnout Levels in Nurses

Yasemen AYDIN, Yetkin Utku KAMUK 88-105

Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Öğretmenlerine Yönelik Metaforlarının İncelenmesi

Investigation of Secondary School Students' Metaphorical Perceptions for Physical Education Teachers

Büşra CİRİT, Sebiha GÖLÜNÜK BAŞPINAR..... 106-117

Güçlü ve Zayıf Yönleri ile Espor: Yönetici ve Akademisyen Bakış Açısına Dayalı Nitel Bir Çalışma <i>Esports with Its Strengths and Weaknesses: A Qualitative Study Based on the Managerial and Academic Perspective</i> Tunahan ASLAN, Dilşad ÇOKNAZ.....	118-136
Çocuklarda Antropometrik Özellikler ve Fiziksel Uygunluk Parametreleri Yüzme Performansı ile İlişkili midir? <i>Are Anthropometric Features and Physical Fitness Parameters Related to Swimming Performance in Children?</i> Elzem BOZKURT, Kemal GÖRAL.....	137-151
Uluslararası Spor Organizasyonlarında Gönüllü Motivasyonu ile Serbest Zaman Doyum Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi <i>Investigation of the Relationship Between Volunteer Motivation and Leisure Satisfaction in International Sports Organizations</i> Batuhan ER, Pınar GÜZEL GÜRBÜZ.....	152-172
Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Hedef Bağlılığı Düzeylerinin İncelenmesi <i>Examining the Goal Commitment Levels of Faculty of Sport Sciences Students</i> Mesut SÜLEYMANOĞULLARI, Abdulvahit DOĞAR, Gökhan BAYRAKTAR.....	173-183
<i>The Correct Use of Images with Child Protection in Sport</i> Özgün PARASIZ, Alperen HALICI, Mustafa Yaşar ŞAHİN.....	184-196
İş Tatmini ve Sanal Kaytarma Davranışının Örgütsel Yabancılaşma Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi <i>Investigation of the Effect of Job Satisfaction and Cyberloafing on Organizational Alienation</i> Fatih ALTINIŞIK, Zeynep ONAĞ.....	197-207
Genç Yetişkin Erkeklerde Sporun ve Farklı Spor Dallarının Postür ve Denge Üzerine Etkisi: Duyusal Yeniden Ağırlıklandırma ve Spor İlişkisi <i>The Effect of Sport and Different Sports Branches on Posture and Balance in Young Adult Men: Sensory Re-weighting and Sport Relations</i> Hediye KANTEKİN, Serkan ÖZGÜR, Tuncay VAROL	208-219
Dış Mekân Spor Aletlerinin Fiziksel Aktivite, Sağlık ve Ergonomik Açından Değerlendirilmesi <i>Evaluation of Outdoor Fitness Equipment in Terms of Physical Activity, Health and Ergonomic</i> Nasuh Evrim ACAR, Latif AYDOS.....	220-232
<i>The Effect of Elastic Resistance Band Training on Postural Control and Body Composition in Sedentary Women</i> Yağmur KOCAOĞLU, Nurtekin ERKMEN.....	233-245
Bedен Eğitimi ve Öğretim Temalı Doktora Tezlerine İlişkin Bibliyometrik Analiz <i>Bibliometric Analysis of Physical Education and Instruction-Themed PhD Theses</i> Hüseyin Şahin UYSAL, Emrah ATAY.....	246-256

Antrenörlerin Meslek Etiği Davranışlarına İlişkin Antrenör ve Sporcu Görüşleri*

Burakcan KAYIR^{1†}, Oğuz ÖZBEK¹

¹Ankara Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 27.01.2021

Kabul Tarihi: 23.04.2021

DOI: 10.25307/jssr.869391

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Bu çalışmada antrenörlerin antrenörlük meslek etiği ele alınmıştır. Araştırmada nicel yöntem kullanılmıştır. Araştırma tarama modelindedir. Araştırmanın evreni, antrenörlük belgesine sahip kişiler ile bu branşlarda lisanslı sporculardan oluşmuştur. Örneklem ise, 391 antrenör ve 411 sporcudan oluşmuştur. Veri toplama aracı olarak Kayır ve Özbek (2019) tarafından geliştirilen Antrenörlerin Meslek Etiği Davranışları Ölçeği kullanılmıştır. Verilerin çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır. Verilerin normal dağılmadığı görülmüş ve bu nedenle non-parametrik testler kullanılmıştır. İkili gruplar için Mann Whitney U testi, ikiden fazla gruplar için Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Araştırma sonuçlarına göre, antrenör ve sporcular, antrenörlerin meslek etiğine uygun davranışlar gösterme konusunda farklı düşünmektedirler. Spor yaşı büyük ve eğitim düzeyi daha yüksek olan sporcular, spor yaşı küçük olan ve eğitim düzeyi daha az sporculara göre, antrenörlerin meslek etiğine daha az uydıklarını belirtmiştir. Kadın antrenörler, erkek antrenörlere göre meslek etiğine daha çok uydıklarını belirtmiştir.

Anahtar Kelimeler: İş Ahlakı, Spor Etiği, Antrenörlük Etiği.

Coaches and Athletes' Views on Professional Ethics Behaviors of Trainers

Abstract

In this study, coaching professional ethics of the trainers were discussed. Quantitative method was used in the research. The study is a survey research. The population of the research consists of people who have a coaching certificate and athletes licensed in these branches. The sample consisted of 391 trainers and 411 athletes. As a data collection tool, the Professional Ethics Behavior Scale of Trainers developed by Kayır and Özbek (2019) was used. The skewness and kurtosis values of the data were examined. It was observed that the data were not distributed normally and therefore non-parametric tests were used. Mann Whitney U test was used for paired groups and Kruskal-Wallis test for more than two groups. According to the results of the research, trainers and athletes think differently about showing behaviors in accordance with the professional ethics of the trainers. The athletes with higher sports age and higher education level stated that their coaches obey the professional ethics less than the athletes with lower sports age and lower education level. Female trainers stated that they comply with professional ethics more than male trainers.

Keywords: Professional Ethics, Sports Ethics, Coaching Ethics.

* Bu çalışma, Burakcan KAYIR'ın Ankara Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü'nce kabul edilen "Antrenörlerin Meslek Etiği Davranışlarına İlişkin Antrenör ve Sporcu Görüşleri" başlıklı Yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

† Sorumlu Yazar: Burakcan Kayır, E-posta: burakcankayir@gmail.com

GİRİŞ

Bu çalışmada antrenörlerin antrenörlük meslek etiği ele alınmıştır. Antrenörlük; bireysel ya da takım sporlarında, performansın planlı olarak iyileştirilmesi, kişileri ya da takımları spor müsabakalarına hazırlayan kapsamlı, geniş ve çok-amaçlı bir süreci içeren meslektir. Ayrıca bir antrenör eğitici görevinin yanında sporun içindeki liderlik rolünü üstlenir (Lyle ve Cushion, 2016: 47). Antrenörlük, spor fiziyojisi ve psikolojisi, biyomekanik, beden eğitimi ve spor yönetimi gibi, spor bilimlerindeki birçok farklı branş ve konudan beslenerek, kendi içinde özelleşmiş bir yapıya sahiptir. Antrenörlük düşünsel bir eylemdir; özünde sıklıkla “doğru karar verme” ve “en uygununu seçme” yaklaşımını barındırır (Taylor, 2006: 8). Her meslekte olduğu gibi, antrenörlerin mesleki davranışları da etik açıdan ele alınarak değerlendirilmektedir.

Mesleki etik, mesleğin değeri ile ilgili bir dizi tutum olarak tanımlanabilir. Meslek etiği ekonomiyi, verimliliği, güvenliği, sağlık ve temizliği, mahremiyeti, kültürel ve sosyal gelişimi, huzuru, çevreyi korumayı ve geliştirmeyi amaçlar ve herkese ayrımcılık yapmaksızın eşit fırsatlar sunmayı amaç edinir (Naagarazan, 2006: 5). Meslek etiği kuralları mesleğin bir temsilcisi olarak mesleğe mensup kişiler tarafından gerçekleştirilmesi gereken davranışlardır. Bu kuralların amacı mesleğin bütünlüğünü korumaktır (Street, 2002). İlgili meslekte gerçek bir profesyonel olarak tanımlanmak için; mesleğin gerektirdiği sorumlulukların ve toplumca duyulan beklentinin karşılanması gerekmektedir (Martin, 2015). Bu beklentilerin karşılanması için oluşturulan mesleki etik kodları, o meslek mensuplarından hizmet alanları korumak, uygulayıcılara rehber olmak ve kurumların mesleki statüsünü sağlamlaştırmak amacıyla profesyonel meslek grupları tarafından oluşturulur (Corey, 2007’den akt; Behun, 2008: 10).

Etik, var olan ahlaki davranışların barındırdığı yargıları inceler (Nuttall, 1997: 15). Etik, ahlaki hareketlerin teorik temellerinin araştırıldığı hem analitik hem de bilimsel bir çalışma türüdür (Lumpkin, Stoll ve Beller, 2003: 4). Eğer etik davranış diye bir olgu olmasaydı tüm ahlaki kıyaslamalar amaçsız kalırdı. Etik ilkelerin ve ahlaki standartların bir yerde insan davranışlarını etkilemesi gerekir. İnsanlardan beklenen ve önerilen davranışlar sıklıkla doğru-yanlış, iyi-kötü, haklı-haksız gibi karşılaştırmalarla değerlendirilir (DeSensi ve Rosenberg, 1996: 42).

Spor, ahlak ile paralel ilerleyen ve dolaylı yoldan da ilişki içerisinde bulunan bir kavramdır. Belki de sporun en ayırt edilebilir niteliği, özünde ve içerisinde sahip olduğu ilkeler gereği kendisinin de bir ahlaki temsil etmesidir (Erdemli, 2002). Spor genellikle katılımcıların yaşam becerilerini öğrenmeleri için ideal bir yer olarak övgüler almaktadır. Bununla birlikte, “kazanma-merkezli” spor kültürüyle ilgili kaygılar, spordaki etik davranışları araştırmayı teşvik etmiştir (Thompson ve Dieffenbach, 2015). Sporun; etik değerleri desteklemesine, öz-saygının gelişmesine ve başkalarına saygı gösterilmesine, toplumu güçlendirebileceğine, sosyalleşmeyi ve sağlıklı yaşam tarzını artırabileceğine inanılmaktadır. Ancak sporun bunların tam tersine negatif bir etkide bulunabileceğini ve sporda etik dışı davranışlar olarak kabul edilen sporda şiddeti, dopingi, hileyi, şikeyi ve ne pahasına olursa olsun kazanma mantığını da teşvik edebileceği de unutulmamalıdır. Bu önemli nokta, sporun etik ve değerlerin geliştirilmesi amacı ile araç olarak yararlanılmasında yer alan beden eğitimi öğretmeni, antrenör, sporcu, spor yöneticisi, hakem, taraftarlar gibi paydaşlara bağlıdır (Rosa, 2015).

Antrenörlük meslek etiği ilkelerinin temel amacı ise kamuya ve spora yarar sağlamak, uygulamayı en faydalı hale getirmek, mesleğin itibarını korumak, üyelerini disiplinli tutmak,

antrenörlerin çalışmalarında karşılaşılabilecekleri etik ikilemlere yönelik davranışlarına rehber ve kaynak olmaktır (Campbell, 2000). Etik ilkeler antrenörlüğün bir meslek haline gelmesi ve bağımsızlaşmasında önemli rol üstlenmiştir. Etik ilkeleri bilen ve uygulayan antrenörler topluma ve spor kamuoyuna güven verirler (Travers ve Rebore, 2000: 14). Özünde bir ahlakın yansıtıcısı konumundaki antrenörlerden meslek ve toplumdan beklenildiği üzere davranmaları beklenir. Sporcularla arasında doğru ve pozitif bir ilişki sağlamalı ve bu kurduğu ilişkide hem özsaygı hem de mesleğine saygı ile hareket etmelidir (Potrac, Jones ve Armour, 2002).

Antrenörler sporcularda karakter gelişimine doğrudan etki yaptıklarını bilmeli, sportmenliği aşılacak, iyi bir karakter oluşumuna aracı olmak gibi bir dizi beceriye sahip olmalıdırlar. Ayrıca sporculara etik ve ahlaki davranışın önemini de öğretmek zorundadırlar (Stewart, 2014). Antrenörlerden etik davranmaları yalnızca belli bir bransa özgün kurallara uyulup uyulmadığını gözlemlerken beklenmez. Her antrenör bunun yanında haksız kazanç elde etmemeyi benimsemeli ve aslında spor için somut olarak yazılı olmayan kurallara da uymalıdır (Sabock ve Sabock, 2011). Antrenör, bazen sakat bir oyuncunun kazanmak için oynatılıp oynatılmaması, rakipleri sindirmek (bilinçli zarar vermek), sporcuları sınırlarının ötesinde zorlamak ve sporcusu ile arasında gelişmeye açık cinsel veya duygusal ilişkiler gibi etik ikilemlerle karşı karşıya kalabilirler (Drewe, 2000). Antrenörlerin meslek etiğine uygun davranışlarından bazıları şunlardır; Sporcularına karşı sözlü ve fiziksel saldırıda bulunmamak, doping ve şikeden uzak tutmak, sporcularına karşı cinsel ve duygusal yakınlıktan kaçınmak, rakip, hakemler, taraftarlar gibi sporun içinde olan paydaşlara karşı saygılı davranmak ve tahrik etmemek, sporcularına karşı adaletli davranmaktır (Özbek, 1999). Kanada Antrenör Birliği'nin (Coaching Association of Canada, 2018) belirlediği etik ilkeler ise beş temel ilke etrafında toplanır. Bunlar: fiziksel güvenlik ve sporcuların sağlığı, antrenörlük sorumluluğu, ilişkilerde doğruluk ve dürüstlük, sporculara saygı ve spora değer vermedir.

Bu çalışmada antrenörlerin meslek etiği davranışları Kant'ın kural (görev) etiği yaklaşımı açısından ele alınmıştır. İnsanların hayatlarının kimi zaman tamamen kurallardan ibaret olduğu düşünülse de kurallar kurumların ya da farklı toplulukların varlığını ve işlevini sürdürmesi için zorunlu koşul olarak görülmektedir (Hitt, 1990). Alman filozof Kant'ın kuramına göre: önceden belirlenmiş bazı davranış kuralları (etik kuralları) vardır ve bu kurallar herkesi kapsayan bir evrensellik içindedir (Ertürk, 2019). Kural (görev) etiği, davranışların net bir şekilde doğru veya yanlış olarak sınıflanabileceğini ve etik açıdan eylemlerin sonuçlarının değil, o eylemleri yapmaya iten içsel niyetin önemini vurgular (Erol, 2012). Sonuçlara odaklanmayan deontolojik teoriler; iyi ve faydayı gözetmenin önemli olduğunu ancak sadece bunun peşinde koşmanın görev ve adalet sorumluluklarını ihlal etmek olacağını savunur. Bu bağlamda Kant'ın etik teorisi, görevlerimizi yerine getirmenin önceliğini savunur. Belirli görevlerin gerekli olup, diğer hususların önüne geçtiğini gösterir (Ward, 2011). Kant'ın görevleri: yasakları, izinleri, gereklilikleri ve önemli davranış türlerini belirleyen ahlaki kurallar anlamına gelmektedir (Wood, 2008). Kant, ahlaki prensiplerin tamamen rasyonel temellere dayandırılması gerektiğini savunur. Kural etiği, erdemli davranışın ilkelere göre davranmak olduğunu ve insanların duruşlarını bu ilkelerle sağlayıp kendilerini kurallarla sınırlandırmaları gerektiğini, bireylerin kendilerini başkaları ile değil kusursuzluk ile kıyaslaması gerektiğini, bireylerin davranışlarını ahlaki kurallara göre düzenlemesi gerektiğini ve diğer insanlara karşı asla bir araç olarak değil amaç olarak bakılması gerektiğini söyler. Bu anlamda etik kurallar bireylerin kendi davranışlarını değerlendirebileceği standartlar olarak hizmet eder. Bir kişinin hayatında etik kurallara uyma düzeyine bakarak, o kişinin iyi bir hayat

yaşayıp yaşamadığı söylenebilir. Kurallar, yapılan iş ya da içinde bulunulan ortamın devamlılığının doğru biçimde sürmesine yardımcı olurken, kural etiği yapılan davranışların ahlaki açıdan uygunluğunun denetlenmesini savunur (Hitt, 1990). Davranışları kural-odaklı olan kişiler yalnızca belirlenmiş ve kabul görmüş kurallara göre hareket etmeyi amaç edinirler ve sonuçlara değil kurallara odaklanırlar (Kidder, 2009). Antrenörlerin uyması gereken meslek etiği davranışları, onların yapmaları ya da yapmamaları istenilen kurallardan oluşur.

Antrenörlük meslek etiği ile ilgili alanyazında yapılmış çalışmalar vardır (Healey, 2015; Hardman ve diğ., 2010; Drewe, 2000; Hamilton ve LaVoi, 2017; Haney ve diğ., 1998; Karakoç ve diğ., 2011; Çeviker, 2013). Avustralya Spor Komisyonu tarafından gerçekleştirilen bir çalışmada, antrenörlük meslek etiği ile ilgili sıklıkla karşılaşılan davranışlar, sporculara karşı önyargı, adam kayırma ve hakkaniyetsiz davranma, ne pahasına olursa olsun kazanma mantığı olduğu saptanmıştır (Healey, 2015). Hardman, Jones ve Jones (2010), antrenörlerin kişilik tarzları, antrenörün davranış biçimleri ve antrenörlüğün amacı ve nasıl olması gerektiğini incelemiştir. Drewe (2000), çalışmasında antrenörlere görevlerinde en çok karşılaştıkları etik ikilemlerin neler olduğunu sormuş ve antrenörlerin bu ikilemlere karşı ürettikleri çözümleri saptamıştır. Hamilton ve LaVoi (2017) çalışmasında antrenörlerdeki etik değerlerin gelişimini anlayabilmeyi amaçlamıştır (Hamilton ve LaVoi, 2017). Haney, Long ve Howell-Jones yaptıkları çalışmada Kanada Profesyonel Antrenörlük Kurulu tarafından geliştirilen etik ilkelerin kapsamını ve geçerliğini belirlemek için antrenörlerin sporla ilgili etik kaygılarını incelemiştir (Haney, Long ve Howell-Jones, 1998). Karakoç ve diğerleri (2011) yaptıkları çalışmada antrenörlerin genel olarak etik kural ve ilkelere uygun davrandığını tespit etmiştir (Karakoç vd., 2011). Çeviker'in (2013) çalışmasında, futbolcular antrenörlerini, mesleki bilgi düzeyi, antrenman planlanması, yetkisini kötüye kullanma, sporculara karşı saygılı davranma, sporcuların performanslarına zarar verme, sigara kullanma konularında yetersiz bulduklarını belirtmişlerdir.

Sporun devamlılığı ve gelişmesinde oldukça önemli bir role sahip olan antrenörlerin meslekleri ve rollerinden beklendiği gibi, antrenör meslek etiği ilkelerine uygun davranıp davranmadıklarını saptamak: spordaki etik dışı davranışlar konusunda antrenörlerin pozisyonunu belirlemek için önem arz etmektedir. Bu çalışmanın amacı, antrenörlerin meslek etiği davranışlarına uyma düzeylerini antrenör ve sporcu görüşlerine göre değerlendirmektir. Spordaki önemli paydaşlardan biri olan antrenörlerin meslek etiği davranışlarına uyma düzeylerinin bilinmesinin, antrenörlerden hizmet alan kişilerin memnuniyetinin ve verilen hizmetin niteliğinin artırılmasına katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Araştırmada antrenörlerin meslek etiği davranışları, antrenör ve sporcuların görüşlerine, antrenörlerin cinsiyetlerine göre, sporcuların spor yaşı, eğitim durumu ve spor türü değişkenlerine göre incelenmiştir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden genel tarama modelinde tasarlanmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evreni, atletizm, basketbol, güreş, hentbol, tekvando, tenis, yüzme, voleybol ve vücut geliştirme ve fitness branşlarında Türkiye genelinde antrenörlük belgesine sahip kişiler ile bu branşlarda Ankara'daki lisanslı sporcular oluşmuştur. Araştırmanın olasılığa dayalı olmayan örnekleme yöntemlerinden olan kolayda örneklem yolu seçilmiştir. Dokuz farklı branştaki Ankara'daki 134426 lisanslı sporcu ve 75925 antrenör araştırma evreni içinde yer almaktadır. Örneklem sayısını belirlerken 0.05 tolerans gösterilebilir hata için, 75925 antrenör ve 13426 kişilik sporcu evreninden alınacak sayının alt sınırı, sporcular için 384 kişi ve antrenörler için 384 kişi olarak saptanmıştır (Ural ve Kılıç, 2011). Ölçme aracı toplam 802 kişiye (391 Antrenör, 411 Sporcu) uygulanmıştır.

Çalışmaya katılan antrenör ve sporcu sayıları incelendiğinde; antrenörlerin %57,3'ünün kadın (167 kişi), %42,7'sinin erkek (224 kişi), %41,7'sinin lise mezunu (163 kişi), %58,3'ünün lisans mezunu (228 kişi), %57,5'inin bireysel branş antrenörü (225 kişi), %42,5'inin takım branşı antrenörü olduğu saptanmıştır. Sporcuların %38,4'ünün kadın (158 kişi), %61,6'sının erkek (253 kişi), %56'sının lise mezunu (230 kişi), %44'ünün lisans mezunu (181 kişi), %60,6'sının bireysel branş sporcusu (249 kişi), %39,4'ünün takım branşı sporcusu (162 kişi), %22,1'inin 0-4 yıl arası spor yaşına (91 kişi), %31,1'inin 5-9 yıl arası spor yaşına (128 kişi), %21,4'ünün 10-14 yıl arası spor yaşına (88 kişi) ve %25,3'ünün 15 yıl ve üzeri spor yaşına (104 kişi) sahip olduğu saptanmıştır.

Araştırma Yayın Etiği

Araştırma için, Ankara Üniversitesi Etik Kurulu'nun 67 Sayı ve 06/02/2019 tarihli kararı ile araştırmanın etik uygunluk onayı alınmıştır.

Veri Toplama Aracı

Veri toplama aracı olarak Kayır ve Özbek (2019) tarafından geliştirilen Antrenörlerin Meslek Etiği Davranışları Ölçeği kullanılmıştır. Ölçek maddelerinin değerlendirilmesi 5'li Likert tipi (1=Kesinlikle katılmıyorum, 5=Kesinlikle katılıyorum) derecelendirme ile yapılmıştır. Ölçekte, dört alt boyutta 19 madde bulunmaktadır. Profesyonellik boyutunda 9 madde, (örnek: "sporda dürüstlüğü, kazanmaya tercih etme"), saygı boyutunda 4 madde, (örnek: "hakem kararlarına saygı gösterme"), sorumluluk boyutunda 3 madde, (örnek: "sporcuları ve kendini şikeye karşı koruma"), hoşgörü boyutunda 3 madde, (örnek: "başarısız sporcusuna anlayış gösterme") yer almaktadır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizine geçmeden önce verilerin normal dağılımı saptamak için çarpıklık ve basıklık değerlerine bakılmıştır (Tablo1). Çarpıklık ve basıklık değerleri ± 1 sınırları arasında ise verilerin normal dağıldığı kabul edilir (Büyüköztürk, 2019: 40). Çarpıklık ve basıklık değerleri incelendiğinde, verilerin normal dağılmadığı görülmüş, bu nedenle non-parametrik testler kullanılmıştır. İkili gruplar için Mann Whitney U testi, ikiden fazla gruplar için Kruskal-Wallis testi kullanılmıştır. Kruskal-Wallis testi sonucu gruplar arasında fark bulunması durumunda farklı olan grubu bulmak için Dunn's çoklu karşılaştırma testi kullanılmıştır.

Tablo 1. Çarpıklık ve basıklık değerleri

Boyutlar	Ortalama	Standart Sapma	Çarpıklık	Basıklık	Cronbach's Alfa
Profesyonellik	4,49	,620	-1,647	2,773	.92
Saygı	4,42	,623	-1,457	2,336	.81
Sorumluluk	4,69	,549	-2,360	6,210	.80
Hoşgörü	4,31	,731	-1,102	,831	.77
Toplam	4,48	,569	-1,625	2,894	.95

Verilerin güvenilirliği için Cronbach's Alfa iç tutarlık katsayısına bakılmıştır. Ölçek geneli için iç tutarlık katsayısının .95 olduğu, alt boyutların iç tutarlık katsayılarının .77 ile .92 arasında değiştiği görülmüştür. Bu değerlere göre, örneklem grubundan elde edilen verilerin güvenilir olduğu anlaşılmıştır (Tablo 1).

BULGULAR

Tablo 2'de sporcu ve antrenörlerin "antrenör meslek etiği davranışlarına" ilişkin görüşlerinin Mann-Whitney U testi analizi yer almaktadır. Sporcu ve antrenörlerin, antrenörlerin meslek etiği ölçeğinin profesyonellik (U=47802; p<0,05), saygı (U=57864,5; p<0,05), sorumluluk (U=52996,5; p<0,05), hoşgörü (U=56926,5; p<0,05) alt boyutlarına ve ölçek geneline ilişkin (U=52004,5; p<0,05) görüşleri arasındaki farkın anlamlı olduğu görülmüştür.

Tablo 2. Sporcu ve antrenörlerin meslek etiği davranışlarına ilişkin görüşlerinin Mann-Whitney U testi analizi

Boyutlar	Grup	N	\bar{x}	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Profesyonellik	Sporcu	411	4,25	322,31	132468,0	47802,00	0,000*
	Antrenör	391	4,74	484,74	189535,0		
Saygı	Sporcu	411	4,24	346,79	142530,5	57864,50	0,000*
	Antrenör	391	4,62	459,01	179472,5		
Sorumluluk	Sporcu	411	4,51	334,95	137662,5	52996,50	0,000*
	Antrenör	391	4,88	471,46	184340,5		
Hoşgörü	Sporcu	411	4,11	344,51	141595,5	56929,50	0,000*
	Antrenör	391	4,52	461,40	180407,5		
Toplam	Sporcu	411	4,28	332,53	136670,5	52004,50	0,000*
	Antrenör	391	4,69	474,00	185332,5		

*p<0,05

Tablo 3'te antrenörlerin "antrenör meslek etiği davranışlarına" ilişkin cinsiyete göre görüşlerinin Mann-Whitney U testi analizi yer almıştır. Kadın ve erkek antrenörlerin, antrenörlerin meslek etiği ölçeğinin profesyonellik (U=14687; p<0,05), saygı (U=14346; p<0,05), sorumluluk (U=16614,5; p<0,05), hoşgörü (U=15846; p<0,05) alt boyutlarına ve ölçek geneline ilişkin (U=14550; p<0,05) görüşleri arasındaki farkın anlamlı olduğu saptanmıştır.

Tablo 3. Antrenörlerin cinsiyete göre antrenör meslek etiği davranışlarına ilişkin görüşlerin analizi

Boyutlar	Cinsiyet	N	\bar{x}	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Profesyonellik	Kadın	167	4,81	220,05	36749,0	14687,00	0,000*
	Erkek	224	4,70	178,07	39887,0		
Saygı	Kadın	167	4,70	222,10	37090,0	14346,00	0,000*
	Erkek	224	4,55	176,54	39546,0		
Sorumluluk	Kadın	167	4,92	208,51	34821,5	16614,50	0,007*
	Erkek	224	4,85	186,67	41814,5		
Hoşgörü	Kadın	167	4,61	213,11	35590,0	15846,00	0,007*
	Erkek	224	4,46	183,24	41046,0		
Toplam	Kadın	167	4,76	220,87	36886,0	14550,00	0,000*
	Erkek	224	4,64	177,46	39750,0		

*p<0,05

Tablo 4'te sporcuların branşlarına göre, antrenörlerin meslek etiği davranışlarına ilişkin görüşlerinin Mann-Whitney U testi analizi yer almıştır. Bireysel ve takım sporu yapan sporcuların, antrenörlerin meslek etiği davranışlarının sorumluluk (U=; p>0,05) alt boyutuna ilişkin görüşleri arasında fark olmadığı görülmüştür. Bireysel ve takım sporu yapan sporcuların, antrenörlerin meslek etiği ölçeğinin profesyonellik (U=16724; p<0,05), saygı (U=16881,5; p<0,05), hoşgörü (U=17339,5; p<0,05) alt boyutlarına ve ölçek geneline ilişkin (U=17292; p<0,05) görüşleri arasında ise anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Bireysel ve takım sporu yapan sporcuların sıra ortalamaları dikkate alındığında, bireysel spor yapan sporcuların görüşlerinin puan ortalamalarının, takım sporu yapan sporculara göre yüksek olduğu gözlenmiştir.

Tablo 4. Sporcuların branşa göre antrenör meslek etiği davranışlarına ilişkin görüşlerin analizi

Boyutlar	Branş	N	\bar{x}	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Profesyonellik	Bireysel	249	4,36	219,84	54739,0	16724,00	0,003*
	Takım	162	4,09	184,73	29927,0		
Saygı	Bireysel	249	4,34	219,20	54581,5	16881,50	0,005*
	Takım	162	4,09	185,71	30084,5		
Sorumluluk	Bireysel	249	4,55	207,07	51560,0	19903,00	0,809
	Takım	162	4,46	204,36	33106,0		
Hoşgörü	Bireysel	249	4,20	217,36	54123,5	17339,50	0,015*
	Takım	162	3,97	188,53	30542,5		
Toplam	Bireysel	249	4,36	217,55	54171,0	17292,00	0,014*
	Takım	162	4,15	188,24	30495,0		

*p<0,05

Tablo 5'te sporcuların eğitim durumlarına göre, antrenörlerin meslek etiği davranışlarına ilişkin görüşlerinin Mann-Whitney U testi analizi yer almıştır. Lise ve lisans mezunu sporcuların, antrenörlerin meslek etiği ölçeğinin profesyonellik (U=14397; p<0,05), saygı (U=16331; p<0,05), sorumluluk (U=17483,5; p<0,05), hoşgörü (U=15830,5; p<0,05) alt boyutlarına ve ölçek geneline ilişkin (U=15316; p<0,05) görüşleri arasında anlamlı bir fark olduğu saptanmıştır. Lise ve lisans mezunu sporcuların puan ortalamaları dikkate alındığında, Lise mezunu sporcuların görüşlerinin puan ortalamalarının, lisans mezunu sporculara göre yüksek olduğu gözlenmiştir.

Tablo 5. Sporcuların eğitim durumlarına göre antrenör meslek etiği davranışlarına ilişkin görüşlerin analizi

Boyutlar	Eğitim	N	\bar{x}	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Profesyonellik	Lise	230	4,39	233,90	53798,0	14397,00	0,000*
	Lisans	181	4,08	170,54	30868,0		
Saygı	Lise	230	4,33	225,50	51864,0	16331,00	0,000*
	Lisans	181	4,13	181,23	32808,0		
Sorumluluk	Lise	230	4,59	220,48	50711,5	17483,50	0,003*
	Lisans	181	4,42	187,59	33954,5		
Hoşgörü	Lise	230	4,24	227,67	52364,5	15830,50	0,000*
	Lisans	181	3,94	178,46	32301,5		
Toplam	Lise	230	4,39	229,91	52879,0	15316,00	0,000*
	Lisans	181	4,14	175,62	31787,0		

*p<0,05

Tablo 6’da sporcuların spor yaşına göre, antrenör meslek etiği davranışlarına ilişkin görüşlerinin Kruskal Wallis H testi analizi yer almıştır. Sporcuların spor yaşına göre, antrenörlerin meslek etiği davranışlarının profesyonellik [$\chi^2(3)= 56,731$; p<0,05], saygı [$\chi^2(3)= 41,002$; p<0,05], sorumluluk [$\chi^2(3)= 31,855$; p<0,05], hoşgörü [$\chi^2(3)=40,384$; p<0,05] alt boyutlarına ve geneline [$\chi^2(3)= 49,823$; p<0,05] ilişkin görüşleri arasında anlamlı fark olduğu görülmüştür. Gruplar arasında farklı olanı bulmak için Dunn’s Çoklu Karşılaştırma testi uygulanmıştır. Dunn’s Çoklu Karşılaştırma testi sonucuna göre, profesyonellik, saygı, sorumluluk, hoşgörü boyutları ve ölçek genelinde 15 yıl ve fazla spor yaşına sahip sporcular, 0-9 arası yıl spor yaşına sahip sporcular göre antrenörlerin, meslek etiği davranışlarına daha az uyduklarını düşünmektedirler.

Tablo 6. Sporcuların spor yaşına göre antrenörlük meslek etiği davranışlarına ilişkin görüşlerin analizi

Boyutlar	Süre	N	\bar{x}	Sıra ortalaması	Sd	X ²	p
Profesyonellik	0-4 Yıl	91	4,63	270,69	3	56,731	,000*
	5-9 Yıl	128	4,36	223,58			
	10-14 Yıl	88	4,10	175,84			
	15 Yıl ve Üzeri	104	3,92	153,28			
Saygı	0-4 Yıl	91	4,59	264,90	3	41,002	,000*
	5-9 Yıl	128	4,29	214,96			
	10-14 Yıl	88	4,12	182,50			
	15 Yıl ve Üzeri	104	3,98	163,32			
Sorumluluk	0-4 Yıl	91	4,72	244,23	3	31,855	,000*
	5-9 Yıl	128	4,63	222,30			
	10-14 Yıl	88	4,46	196,68			
	15 Yıl ve Üzeri	104	4,24	160,37			
Hoşgörü	0-4 Yıl	91	4,49	261,18	3	40,384	,000*
	5-9 Yıl	128	4,17	217,71			
	10-14 Yıl	88	4,00	187,07			
	15 Yıl ve Üzeri	104	3,79	159,32			
Toplam	0-4 Yıl	91	4,61	268,05	3	49,823	,000*
	5-9 Yıl	128	4,36	220,39			
	10-14 Yıl	88	4,17	180,83			
	15 Yıl ve Üzeri	104	3,98	155,28			

*p<0,05

TARTIŞMA ve SONUÇ

Araştırma sonuçlarına göre, antrenör ve sporcular, antrenörlerin meslek etiğine uygun davranışlar gösterme konusunda grup değişkenine göre farklı düşünmektedirler. Benzer şekilde, Drewe (2000) antrenör ve sporcuların, yaşadıkları etik ikilemler ve bu ikilemlere karşı çözüm konusunda farklı düşündüklerini saptamıştır. Antrenörlerin kendilerine ilişkin görüşleri ile sporcuların görüşleri arasındaki fark, değerlendirilen (antrenör) ve değerlendiren (sporcu) arasındaki farklı beklentilerden kaynaklanıyor olabilir, şöyle ki; antrenörlere göre meslek etiğine uygun bir eylem, sporculara göre uygun olmayabilir.

Kadın antrenörler, erkek antrenörlere göre meslek etiğine daha uygun davrandıklarını belirtmiştir. Kadın ve erkek antrenörlerin farklı düşünmesi, erkek antrenörlerin kadın antrenörlere göre sert mizaçlı, kadın antrenörlerin ise daha hoşgörülü ve anlayışlı kişilik özelliklerine sahip olmasından kaynaklanmış olabilir. Bu çalışmanın sonuçlarının aksine Güvendi, Türksoy, Keskin, Altıncı ve Şahin (2016), erkek antrenörlerin kadın antrenörlere göre meslek etiğine daha çok uyduklarını saptamıştır. Drewe'ün (2000) çalışmasında, etik ikilemler konusunda erkek ve kadın antrenörlerin farklı düşündükleri belirtilmiştir. Stewart da (2014) çalışmasında, antrenörlük eğitimi alan erkek ve kadın öğrencilerin spor etiğine uygun olmayan olaylarda görüşbirliği içinde olmadıklarını saptamıştır.

Bireysel branş sporcuları, takım branşlarındaki sporculara göre antrenörlerinin meslek etiğine daha çok uyduklarını belirtmiştir. Bu fark, bireysel branş antrenörlerinin takım branşlarındaki antrenörlere göre, sporcularına karşı daha yakın, bire bir ve yoğun iletişim kurmalarından kaynaklanmış olabilir. Bireysel branşlarda bir tek kişinin başarısı antrenörün başarısı anlamına gelmektedir. Takım sporlarında ise birden fazla sporcunun başarılı olması söz konusudur. Dolayısı ile antrenörün bireysel branşlarda tek bir sporcuya daha fazla zaman ayırır ve ilgi gösterir. Bu durumda bireysel branşlarda sporcular antrenörleri ile daha fazla zaman geçirmekte ve antrenörlerinin davranışları ile daha uygun bir süreç yaşamaktadırlar.

Spor yaşı büyük ve eğitim düzeyi daha yüksek olan sporcular, spor yaşı küçük olan ve eğitim düzeyi daha az sporculara göre, antrenörlerin meslek etiğine daha az uyduklarını belirtmiştir. Bu durum, sporcuların deneyimi ve eğitim düzeyi arttıkça, antrenörlerinin davranışlarını daha bilinçli ve bütüncül değerlendirmelerinden kaynaklanmış olabilir.

Antrenör ve sporcu görüşleri karşılaştırıldığında antrenörler, antrenörlük meslek etiğine daha çok uyduklarını belirtmiştir. Benzer şekilde, Dolaşır (2005), Karakoç vd., (2011) Certel, Alkış ve Gürpınar'ın (2018) çalışmalarında da antrenörler, antrenörlük meslek etiğine yüksek düzeyde uyduklarını belirtmiştir. Bu üç çalışma sonucunun mevcut araştırmanın sonuçları ile örtüşmesi, antrenörlerin meslek etiğine önem verdiklerini ve duyarlı olduklarını göstermekte, bu durumun sporun öğretimine ve gelişmesine olumlu yönde etki yapacağı düşünülmektedir.

Mevcut araştırmada antrenörlerin meslek etiğine uygun davranışları konusunda sporcular eğitim düzeyi ve sporcu yaşlarına göre farklı düşünmektedirler. Bu sonuçların aksine, Çeviker (2013), antrenörlerin etik dışı davranışlar konusunda, sporcuların eğitim düzeyi ve sporcu yaşına göre fark olmadığını saptamıştır. Bu çalışmada ise bu bulguların aksine sporcuların eğitim düzeyi ve sporcu yaşı değişkenlerinde anlamlı farklar görülmesinin sebebinin: eğitim

seviyesinin yüksek olması ile değerlendirmenin daha bilinçli ve objektif yapılmasından, artan spor yaşı ile ise sporcuların antrenörlerini değerlendirirken belli bir tecrübeye ve birikime göre değerlendirmesinden kaynaklanabileceği düşünülmektedir.

Sonuç olarak antrenörlerin meslek etiğine yüksek düzeyde olduğu görülmüştür. Antrenörlerin sergiledikleri davranışların kural etiği çerçevesinde ahlaki açıdan uygun olduğu söylenebilir. Bu durum, antrenörlerin mesleki kurallara karşı olumlu tutumları ile açıklanabilir. Ancak antrenörler ve sporcuların, antrenörlerin meslek etiğine uymaları konusunda farklı görüşte olmaları düşündürücüdür. Kural etiği açısından antrenörler kendilerini mükemmellik düşüncesine daha yakın görürken, sporcular antrenörlerce sergilenen davranışların o kadar da kusursuz olmadığı kanaatindedir. Antrenör ve sporcuların görüşlerinin birbirinden farklı olması istenilen bir sonuç değildir. Kurumsallaşmış antrenör meslek etiği kurallarının, spor federasyonları veya meslek dernekleri tarafından ortaya konması ve yaptırımlarla desteklenmesi, meslek etiğine uygun olmayan davranışları en aza indirecek, antrenörlük mesleğinin niteliğinin ve onlardan hizmet alanların memnuniyetinin artmasını sağlayacaktır.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizayını- BK; OÖ, İstatistik analiz- BK; OÖ, Makalenin hazırlanması- BK; OÖ: 1. ve 2. yazarlar tarafından gerçekleştirilmiştir. Verilerin Toplanması- BK: 1. yazar tarafından gerçekleştirilmiştir.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Ankara Üniversitesi Etik Kurulu

Tarih: 06/02/2019

Sayı/Karar No: 67

KAYNAKLAR

- Behun, R. J. (2008). *An Analysis of beginning counselor education master's degree candidate's ability to make ethical decisions based on the american counseling association's ethical standards after having completed a course in professional ethics*. Pittsburgh: Duquesne University.
- Büyüköztürk, Ş. (2019). *Sosyal bilimler için veri analizi el kitabı*. Ankara: Pegem Akademi.
- Campbell, E. (2000). Professional ethics in teaching: Towards the development of a code of practice. *Cambridge Journal of Education*, 30(2), 203-222. <https://doi.org/10.1080/03057640050075198>
- Certel, Z., Alkış, A. ve Gürpınar, B. (2018). Antrenörlerin mesleki etik ilkelere uyma düzeylerinin antrenör ve sporcu gözüyle değerlendirilmesi. *Mediterranean Journal of Humanities*, VIII(2), 223-231. <https://doi.org/10.13114/MJH.2018.418>
- Coaching Association of Canada. (2018, Nisan 28). CAC Code of Conduct. https://www.coach.ca/files/CAC_Code_of_Conduct_EN.pdf
- Çeviker, A. (2013). *Ankara amatör süper lig futbolcularının antrenörlerinde gözlemledikleri etik ve etik dışı davranışlar*. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Çokluk, Ö., Şekercioğlu, G. ve Büyüköztürk, Ş. (2010). *Sosyal bilimler için çok değişkenli istatistik: SPSS ve LISREL Uygulamaları*. Ankara: Pegem Akademi.
- DeSensi, J. T. & Rosenberg, D. (1996). *Ethics in sport management*. Morgantown: Fitness Information Technology.
- Dolaşır, S. (2005). *Antrenörlerin mesleki etik ilkelere uyma düzeylerine ilişkin antrenör ve sporcu görüşleri*. Ankara: Gazi Yayınevi.
- Drewe, S. B. (2000). Coaches, ethics and autonomy. *Sport, Education and Society*, 5(2), 147-162. <https://doi.org/10.1080/713696030>.
- Erdemli, A. (2002). *Spor felsefesi*. İstanbul: E Yayınları.
- Erol, E. G. (2012). *İletişim ve etik*. İstanbul: Hiperlink Yayınları.
- Ertürk, K. Ö. (2019). Medya etiğinin temel ilke ve dinamikleri. Işık, M. (Ed.), *İletişim ve etik*, 5. Baskı, Konya: Eğitim Yayınevi.
- Güven, Ö. ve Öncü, E. (2012). Antrenörlerin Etik Dışı Davranışları ile İlgili Sporcu Algısı Ölçeğinin Geliştirilmesi, *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 10(2), 67-75. https://doi.org/10.1501/Sporm_0000000222
- Güvendi, B., Türksoy, A., Keskin, N., Altıncı, E. E. ve Şahin, S. (2016). Antrenörlerin mesleki etik ilkelere uyma düzeyleri ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Hakemli Psikiyatri ve Psikoloji Araştırmaları Dergisi*, 7, 43-61. <https://doi.org/10.17360/UHPPD.2016723148>
- Hamilton, M. G. B. & LaVoi, N. M. (2017). Ethical professional identity and the development of moral exemplar collegiate coaches. *Journal of Moral Education*, 46(2), 114-128. <https://doi.org/10.1080/03057240.2017.1313724>
- Haney, C. J., Long, B. C. & Howell-Jones, G. (1998). Coaching as a profession: Ethical concerns. *Journal of Applied Sport Psychology*, 10(2), 240-250. <https://doi.org/10.1080/10413209808406391>
- Hardman, A., Jones, C. & Jones, R. (2010). Sports coaching, virtue ethics and emulation. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 15(4), 345-359. <https://doi.org/10.1080/17408980903535784>
- Healey, J. (2015). *Fair play and integrity in sport (Issues in Society, 383)* Thirroul: The Spinney Press.
- Hitt, W. D. (1990). *Ethics and leadership putting theory into practice*. Columbus: Battelle Press.

- Kayır, B. ve Özbek, O. (2021). Antrenörlerin meslek etiği davranışlarına ilişkin antrenör ve sporcu görüşleri. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 1-12.
- Karakoç, Ö., Yüksek, S., Aydın, A. D., Karakoç, B., Yetiş, Ü. & Baydil, B. (2011). Milli takım düzeyindeki erkek judocuların kulüp antrenörlerinde gözlemledikleri etik dışı davranışlar. *Kastmonu Eğitim Dergisi*, 19(1), 321-332.
- Kayır, B. ve Özbek, O. (2019). Antrenörlerin Meslek Etiği Davranışları Ölçeği: Ölçek Geliştirme ve Geçerlik Çalışması. *Sportmetre*, 17(3), 133-144. <https://doi.org/10.33689/spormetre.601953>
- Kidder, R. M. (2009). *How good people make tough choices: resolving the dilemmas of ethical living*. New York: HarperCollins e-books.
- Lumpkin, A., Stoll, S. K. & Beller, J. M. (2003). *Sports ethics applications for fair play*. New York: McGraw-Hill Education.
- Lyle, J. & Cushion, C. (2016). *Sport coaching concepts: A framework for coaching practice*. New York: Routledge.
- Martin, T. A. (2015). *Unsettling professional code: Relationship boundaries and ethical possibilities*. The University of North Carolina, Greensboro.
- Naagarazan, R. S. (2006). *Textbook on professional ethics and human values*. New Delhi: New Age International.
- Nuttall, J. (1997). *Ahlak üzerine tartışmalar: Etiğe giriş*. İstanbul: Ayrıntı Yayınları.
- Özbek, O. (1999). Sporda etik dışı davranış alanları ve etik ilkeler. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(4), 38-50.
- Potrac, P., Jones, R. & Armour, K. (2002). "It's all about getting respect": The coaching behaviours of an expert English soccer coach. *Sport, Education and Society*, 7(2), 183-202. <https://doi.org/10.1080/1357332022000018869>
- Rosa, B. A. (2015). *Ethics in sport-guidelines for teachers*. Mafra: Luso-Illyrian Institute for Human Development.
- Sabock, M. D. & Sabock, R. J. (2011). *Coaching a realistic perspective*. Maryland: Rowman & Littlefield Publishers.
- Simon, R. L. (2010). *Fair play: The ethics of sport*. Boulder: Westview Press.
- Stewart, C. C. (2014). Sportmanship, gamesmanship, and the implications for coach education. *Strategies – A journal for Physical and Sport Educators*, 27(5), 3-7. <https://doi.org/10.1080/08924562.2014.938878>
- Street, B. B. (2002). *A Comparative analysis of professional codes of ethics*. Michigan: Central Michigan University.
- Taylor, B. (2006). Coaching. In Ferrero, F. (Ed.), *British Canoe Union, Coaching Handbook*. Wales: Pesda Press.
- Thompson, M. & Dieffenbach, K. (2015). Measuring professional ethics in coaching: Development of the PISC-Q. *Ethics & Behavior*, 26(6), 507-523. <https://doi.org/10.1080/10508422.2015.1060578>
- Travers, P. D. & Rebores, R. W. (2000). *Foundations of education: Becoming a teacher*. Massachusetts: Allyn and Bacon.
- Ural, A. ve Kılıç, İ. (2011). *Bilimsel araştırma süreci ve SPSS ile veri analizi*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Ward, S. J. A. (2011). *Ethics and the media: An Introduction*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Wood, A. W. (2008). *Kantian ethics*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Zorba, E. (2012). *Herkes için yaşam boyu spor*. Ankara: Neyir Yayınları.



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

An Empirical Investigation of the Relationships between Motivation and Athlete Performance Mediated by Self-Talk: Evidence from Combat Sports*

Erkan Bingöl¹ , Suleyman Murat Yildiz^{†1} 

¹Mugla Sitki Kocman University, Mugla, Turkey

Original Article

Received: 03.03.2021

Accepted: 23.04.2021

DOI: 10.25307/jssr.890794

Online Publishing: 30.06.2021

Abstract

Self-talk, which has attracted more attention lately, is an effective psychological instrument used alongside physical training in sports. Hence, the purpose of this study was to explore the relationships between motivation and performance, focusing primarily on the mediating role of self-talk. In this study, which included 325 athletes from Boxing, Muay Thai, Kickboxing, Wushu, and Taekwondo branches, three scales were used to collect data. To measure self-talk, The Self-Talk Questionnaire (S-TQ) developed by Zervas, Stavrou, and Psychountaki (2007), to measure motivation, The Sports Motivation Scale-II (SMS-II) developed by Pelletier et al. (2013) were used. The performance scale for athletes was specifically developed in this study and labeled as Athlete Performance Scale for Combat Sports (APS-CS) (see Appendix). The results of the study indicated statistically significant relationships among motivation, self-talk, and performance. More specifically, motivation was found to have a significant positive relationship with self-talk and performance. Self-talk, on the other hand, had a significant positive relationship with performance and partially mediated the relationship between motivation and performance.

Keywords: Motivation, Self-Talk, Athlete Performance, Combat Sports.

Kendinle Konuşmanın Aracılık Etkisi ile Motivasyon ve Sporcu Performansı Arasındaki İlişkilerin Ampirik Bir İncelemesi: Dövüş Sporlarından Kanıtlar

Öz

Son zamanlarda spor literatüründe daha fazla ilgi gören kendinle konuşma, sporda fiziksel antrenmanın yanında kullanılan etkili bir psikolojik araçtır. Bu nedenle, bu çalışmanın amacı, öncelikle kendinle konuşmanın aracı rolüne odaklanarak, motivasyon ve performans arasındaki ilişkileri araştırmaktır. Boks, Muay Thai, Kickboks, Wushu ve Taekwondo branşlarından 325 sporcunun katıldığı bu çalışmada veri toplamak için üç ayrı ölçek kullanılmıştır. Kendinle konuşmayı ölçmek için Zervas, Stavrou ve Psychountaki (2007) tarafından geliştirilen Kendinle Konuşma Ölçeği, motivasyonu ölçmek için Pelletier ve diğerleri (2013) tarafından geliştirilen Spor Motivasyon Ölçeği-II kullanılmıştır. Sporcular için performans ölçeği, bu çalışmada özel olarak geliştirilmiş ve Sporcu Performansı Ölçeği-Dövüş Sporları (SPÖ-DS) olarak adlandırılmıştır (bakınız Ek). Çalışmanın sonuçları, motivasyon, kendinle konuşma ve performans arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler olduğunu göstermiştir. Daha spesifik olarak, motivasyonun kendinle konuşma ve performansla anlamlı ve pozitif bir ilişkiye sahip olduğu görülmüştür. Kendinle konuşma ise performansla anlamlı pozitif bir ilişkiye sahiptir ve motivasyon ile performans arasındaki ilişkiye kısmen aracılık etmiştir.

Anahtar Kelimeler: Motivasyon, Kendinle Konuşma, Sporcu Performansı, Dövüş Sporları.

* This paper was summarized from the first author's PhD Thesis.

† **Corresponding Author:** Prof. Dr. Suleyman M. Yildiz, **E-mail:** smyildiz@gmail.com

INTRODUCTION

Particularly functions of sports such as providing economic benefits, providing status, and advertising are forcing individuals and teams to perform high. Nowadays, although physical training methods are used to increase the performance of athletes, some psychological techniques are additionally used as these methods are not sufficient on their own (Latinjak, Ramis, Hatzigeorgiadis, and Torregrosa, 2018). One of these is the self-talk technique, which has recently become popular (Hatzigeorgiadis, Zourbanos, Mpoumpaki, and Theodorakis, 2009). Therefore, this study focused on motivation and performance, as well as self-talk, and addressed the relationships between these three topics.

Vygotsky (1986) distinguished between at least two forms of language, “social speech” and “private speech”, in the theory of verbal self-regulation, in which people propose cognitive developments to use language as a tool of thought. Being one of the first verbal self-regulation theories that distinguish speech and self for others, this theory reflects two different functions of the language, communicative and regulatory. In fact, Vygotsky pointed out in this theory that the person self-talk with his/her private speech. Hackfort and Schwenkmezger (1993) proposed that self-talk was a “dialogue [through which] the individual interprets feelings and perceptions, regulates and changes evaluations and convictions, and gives him/herself instructions and reinforcement” (p. 355). According to this definition, the person both speaks to him/herself and listens to him/herself. *Self-talk* was defined by Theodorakis et al. (2000) as “what people say to themselves either out loud or as a small voice inside their head” (p. 254). This definition emphasizes two important aspects of self-talk. First, self-talk can be said openly or privately. Second, self-talk consists of phrases that appeal to oneself, not to others (Hardy, 2006).

The self-talk contains the functions that the athlete will serve him/herself. Hardy, Gammage, and Hall (2001) suggested that athletes’ self-talk content could be divided into four special dimensions: Nature, perspective, structure, and person. *The nature dimension* means positive self-talk (“I can do this”) and negative self-talk (“I cannot do this”). *The perspective dimension* is bidirectional: internal and external self-talk - that is, self-talk is spoken aloud inside or outside the person’s head. *The structure dimension* is formed of cue words (“Punch!”), phrases (“Keep punch tight”), and full sentences (“I can knock my punch on the opponent’s chin”) categories. Finally, *the person dimension* means self-talk said in first-person (“I can do it”) or second-person (“You can do it”). Self-talk is a mechanism that brings athletes more effort. Studies on self-talk showed that prepared athletes as mentally (Theodorakis, Hatzigeorgiadis, and Chroni, 2008) and task-specific self-talking had a beneficial effect on physical performance (Gibson and Foster, 2007). Previous research found that successful athletes could use more self-talk than unsuccessful athletes. In addition, individual sports athletes stated that they used more self-talk functions according to team sports (Hardy, Hall, and Hardy, 2005).

Motivation is the process of acting in order to meet the needs with the effect of a motive. Motive is the force that drives an individual to a behavior. Individuals exhibit conscious behaviors with the effect of motivation (Yildiz, 2017). This concept is used to explain the reasons of individual behavior and activity. Motivation researches in the work environment explain what powers make an individual act and in what way this activity is performed (Salkauskiene and Vveinhardt, 2007). Similarly, during training and competition in sports organizations, athletes

act consciously with the effect of motivation. Motivation is of two types: intrinsic motivation and extrinsic motivation. *Intrinsic motivation* is the motives that come from within the athlete and to meet his personal needs. For example, the desire to experience a sense of success, the desire to reach high status, etc. *Extrinsic motivation* is the motives that activate the athlete with the help of environmental stimuli. For example, winning medals, earning money, etc. Both types of motivation are effective in athlete performance. Performance is a concept that quantitatively and qualitatively indicates how much an athlete achieved the goal. There is a lot of evidence that motivation is effective in athlete performance (Gillet et al., 2012). Together with external sources of motivation (reward, status, coach, spectator, etc.), athletes can find the opportunity to raise their performance to the top by using self-talk as the source of intrinsic motivation. The results of researches about self-talk showed positive effects on performance (Tod, Hardy, and Oliver, 2011). For instance, it has been found that self-talk in individual sports (Ming and Martin, 1996) and team sports (Johnson, Hrycaiko, Johnson, and Halas, 2004) has a positive effect on the performance of athletes. In the literature, studies on self-talk in combat sports are limited (Blumenstein, Lidor, and Tenenbaum, 2005; Slimani et al., 2014). In addition, there is no study that deals with motivation, self-talk, and athlete performance at the same time. In order to contribute to the sports literature, our study aimed to explore the relationships between motivation and performance by considering self-talk as a mediator. For this purpose, the following hypotheses have been developed:

- H₁: Motivation has a significant and positive effect on the athletes' self-talk.
- H₂: Motivation has a significant and positive effect on the athletes' performance.
- H₃: Self-talk has a mediating effect between motivation and the athletes' performance.

METHOD

Research Model

The model of this study, which was carried out to examine the relationships among motivation, self-talk, and athlete performance, is presented in Figure 1. This model demonstrates the cause-and-effect relationship among the variables; that is, the effect of the independent variable to the mediating variable, the independent variable to the dependent variable, and the effect of the mediating variable to the dependent variable. In this model, when the effect of the mediating variable is controlled, the level of the relationship between independent and dependent variables is examined. If the relationship level is low and the significance continues, there is “partial mediation”; if the relationship has no significance, there is “full mediation”. On the other hand, the level of significance between the mediating variable and the dependent variable should be maintained (Baron and Kenny, 1986).

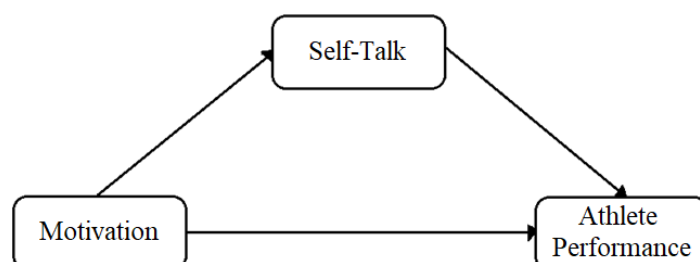


Figure 1. A model of relationships among motivation, self-talk, and athlete performance.

Participants

In this study, the convenience sampling method was used. In the scientific research process, because it is difficult to reach the entire universe in terms of time, cost, and labor such a method was preferred. This study focused on the branches included Boxing, Muay Thai, Kickboxing, Wushu, and Taekwondo in Intercollegiate Championships organized by the Turkish University Sports Federation. The sample of the study were 325 athletes (138 women and 187 men) who participated in these championships. Participation was voluntary and random.

Measurement Instruments

In this study, three measurement instruments were used: *The Self-Talk Questionnaire (S-TQ)*, *the Sports Motivation Scale-II (SMS-II)*, and *the Athlete Performance Scale for Combat Sports (APS-CS)*. The S-TQ developed by Zervas, Stavrou, and Psychountaki (2007) and adapted to Turkish by Engür (2011) was used to measure athletes' self-talk levels. To measure the motivation of the athletes, the SMS-II developed by Pelletier et al. (2013) and adapted to Turkish by Öcal and Sakallı (2018) was used. The scales were rated on a 7-point Likert-type scale ranging from 1 ("never") to 7 ("always").

In order to measure the performance of athletes, the APS-CS which was specially developed in this study was used. This scale is based on the athlete's perception of her/his own performance. The development process of this scale is detailed below.

Generation of the Athlete Performance Scale for Combat Sports

We have used a convergent interviewing method to elicit the information needed, as proposed by Carson, Gilmore, Perry, and Gronhaug (2001). They argued that such a method was useful in the early stages when it was aimed at investigating the goal of learning and identifying issues of high importance for the targeted sample. They define this process as a "cyclic series of in-depth interviews" where researchers use an unstructured approach and begin interviewing by asking broad and open questions. After a few repetitions, the interviewers examine their questions to reach the specific questions required to investigate the phenomenon of research.

As Carson et al. (2001) suggested, in order to develop the scale that will determine the athlete's performance, 5 athletes were randomly selected from each of the branches of Boxing, Muay Thai, Kickboxing, Wushu, and Taekwondo, and later in-depth interviews were held with 25 athletes. First, an opening question was asked to athletes: "how do you express your performance to evaluate?". Afterward, the responses were collected in the item pool and similar ones were combined. For example, the statement "I best apply the techniques in competitions" and the statement "I best apply the tactics in competitions" are arranged as "I best apply the techniques and tactics in competitions". As a result of consecutive interviews, the statements ended when they reached the saturation point. The number of items agreed for athlete performance was 7. In addition, these items have been examined by 6 field experts from each branch for content validity, and have been made into application forms after minor corrections have been made. As a result, this scale was labeled as "Athlete Performance Scale for Combat Sports (APS-CS)", (see Appendix). All scale items consist of Likert type ranges ("1 = Never", "7 = Every time").

Research Ethic

Ethical approval was given to this study by the Ethics Committee of Mugla Sitki Kocman University, Turkey (Decision number: 85; protocol number: 180089; meeting date: May 24, 2018).

Data Collection

This study was approved by the Human Research Ethics Committee of Mugla Sitki Kocman University, Turkey. The participants were composed of athletes competing in intercollegiate competitions. Therefore, in order to implement the questionnaire to athletes, the researcher received permission from the Presidency of the Turkish University Sports Federation.

Statistical Analyses

Descriptive statistics, exploratory and confirmatory factor analysis, Cronbach's Alpha coefficient, correlation analysis, and hierarchical regression analysis were used in this study.

RESULTS

Demographic Properties

We ran descriptive analyses to understand the demographic profile of the sample. The results showed that 42.5% of the participants were women, 57.5% were male, and 36.3% of the participants are boxers, 33.5% are kickboxers, 4.3% are muay thai fighters, 20.9% are taekwondo athletes, and 4.9% are wushu athletes. It was determined that the average age of the participants was 21.8 ± 3.49 , and the duration of the sports was 7.7 ± 5.15 (years).

Test for Validity and Reliability

Since validity analyses were performed in previous studies for SMS-II and S-TQ, only reliability analyses were performed in this study. On the other hand, both validity and reliability analyses were performed for APS-CS because it was developed specifically for this study.

The reliability analysis using the Cronbach's alpha coefficient indicated a high-reliability score of 0.77 for the SMS-II, 0.918 for the S-TQ, and 0.812 for the APS-CS. Since APS-CS was developed specifically in this study, exploratory factor analysis was conducted. First, the suitability of the scale for factor analysis was examined by Kaiser-Meyer-Olkin (KMO) and Bartlett's Sphericity test. The KMO value (0.824) resulting from the test is excellent and Bartlett's Sphericity test is significant ($\chi^2 = 678.369$; $df = 21$; $p = 0.000$). All these values indicate that the scale is suitable for factor analysis. Second, with the varimax rotation applied to the scale, it was observed that the items were unidimensional as a result of the analysis of the main components. The factor loads of the items in the dimension vary between 0.548 and 0.786 (Table 1). All these values show that APS-CS is a valid scale for combat sports.

Table 1. Validity results of the APS-CS

Items	M	Sd	Factor Loading
I best apply the techniques and tactics in competitions	5.30	1.36	.665
I usually take the first three places in competitions	4.87	1.94	.763
I win the game by the number	4.78	1.84	.618
I win the game by knockout	4.06	1.95	.661
My superior performance gives the spectator pleasure	5.11	1.65	.786
I usually leave as happy after competitions	5.14	1.62	.763
I'm a good athlete	6.02	1.32	.548
Percentage of Variance Explained			47.776
Cumulative % of Variance Explained			47.776
KMO			.824

Correlation Analysis

Table 2 shows the correlations between the variables. Accordingly, there is a significant and positive relationship between motivation and self-talk ($r = 0.245$), and between motivation and performance ($r = 0.245$). Similarly, there is a significant and positive relationship between self-talk and performance ($r = 0.188$).

Table 2. Results of correlation analysis

Variables	Motivation	Self-talk
Motivation	1	
Self-talk	.245**	1
Performance	.245**	.188**

** Correlation is significant at the $p < 0.01$ level.

Hierarchical Regression Analysis

Table 3 shows the hierarchical regression analysis in which self-talk is modeled as a mediating variable. While “motivation” is an independent variable in Model 1, “self-talk” is a dependent variable; while “motivation” is an independent variable in Model 2, “performance” is a dependent variable; In Model 3, “motivation” and “self-talk” are analyzed as independent variables and “performance” dependent variable. Result of the analysis, it was observed that the value of the motivation, which was 0.245 in Model 2, decreased to 0.215 in Model 3, but its significance continued. The continuity of the significance of the beta value, however, the fact that the mediating variable retains its significance indicates that self-talk had a partial mediating effect between motivation and performance. According to these results, all research hypotheses were accepted.

Table 3. Hierarchical regression analysis with self-talk as a mediating variable

Variables	Self-talk	Performance	Performance
	β	β	β
Model 1			
Motivation	.245**		
<i>F</i>	20.633		
<i>R</i> ²	.060		
<i>Adjusted R</i> ²	.057		
Model 2			
Motivation		.245**	
<i>F</i>		20.567	
<i>R</i> ²		.060	
<i>Adjusted R</i> ²		.057	
Model 2 ve Model 3			
Motivation			.211**
Self-talk			.136*
<i>F</i>			13.913
<i>R</i> ²			.077
<i>Adjusted R</i> ²			.072

p* <0.05; *p* <0.01

DISCUSSION AND CONCLUSION

The sports literature reports that both motivation and self-talk have a positive effect on an athlete's performance. However, there is no research in the literature examining the triple connections of these variables. Therefore, our study was designed to reveal the relationships between motivation and athlete performance and present the results to the sports literature by focusing on the mediating effect of self-talk.

There is quite a lot of research in the sports literature on motivation, self-talk, and athlete performance. For instance, Chantal, Guay, Dobрева-Martinova, and Vallerand (1996) examined the relationship between motivation and performance on top athletes consisting of canoeists, biathletes, figure skaters, boxers, tennis players, and skiers. As a result of their studies, the researchers found that motivation had a positive effect on athlete performance. Hatzigeorgiadis, Galanis, Zourbanos, and Theodorakis (2014) in their research on young swimmers and athletes stated that positive self-talk helped them concentrate and enhanced their motivation. Van Raalte, Brewer, Rivera, and Petitpas (1994) found that self-talk in their study on junior tennis players had a positive effect on the athletes' performance. Perkos, Theodorakis, and Chroni (2002) performed a self-talk training program in young basketball players and observed that the use of self-talk improved players' dribbling and passing performance. Diaz-Ocejo, Kuitunen, and Mora-Merida (2013), in their research on endurance athletes, found that self-talk can mediate cognitive processes in order to enhance aerobic endurance.

The results of our study show that the variables of motivation, self-talk, and performance are related to each other on combat athletes. Motivation is significant and positively associated with both self-talk and athlete performance. In addition, self-talk has a significant and positive relationship with athlete performance. To sum up, these three variables examined in our study

support the previous research results in terms of the direction and significance of the relationships between each other.

Unlike other researches, a unique contribution to our study is to consider and evaluate self-talk as a mediator variable. According to the result of our study, self-talk shows a partial mediating effect between motivation and athlete performance. That is, while athlete performance can be directly affected by motivation, it can also be affected by self-talk. The impact of self-talk on performance is low compared to motivation. This shows that self-talk is a side mechanism of motivation. In summary, it can be said that in some cases, only motivation can be effective on the performance of athletes, in some cases, the combination of motivation and self-talk can be effective.

As a result, in addition to using extrinsic sources of motivation to increase the performance of athletes in training and competitions, self-talk can be used as intrinsic motivation. Expressions directed to him/herself by the athlete can contribute to reaching the peak of the performance.

Conflicts of Interest: The authors declare that they have no conflict of interest.

Author Contributions: Both authors have made a substantial and intellectual contribution to the study and approved it for publication.

Research Ethic

Ethics Committee : Ethics Committee of Mugla Sitki Kocman University, Turkey

Date : May 24, 2018

Decision / Protocol number : 85/180089

Bingöl, E. and Yildiz, S.M. (2021). An Empirical investigation of the relationships between motivation and athlete performance mediated by self-talk: Evidence from combat sports. *Journal of Sport Sciences Researches*, 6(1), 13-23.

REFERENCES

- Baron, R.M. and Kenny, D.A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Blumenstein, B., Lidor, R. and Tenenbaum, G. (2005). Periodization and planning of psychological preparation in elite combat sport programs: The case of judo. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 3(1), 7-25. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2005.9671755>
- Carson, D., Gilmore, A., Perry, C. and Gronhaug, K. (2001). *Qualitative marketing research*. London: Sage.
- Chantal, Y., Guay, F., Dobreva-Martinova, T. and Vallerand, R.J. (1996). Motivation and elite performance: An exploratory investigation with Bulgarian athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 27(2), 173-182.
- Diaz-Ocejo, J., Kuitunnen, S. and Mora-Merida, J.A. (2013). An intervention to enhance the performance of a 3000 metre steeplechase athlete with the use of segmentation and self-talk. *Journal of Sport Psychology*, 22(1), 87-92.
- Engür, M. (2011). *Performans başarısızlığı değerlendirme envanteri ve kendinle konuşma anketinin Türk sporcu popülasyonu'na uyarlanması ve uygulanması*. Yayımlanmamış Doktora Tezi, Ege Üniversitesi, İzmir.
- Gibson, A.S.C. and Foster, C. (2007). The role of self-talk in the awareness of physiological state and physical performance. *Sports Med*, 37, 1029-1044. <https://doi.org/10.2165/00007256-200737120-00003>
- Gillet, N., Berjot, S., Vallerand, R.J., Amoura, S. and Rosnet, E. (2012). Examining the motivation-performance relationship in competitive sport: A cluster-analytic approach. *International Journal of Sport Psychology*, 43, 79-102.
- Hackfort, D. and Schwenkmezger, P. (1993). Anxiety. In R.N. Singer, M. Murphey, & L.K. Tennant, (Eds.). *Handbook of research on sport psychology* (pp. 328-364). New York: Macmillan.
- Hardy, J. (2006). Speaking clearly: A critical review of the self-talk literature. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(1), 81-97. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2005.04.002>
- Hardy, J., Gammage, K. and Hall, C.R. (2001). A description of athlete self-talk. *The Sport Psychologist*, 15(3), 306-318. <https://doi.org/10.1123/tsp.15.3.306>
- Hardy, J., Hall, C.R. and Hardy, L. (2005). Quantifying athlete self-talk. *Journal of Sports Sciences*, 23(9), 905-917. <https://doi.org/10.1080/02640410500130706>
- Hatzigeorgiadis, A., Zourbanos, N., Mpoupaki, S. and Theodorakis, Y. (2009). Mechanism underlying the self-talk performance relationship: The effects of motivational self-talk on self-confidence and anxiety. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(1), 186-192. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2008.07.009>
- Hatzigeorgiadis, A., Galanis, E., Zourbanos, N. and Theodorakis, Y. (2014). Self-talk and competitive sport performance. *Journal of Applied Sport Psychology*, 26(1), 82-95. <https://doi.org/10.1080/10413200.2013.790095>
- Johnson, J.J.M., Hrycaiko, D.W., Johnson, G.V. and Halas, J.M. (2004). Self-talk and female youth soccer performance. *The Sport Psychologist*, 18(1), 44-59. <https://doi.org/10.1123/tsp.18.1.44>
- Latinjak, A.T., Ramis, Y., Hatzigeorgiadis, A. and Torregrosa, M. (2018). Sport self-talk: An interpretative review. *Journal of Sport Psychology*, 27(2), 75-86.
- Ming, S. and Martin, G.L. (1996). Single-subject evaluation of a self-talk package for improving figure skating performance. *The Sport Psychologist*, 10(3), 227-238. <https://doi.org/10.1123/tsp.10.3.227>
- Öcal, K. and Sakallı, D. (2017). Turkish adaptation of the Sport Motivation Scale II (Sms-II): Procedures of validity and reliability. *International Journal of Sport, Exercise and Training Sciences*, 4(1), 38-49. <https://doi.org/10.18826/useeabd.327789>

Bingöl, E. and Yildiz, S.M. (2021). An Empirical investigation of the relationships between motivation and athlete performance mediated by self-talk: Evidence from combat sports. *Journal of Sport Sciences Researches*, 6(1), 13-23.

Pelletier, L.G., Rocchi, M.A., Vallerand, R.J., Deci, E.L. and Ryan, R.M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, 14(3), 329-341. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002>

Perkos, S., Theodorakis, Y. and Chroni, S. (2002). Enhancing performance and skill acquisition in novice basketball players with instructional self-talk. *The Sport Psychologist*, 16(4), 368-383. <https://doi.org/10.1123/tsp.16.4.368>

Salkauskiene, L. and Vveinhardt, J. (2007). The influence of motivation system factors on the employees in Siauliai Companies. *Journal of Young Scientists*, 1(12), 227-233.

Slimani, M., Hentati, A., Bouazizi, M., Boudhiba, D., Amar, I.B. and Chéour, F. (2014). Effects of self-talk and mental training package on self-confidence and positive and negative affects in male kickboxers. *Journal of Humanities and Social Science*, 19(5), 31-34. <https://doi.org/10.9790/0837-19513134>

Theodorakis, Y., Weinberg, R., Natsis, P., Douma, I. and Kazakas, P. (2000). The effects of motivational and instructional self-talk on improving motor performance. *The Sport Psychologist*, 14(3), 253-271. <https://doi.org/10.1123/tsp.14.3.253>

Theodorakis, Y., Hatzigeorgiadis, A., and Chroni, S. (2008). Self-talk: It works, but how? Development and preliminary validation of the functions of self-talk questionnaire. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 12(1), 10-30. <https://doi.org/10.1080/10913670701715158>

Tod, D., Hardy, J. and Oliver, E. (2011). Effects of self-talk: A systematic review. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 33(5), 666-687. <https://doi.org/10.1123/jsep.33.5.666>

Van Raalte, J.L., Brewer, B.W., Rivera, P.M. and Petitpas, A.J. (1994). The relationship between observable self-talk and competitive junior tennis players' match performances. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 16(4), 400-415. <https://doi.org/10.1123/jsep.16.4.400>

Vygotsky, L.S. (1986). *Thought and language* (A. Kozulin, Trans.). Cambridge: MIT Press.

Yildiz, S.M. (2017). Orgutsel davranis: Secme Konular. [Organizational behaviour: Selected topics]. Ankara: Detay Yayınevi.

Zervas, Y., Stavrou, N.A. and Psychountaki, M. (2007). Development and validating of the self-talk questionnaire. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(2), 142-159. <https://doi.org/10.1080/10413200601185156>

APPENDIX – Athlete Performance Scale for Combat Sports (APS-CS)

	Never	Rarely	Occasionally	Sometimes	Frequently	Usually	Every time
1. I best apply the techniques and tactics in competitions	1	2	3	4	5	6	7
2. I usually take the first three places in competitions	1	2	3	4	5	6	7
3. I win the game by the number	1	2	3	4	5	6	7
4. I win the game by knockout	1	2	3	4	5	6	7
5. My superior performance gives the spectator pleasure	1	2	3	4	5	6	7
6. I usually leave as happy after competitions	1	2	3	4	5	6	7
7. I'm a good athlete	1	2	3	4	5	6	7

Key:

- 1 – Never
- 2 – Rarely, in less than 10% of the chances when I could have
- 3 – Occasionally, in about 30% of the chances when I could have
- 4 – Sometimes, in about 50% of the chances when I could have
- 5 – Frequently, in about 70% of the chances when I could have
- 6 – Usually, in about 90% of the chances I could have
- 7 – Every time

EK – Sporcu Performansı Ölçeği-Dövüş Sporları (SPÖ-DS)

	Hiç bir zaman	Nadiren	Bazen	Ara sıra	Sıklıkla	Genellikle	Her zaman
1. Müsabakalarda teknik-taktikleri en iyi şekilde uygularım	1	2	3	4	5	6	7
2. Müsabakalarda genellikle dereceye girerim (ilk 3)	1	2	3	4	5	6	7
3. Müsabakaları çoğunlukla sayı ile kazanırım	1	2	3	4	5	6	7
4. Müsabakaları çoğunlukla nakavtla kazanırım	1	2	3	4	5	6	7
5. Performansım ile müsabakayı seyir zevkine ulaştırırım	1	2	3	4	5	6	7
6. Müsabakalardan genellikle mutlu ayrılırım	1	2	3	4	5	6	7
7. Ben iyi bir sporcuym	1	2	3	4	5	6	7



Covid-19 Pandemi Sürecinde Spor Yapan Bireylerin Serbest Zaman Motivasyonlarının İncelenmesi

Burak GÜRER^{1*} 

¹Gaziantep Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Gaziantep.

Öz

Gönderi Tarihi: 10.03.2021

Kabul Tarihi: 23.04.2021

DOI: 10.25307/jssr.894818

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Bu çalışmada, Covid-19 pandemi sürecinde rekreatif olarak spor yapan bireylerin serbest zaman motivasyonları ve bu süreçte hangi sporlara yöneleceklerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Bu amaçla Pelletier ve ark., (1991) tarafından geliştirilen, ilk kez Mutlu (2008) tarafından daha sonra Güngörmüş (2012) tarafından geçerlik güvenirlik çalışması yapılarak Türkçe'ye uyarlanan "Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği" veri toplama aracı olarak kullanılmıştır. Araştırmada rastgele örneklem yöntemi ile seçilmiş 291 (138 kadın, 153 erkek) sporcu katılmıştır. Verilerin analizinde Independent Samples t test ve Tek yönlü (One way) Anova testi kullanılmıştır. Gruplar arası farklılığı ortaya koymak için Post Hoc LSD testi yapılmıştır. Araştırma bulgularına göre yaş, cinsiyet, sporcu lisansı ve yapılan spor branşı değişkenlerine göre istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunamamıştır. Eğitim durumu değişkeninde motivasyonsuzluk alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir sonuca rastlanmıştır. Sonuçta lisans mezunlarının serbest zaman etkinliklerinde motivasyon seviyelerinin düşük olduğu sonucuna varılmıştır. Ayrıca daha çok doğa sporu etkinliklerine ve bireysel sporlara yönelim olduğu sonucuna varılmıştır.

Anahtar kelimeler: Covid-19, Serbest zaman motivasyonu, Spor.

Investigation of Leisure Motivations of Sports Participants During the Covid-19 Pandemic Process

Abstract

In this study, it was aimed to examine the leisure motivations of individuals who participated in sports recreational during the Covid-19 pandemic and which sports they engaged to in this process. For this purpose, "Leisure Time Motivation Scale" developed by Pelletier et al. (1991), first adapted to Turkish by Mutlu (2008) and second by Güngörmüş (2012), was used as a data collection tool. 291 (138 women, 153 men) athletes selected by random sampling method participated in our study. Independent Samples t test and One-way Anova test were used to analyze the data. Post Hoc LSD test was used to reveal the difference between groups. According to the findings of the study, no statistically significant difference was found in terms of age, gender, athlete license and sports branch variables. The statistically significant result was found in the lack of motivation subscale in the educational status variable. As a result, it was concluded that undergraduate graduates have low motivation levels in leisure time activities. In addition, it was concluded that there was a tendency towards nature sports activities and individual sports.

Keywords: Covid-19, Leisure motivation, Sports.

* Sorumlu yazar: Doç. Dr. Burak GÜRER, E-posta: burakgurer27@gmail.com

GİRİŞ

SARS-CoV-2'nin sebep olduğu COVID-19 pandemi tehdidi, sağlık, ekonomi ve yaşam tarzı açısından insan toplumu için yıkıcı bir durum olarak ortaya çıkmaktadır (Woods vd., 2020). 8 Nisan 2021 tarihi itibarıyla Covid-19 sebebi ile 2.880.726 ölüm, 132.730.691 doğrulanmış COVID-19 vakası bulunmaktadır (WHO, 2021). Covid-19 pandemisi, dünya çapında birçok insanı evde kalmaya ve bir süre kendi kendine izole etmeye zorlamıştır (Hammami, Harrabi, Mohr ve Krusturp, 2020). Covid-19 sürecinde, ev temelli etkinliklere geçiş, online sunum ve kullanımın yaygınlaşması, bağlantı kurma ihtiyacının artması, artan psikolojik destek talebi ve başkalarına yardım etme ve gönüllülük konusunda sorunlar ortaya çıkmıştır (Sivan, 2020). Bu süreçle bağlantılı olarak bazı çalışmalarda, karantina sırasında izole edilmenin olumsuz psikolojik etkileri, değerlendirilmiş olup (Brooks vd., 2020) travma sonrası stres semptomları; kafa karışıklığı, öfke, duygusal rahatsızlık, depresyon, stres, olumsuz ruh hali, sinirlilik, uykusuzluk, kaygı ve sinirlilik durumu olarak ortaya çıkmıştır (Kluge, 2020).

Farklı bir açıdan bakılırsa günlük hayatın yavaşlaması, fiziksel hareketliliğin azlığı ve sürekli stres altında yaşamak gibi olumsuz etkiler beslenme bozuklarının oluşmasına da sebebiyet vermiştir. Bir başka olumsuz etki olarak, insanların çoğu ev ortamında yemek yeme eğilimindedir. Evde kalan kişiler uzun ya da kısa süre TV izlemekte olup ve sık sık atıştırmalık yeme durumu ortaya çıkmıştır (Thomson, Spence, Raine ve Laing, 2008). Covid-19 nedeniyle benzeri görülmemiş hareketlilik kısıtlamaları başlamış olup, macera seyahati ve turizm endüstrisi durmuştur. Bu kısıtlamalar, bir yandan da birçok kişiye macera seyahatinin felsefesini ve uygulamasını yeniden planlama imkanı sağlamıştır. Yakın bir bölgedeki doğa ortamında insan sayısının az, karbon seviyesinin düşük olduğu macera alanları hem mevcut pandemi sürecinde hem de pandemi sonrası koşullar için cazip bir alternatif olmaya başlamıştır (Mackenzie ve Goodnow, 2020). Özgürlüğün çok az olduğunu ya da hiç olmadığını algılayan bireyler, serbest zaman faaliyetlerinde memnuniyetsizlik yaşayabilirler (Ellis ve Witt, 1986). Covid-19 pandemi sürecinde yapılan araştırmalar, karantina altında yapılan düzenli egzersizlerin dayanıklılık ve duygulara pozitif etki ettiği, depresif duyguları azalttığını göstermiştir (Carriedo, Cecchini, Fernandez-Rio ve Méndez-Giménez, 2020). Virüsün etkisini azaltmak ve süreci en az hasarla atlatmak için rekreasyonel etkinliklere başvurulması fayda sağlayacaktır (Güzel, Yıldız, Esentaş ve Zerengök, 2020).

Tutumlar, inançlar, değerler ve kişilik, bireyleri farklı kılan özellikler olup bir faaliyete girdiklerinde motivasyonlarını oluşturan temel nedenleri meydana getirmektedir (Chelladurai, 2006). Motivasyon, bir faaliyet yapmak için ilham almakla ilgilidir (Bang ve Ross, 2009; Kim, 2018). Serbest zaman, meslek, günlük ev işleri ve günlük rutin işler gibi zorunluluklar dışında olan zaman içinde meydana gelen isteğe bağlı faaliyetleri içerir. Kişisel tercihlere dayalı olarak geniş ölçüde farklı faaliyetler serbest zaman olarak değerlendirilebilir (Iso-Ahola, 1980). Bir tanıma göre serbest zaman, “televizyon izlemekten futbol oynamaya, arkadaşlarla bara gitmeye, izci lideri olarak gönüllü olmaya” kadar uzanan her şeyi içeren geniş bir kavramdır (Bedford, Burningham, Cooper, Green ve Jackson, 2011). İnsanların hayatlarından mutlu olmaları elde ettikleri yaşam kalitelerine bağlı olarak gelişecektir (Tütüncü, 2012). Psikolojik ve fiziksel sağlık, kişisel tatmine katkıda bulunan ana faktörlerdir ve bir kişinin yaşam kalitesini tanımlamaya yardımcı olmaktadır (Iso-Ahola ve Wessinger, 1984). Serbest zamanın faydaları, yapılan serbest zaman etkinlikleri sırasında katılımcıların yaşadığı olumlu etkiler olarak tanımlanmıştır (Driver, 1990).

Serbest zamanın faydaları öznel bir kavramdır ve kişisel deneyimlerle ilgilidir (Kao, 1995). Serbest zaman sürecinde kazanılan deneyimler, insanların zihinsel ve fiziksel sağlıklarını iyileştirmelerine, fiziksel ve zihinsel ihtiyaçlarını karşılamalarına yardımcı olmaktadır (Chen, 2001). Serbest zaman faaliyetlerine katılmanın faydaları oldukça fazladır. Aktivitelere katılan bireyler psikolojik, fizyolojik, eğitimsel, sosyal ve rahatlama açısından fayda sağlarlar. Bunun dışında yorgunluk, kaygı ve iş stresini azaltmaktadır (Soyer vd., 2017).

Çalışmamızda odak noktayı oluşturan serbest zaman sporu sağlık açısından fazla miktarda yarar sağlamaktadır. Düzenli ve sık yapılan sporun her yaştan bireyde bağımsızlığı güçlendirdiği ve enfeksiyonlardan koruduğu bilinmektedir (Campbell ve Turner, 2018). Spor, genel kardiyovasküler risklerin azaltılmasına katkıda bulunur (Hegde ve Solomon, 2015). Pandemi sürecinde sporun oynadığı rol, eşi görülmemiş, büyüleyici ve sporun hayatımızın her alanında sahip olduğu muazzam etkiyi ortaya koymaktadır (Gilat ve Cole, 2020). Böylelikle sporun, bu süreç içinde bir serbest zaman etkinliği olarak üstlenmiş olduğu görevin önemi daha iyi anlaşılmaktadır. Bu araştırmada, tüm dünyayı etkisi altına alan Covid-19 pandemi sürecinde eve kapanmak zorunda olan ve birçok kısıtlamayla karşılaşmış bireylerin serbest zaman motivasyonları ve daha çok hangi etkinliklere yöneldiğinin ortaya konması amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden betimsel tarama modelinde tasarlanmış olup veri toplama aracı olarak anket tekniği kullanılmıştır.

Evren ve Örneklem

Araştırmanın evrenini Gaziantep ilinde serbest zaman etkinliği olarak spor yapanlar, örneklemini ise rastgele örneklem yöntemi ile seçilmiş serbest zamanlarında farklı sporları yapan bireyler oluşturmuştur. Araştırmaya 291 (138 kadın, 153 erkek) sporcu katılmıştır.

Veri Toplama Aracı

Veri toplama aracı olarak kişisel bilgi formu ve Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği kullanılmıştır. Kişisel bilgilerin toplanması amacı ile araştırmacı tarafından oluşturulan cinsiyet, yaş, eğitim durumu, branş gibi bilgilerin yer aldığı kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Veriler Pelletier, Vallerand, Blais ve Brière (1991) tarafından geliştirilmiş olan, Mutlu (2008) ve daha sonra Güngörmüş (2012) tarafından geçerlik güvenilirlik çalışması yapılarak Türkçe'ye uyarlanan "Serbest Zaman Motivasyon Ölçeği" kullanılarak toplanmıştır. Ölçeğin orijinali, "bilmek" (içsel motivasyon), "başarmak" (içsel motivasyon), "uyarılmak" (içsel motivasyon), "belirlemek" (dışsal motivasyon), "belirlemek" (dışsal motivasyon), "dışsal düzen" (dışsal motivasyon) ve "motivasyonsuzluk" gibi 7 alt boyut ve toplam 28 maddeden oluşmakta ve katılımcıların rekreasyona katılıma motive edebilecek ve onların motivasyonlarını etkileyebilecek faktörleri içermektedir. Ölçekte yer alan ifadeler "Hiç Katılmıyorum (1)" ve "Tamamen Katılıyorum (5)" şeklinde beşli Likert tipi ölçektir. Anketin Türkçe versiyonunun güvenilirlik ve geçerlik testi için yapılan faktör analizi sonucuna göre, orijinal ankette yer alan 6 ifade faktör yükleri .40'ın altında olduğu için anketin Türkçe versiyonundan çıkarılmıştır. Anketin Türkçe versiyonu toplam 22 maddeden ve 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Anketin toplam iç tutarlılık katsayısı ise .77'dir (Mutlu, 2008). Ölçek alt boyutları; Bilmek ve Başarmak: 6., 9.,

13., 16., 20. ve 27. Maddeler, Uyarıcı yaşama: 11., 18. ve 25. Maddeler, Özdeşim/İçerik atım: 10., 14., 17., 21., 24. ve 28. Maddeler, Dışsal düzenleme: 1., 8., 15. ve 22. Maddeler, Motivasyonsuzluk: 5., 12. ve 19. maddelerdir.

Araştırma Yayın Etiği

Araştırma için Gaziantep Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu'ndan 2021/04 karar numaralı ve 27.01.2021 tarihli onay alınmıştır.

Verilerin Toplanması

Veriler araştırmacı tarafından Sağlık Bakanlığı tarafınca Covid-19 tedbirlerine uygun olarak yüz yüze toplanmıştır. Ölçek katılımcılara değişik bölgelerde yer alan parklarda spor yaparken uygulanmıştır. Her ölçek katılımcılardan alınırken dezenfektan ile el temizliği yapılmıştır. Toplanan anketler bir hafta kimsenin girmediği bir odada bekletildikten sonra istatistiksel analiz için değerlendirmeye alınmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 22.0 istatistik programı kullanılmıştır. Yapılan normallik dağılımı analizinde Skewness ve Kurtosis değerlerine bakılmış ve verilerin normal dağılım gösterdiği görülmüştür. Bundan sonra verilerin analizinde Independent Samples t test ve Tek yönlü (One way) Anova testi kullanılmıştır. Gruplar arası farklılığı ortaya koymak için Post Hoc LSD testi yapılmıştır. Verilerin Cronbach alpha güvenilirlik katsayısı .64 olarak bulunmuştur.

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde istatistiksel analizler neticesinde elde edilen analiz sonuçlarına ve yorumlarına yer verilmiştir.

Tablo 1. Serbest zaman motivasyon değerlerinin cinsiyet değişkenine göre dağılımları

	Cinsiyet	N	Ort. (\bar{x})	S.	t	p
Bilmek ve Başarmak	Erkek	153	3,94	,57	-,587	,558
	Kadın	138	3,98	,62		
Uyarıcı Yaşama	Erkek	153	3,84	,85	-1,302	,194
	Kadın	138	3,97	,76		
Özdeşim/İçerik Atım	Erkek	153	3,86	,48	,102	,919
	Kadın	138	3,85	,55		
Dışsal Düzenleme	Erkek	153	2,75	,73	,511	,511
	Kadın	138	2,70	,74		
Motivasyonsuzluk	Erkek	153	2,32	,93	-,347	,729
	Kadın	138	2,36	,93		

Serbest zaman motivasyonları değerleri cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Ortalama değerlerin birbirine çok yakın olduğu görülmüştür.

Tablo 2. Serbest zaman motivasyon değerlerinin sporcu lisansı değişkenine göre dağılımları

	Lisans	N	Ort. (\bar{x})	S.	t	p
Bilmek ve Başarmak	Evet	74	4,01	,63	,856	,393
	Hayır	217	3,94	,58		
Uyarıcı Yaşama	Evet	74	3,92	,80	,203	,840
	Hayır	217	3,90	,81		
Özdeşim/İçerik Atım	Evet	74	3,85	,53	-,032	,975
	Hayır	217	3,86	,51		
Dışsal Düzenleme	Evet	74	2,70	,75	-,347	,729
	Hayır	217	2,73	,73		
Motivasyonsuzluk	Evet	74	2,35	,87	,094	,925
	Hayır	217	2,33	,95		

Serbest zaman motivasyon değerleri katılımcıların sporcu lisansının olup olmamasına göre incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Katılımcıların çoğunun (N= 217) sporcu lisansına sahip olmadığı görülmüştür.

Tablo 3. Serbest zaman motivasyon değerlerinin yaş değişkenine göre dağılımları

	Yaş	N	Ort. (\bar{x})	S.	F	p
Bilmek ve Başarmak	18-21 yaş	28	3,86	,66	,675	,610
	22-25 yaş	87	3,96	,58		
	26-30 yaş	104	3,99	,51		
	31-35 yaş	35	3,86	,80		
	36 yaş ve üstü	37	4,03	,56		
Uyaran Yaşama	18-21 yaş	28	4,05	,75	,850	,494
	22-25 yaş	87	3,99	,75		
	26-30 yaş	104	3,85	,87		
	31-35 yaş	35	3,77	,70		
	36 yaş ve üstü	37	3,87	,87		
Özdeşim/İçe Atım	18-21 yaş	28	3,66	,64	1,404	,233
	22-25 yaş	87	3,86	,51		
	26-30 yaş	104	3,88	,49		
	31-35 yaş	35	3,84	,51		
	36 yaş ve üstü	37	3,96	,48		
Dışsal Düzenleme	18-21 yaş	28	2,77	,72	,279	,891
	22-25 yaş	87	2,72	,73		
	26-30 yaş	104	2,72	,72		
	31-35 yaş	35	2,63	,78		
	36 yaş ve üstü	37	2,81	,78		
Motivasyonsuzluk	18-21 yaş	28	2,58	,84	,828	,508
	22-25 yaş	87	2,41	,99		
	26-30 yaş	104	2,25	,89		
	31-35 yaş	35	2,31	,92		
	36 yaş ve üstü	37	2,31	,95		

Serbest zaman motivasyonları değerleri yaş değişkenine göre incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Katılımcıların çoğunun 22-30 yaş aralığında olduğu görülmüştür.

Tablo 4. Serbest zaman motivasyon değerlerinin eğitim durumu değişkenine göre dağılımları

	Eğitim Durumu	N	Ort. (\bar{x})	S.	F	p	Fark
Bilmek ve Başarmak	İlköğretim	15	3,78	,90	1,538	,205	
	Lise	71	3,90	,53			
	Lisans	187	4,01	,58			
	Lisansüstü	18	3,80	,57			
Uyaran Yaşama	İlköğretim	15	3,95	,87	,658	,578	
	Lise	71	4,00	,66			
	Lisans	187	3,88	,83			
	Lisansüstü	18	3,75	1,02			
Özdeşim/İçe Atım	İlköğretim	15	3,55	,65	2,158	,093	
	Lise	71	3,83	,46			
	Lisans	187	3,89	,52			
	Lisansüstü	18	3,83	,54			
Dışsal Düzenleme	İlköğretim	15	2,83	,71	,255	,858	
	Lise	71	2,73	,71			
	Lisans	187	2,73	,75			
	Lisansüstü	18	2,61	,76			
Motivasyonsuzluk	İlköğretim	15	2,77	,75	3,716	,012*	1-3, 2-3, 4-3
	Lise	71	2,49	,95			
	Lisans	187	2,22	,91			
	Lisansüstü	18	2,70	1,00			

*p<0.05 Grup 1: İlköğretim Grup 2: Lise Grup 3: Lisans Grup 4: Lisansüstü

Serbest zaman motivasyonları değerleri eğitim durumu değişkenine göre incelendiğinde motivasyonsuzluk alt boyutunda istatistiksel olarak anlamlı bir farka bulunmuştur ($p<,05$). Lisans eğitimine sahip sporcuların motivasyon puanlarının diğer gruplardan daha düşük olduğu görülmüştür.

Tablo 5. Serbest zaman motivasyon değerlerinin spor branşı değişkenine göre dağılımları

	Yapılan Spor	N	Ort. (\bar{x})	S.	F	p
Bilmek ve Başarmak	Kampçılık	55	4,06	,56	1,416	,198
	Doğa Yürüyüşü	61	3,95	,52		
	Bisiklet	50	4,02	,59		
	Koşu	26	3,86	,47		
	Dağcılık	34	3,86	,61		
	Yamaç Paraşütü	22	3,80	,66		
	Tenis	31	3,90	,80		
	Diğer	12	4,31	,41		
Uyaran Yaşama	Kampçılık	55	3,75	,93	2,037	,051
	Doğa Yürüyüşü	61	4,06	,66		
	Bisiklet	50	4,03	,67		
	Koşu	26	3,80	,93		
	Dağcılık	34	3,60	,88		
	Yamaç Paraşütü	22	3,77	1,06		
	Tenis	31	4,10	,61		
	Diğer	12	4,13	,54		
Özdeşim/İçe Atım	Kampçılık	55	3,86	,45	1,207	,299
	Doğa Yürüyüşü	61	3,94	,43		
	Bisiklet	50	3,73	,55		
	Koşu	26	3,89	,65		
	Dağcılık	34	3,72	,68		
	Yamaç Paraşütü	22	3,96	,41		
	Tenis	31	3,91	,49		
	Diğer	12	3,94	,32		
Dışsal Düzenleme	Kampçılık	55	2,82	,73	1,701	,108
	Doğa Yürüyüşü	61	2,54	,77		
	Bisiklet	50	2,73	,65		
	Koşu	26	2,88	,81		
	Dağcılık	34	2,93	,66		
	Yamaç Paraşütü	22	2,71	,99		
	Tenis	31	2,74	,52		
	Diğer	12	2,35	,68		
Motivasyonsuzluk	Kampçılık	55	2,26	,93	1,089	,370
	Doğa Yürüyüşü	61	2,34	,96		
	Bisiklet	50	2,26	,83		
	Koşu	26	2,50	1,02		
	Dağcılık	34	2,50	,97		
	Yamaç Paraşütü	22	2,62	1,06		
	Tenis	31	2,32	,90		
	Diğer	12	1,86	,57		

Serbest zaman motivasyon değerleri, yapılan spor değişkenine göre incelendiğinde istatistiksel olarak anlamlı bir farka rastlanmamıştır. Katılımcıların kampçılık, doğa yürüyüşü, dağcılık ve yamaç paraşütü gibi doğa sporlarına eğilimi olduğu görülmüştür. Bununla birlikte ortalama puanların birbirine yakın değerler olduğu sonucu ortaya çıkmıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Araştırmada öncelikli olarak Covid-19 pandemi sürecinde rekreatif olarak spor yapan bireylerin serbest zaman motivasyonları incelenmiş olup daha sonra bu süreçte hangi sporlara yöneldiklerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Büyük kısıtlamaların olduğu bu süreçte ülkemizdeki tüm bireyler serbest zamanlarını harcadıkları birçok ortamdan ve spor alanlarından oldukça uzun süre ayrı kalmış durumdadır. Covid-19 salgını sırasında alışveriş merkezleri, büyük mağazalar, oteller, restoranlar, spor merkezleri ve spor salonları çok az ziyaretçiye sahip olmuş; online alışveriş ve yemek dağıtım hizmetleri eskisinden çok daha yoğun bir hale dönüşmüştür (Tsai, 2020).

Serbest zaman motivasyon değerlerinin cinsiyet değişkenine göre dağılımları incelendiğinde (Tablo 1) istatistiksel bir fark bulunmamakla birlikte ortalamaların birbirine çok yakın olduğu görülmüştür. Bu sonuca göre cinsiyet fark etmeksizin Covid-19 pandemi süreci her iki cinsiyette aynı etkiyi göstermiştir. Moccia'ya (2000) göre cinsiyet, serbest zaman etkinliklerine katılımda önemli bir rol oynamaktadır. Araştırmada, en düşük ortalamaların motivasyonsuzluk alt boyutunda olduğu görülmüştür. Bu durum Covid-19 pandemi sürecinin belirsizliklerinin serbest zaman olan etkisi olarak açıklanabilir. Gürer'in (2020) oryantiring sporcuları üzerine yaptığı araştırmasında cinsiyete göre serbest zaman motivasyonlarında benzer bir sonuç elde etmiştir. Türker, Ölçer ve Aydın (2016) da cinsiyete göre serbest zaman faaliyetleri arasında bir fark bulamamıştır. Buna rağmen bazı araştırmalar, erkeklerin serbest zamanlarında kadınlardan daha aktif olduğunu ileri sürmektedir (Azevedo vd., 2007; Burton ve Turrell, 2000; Gomes, Siqueira ve Sichieri, 2001; Monteiro vd., 2003). Araştırma sonucunda fark çıkmaması normal olarak değerlendirilebilir. Bunun sebebini Covid-19 pandemisinin her iki cinsiyet grubuna da aynı düzeyde olumsuz etki etmiş olması şeklide açıklanabilir. Azevedo vd., (2007) göre erkekler ve kadınlar farklı fiziksel aktivite seviyelerine sahiptir ve aktivite seviyeleriyle ilişkili değişkenler cinsiyetler arasında tutarlı değildir.

Serbest zaman motivasyon değerlerinin sporcu lisansı değişkenine göre dağılımları incelendiğinde (Tablo 2) istatistiksel bir fark bulunmamıştır. Katılımcıların çoğunun (n=217) sporcu lisansına sahip olmadığı görülmüştür. Bu sonuç yapılan sporların daha çok rekreasyonel amaçlı olduğu ile ilişkilendirilebilir. Gürer'in (2020) oryantiring sporcuları üzerine yaptığı araştırmasında da sporcu lisansına göre serbest zaman motivasyonlarında bir fark bulunmamıştır. Kangalgil, Hünük ve Demirhan (2006)'da öğrenciler üzerine yapmış olduğu araştırmasında sporcu lisansı olmayan öğrencilerin sayısının daha fazla olduğu sonucuna ulaşmıştır. Covid-19 pandemi sürecinde sporcu lisansı üzerine yapılan araştırma sayısının az olması literatürü kısıtlamakla birlikte genel olarak rekreatif olarak spora katılanların çoğunun sporcu lisansına sahip olmadığı görülmektedir. Elde ettiğimiz bu sonuç ileride yapılacak olan araştırmalarda tartışılabilir. Tüm alt boyutlarda ortalamaların birbirine çok yakın olması serbest zaman etkinliğinde bir lisansa sahip olmanın motivasyona çok etki etmediğini düşündürmektedir. Mevcut araştırma sonuçları serbest zaman etkinliğine katılanların lisanslı bir spor dalını yapmayı daha az tercih ettiği şeklinde de yorumlanabilir.

Serbest zaman motivasyon değerlerinin yaş değişkeni dağılımlarına göre (Tablo 3) istatistiksel bir fark bulunmamıştır. Diğer değişkenlerde olduğu gibi ortalamalar birbirine oldukça yakındır. Serbest zaman etkinliği olarak 26-30 yaş grubunun daha aktif olduğu görülmüştür (n=104). Okulların kapalı olması ve eğitimin uzaktan yapılması nedeni ile 18-30 yaş aralığındaki bireylerin daha çok serbest zaman etkinliğine katıldığı görülmüştür. İstatistiksel bir fark olmasa

da uyaran yaşama alt boyutu hariç genel olarak yaş arttıkça serbest zaman motivasyon puanlarının yükseldiği söylenebilir. Francken ve Van Raaij (1981) yaşlı ve iyimser bir bakış açısına sahip kişiler için serbest zaman memnuniyetinin daha yüksek olduğu sonucuna varmıştır. Ayrıca serbest zaman memnuniyeti düşük olan kişiler daha gençtir ve kötümser bir görünüme sahiptir (Francken ve Van Raaij, 1981). Bu durum gençlerin işsizlik, çalışma isteğinin olmaması ve Covid-19 pandemi sürecinin getirmiş olduğu yoğun ekonomik ve sosyal problemlerle de ilişkili olabilir. Azevedo vd., (2007) erkeklerde yaş ve hareketsizlik arasında pozitif bir cevap tespit etmiş, kadınlar için ise bir oran bulamamıştır. Türker vd., (2016) göre olgun yaştaki bireylerin iş ve aile sorumluluklarının fazla olması serbest zaman faaliyetlerine katılmalarındaki en önemli engeller olabilmektedir. Bu sebeple yaşın serbest zaman etkinliklerine katılımı öncül bir etken olduğu söylenebilir.

Serbest zaman motivasyon değerlerinin eğitim durumu değişkenine göre dağılımları incelendiğinde (Tablo 4) motivasyonsuzluk alt boyutundan istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmuştur ($p<.05$). Farkı yaratan etkenin lisans eğitime sahip bireylerden kaynaklandığı görülmektedir ($\bar{x}=2,22$). Motivasyonsuzluk alt boyutunda en düşük ortalamaya lisans mezunları sahiptir. Bu durum özellikle Covid-19 pandemi sürecinde hızla artan ekonomik krizin lisans mezunları tarafından çok ciddiye alınmaması alakalı olabilir. Lisans mezunları serbest zamanlarında katıldıkları etkinliklerden daha çok keyif almaktadır. Benzer şekilde Gürer (2020), araştırmasında deneyimi daha az olan genç sporcuların motivasyonsuzluk yaşadığı sonucuna ulaşmıştır. Motivasyonsuzluk puanları en yüksek olan grup ise ilköğretim mezunlarıdır. Bu sonuç eğitim durumlarından kaynaklı olarak Covid-19 pandemi sürecinin olumsuz etkilerinin bu grup tarafından daha çok hissedildiği şeklinde yorumlanabilir. Gökçe (2008), eğitim seviyesi düşük bireylere serbest zaman etkinlikleri düzenlerken, kişilerin kendilerini geliştirmesini sağlayacak etkinlikler planlanması gerektiğine değinmiştir. Türker, Ölçer ve Aydın (2016), yerel halkın serbest zaman değerlendirme alışkanlıklarını inceledikleri araştırmalarında eğitim durumu gibi demografik değişkenlerinin serbest zaman faaliyetlerine katılmada anlamlı bir farklılık yaratmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çuhadar, Yusuf, Demirel ve Demirel (2019) bireyleri rekreasyonel amaçlı egzersize motive eden faktörleri inceledikleri araştırmalarında eğitim durumuna göre daha çok sağlık amaçlı bir katılım gösterildiği sonucuna ulaşmıştır. Tüm bu sonuçlar değerlendirildiğinde eğitim seviyesi serbest zaman katılımı farklılık gösteren bir değişken olarak gözükmektedir.

Serbest zaman motivasyon değerlerinin yapılan spor branşı değişkenine göre dağılımlarına incelendiğinde (Tablo 5) istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bununla birlikte katılımcıların daha çok hangi tür serbest zaman etkinlikleri tespit edilmeye çalışılmıştır. Araştırmada doğa sporlarına ve bireysel sporlara yönelim olduğu görülmüştür. Kapalı ortamlarda bir araya gelmenin olumsuz etkileri düşünüldüğünde Covid-19 pandemi sürecinde açık alandaki rekreasyon faaliyetleriyle birlikte doğa yapılan etkinliklere katılım fazladır. Yapılan araştırmalarda, düzenli fiziksel aktivite sürekli olarak düşük ölüm riski ile ilişkilendirilmiştir (Paffenbarger, Hyde, Wing ve Hsieh, 1986). Bu sonuçlara göre serbest zamanlarda düzenli spor yapmanın sağlıklı yaşam için önemli etkisi olduğu söylenebilir. Kalabalık ortamlara girmekten kaçınmak, mümkün olduğunca az kişi ile temas halinde olmak ve daha izole etkinlikler yapmak adına dağcılık, kampçılık, doğa yürüyüşü ve yamaç paraşütü gibi doğa sporlarına yönelim olduğu mevcut araştırma ile ortaya konmuştur. Serbest zamanlarda doğa sporları yapmak tercih edilen bir etkinliktir. Doğada yapılan serbest zaman etkinlikleri katılan bireylere istediği imkanları sunmaktadır. Serbest zamanlarda doğa sporu

yapmak bireylere, yüksek özgürlük hissi yaşatan, mutluluk veren, sosyalleştiren, kendi seviyelerine göre faaliyet imkanı yaratan, amaçlandığı tarzda bir etkinlik sunan ve serbest zamanları en sağlıklı şekilde kullandıran bir faaliyet şeklinde ortaya çıkmaktadır (Gürer ve Caymaz, 2019). Güneydoğu Anadolu bölgesinde doğa sporları kulüpleri bulunmakta ve doğa yürüyüşü, dağcılık gibi etkinliklerin yapıldığı görülmektedir (Gürer, Alıncak ve Öcalan, 2016). Bir serbest zaman etkinliği olarak doğa sporları Covid-19 pandemi sürecinde yapılabilir bir seviyede gözükmekte ve açık alanda yapılmasından dolayı avantaj sağlayabilmektedir. Bir çalışma, yeşil bir çevrede yaşamının, stres seviyeleri ve fiziksel aktivite miktarı gibi sağlık göstergeleriyle pozitif olarak ilişkili olduğunu ortaya koymuştur (De Vries, Verheij, Groenewegen ve Spreewenbergen, 2003). Doğa sporlarının ise olumlu etkileri yapılan çalışmalarda ortaya konmuştur (Godbey, 2009; Gürer, 2015; Gürer ve Kılınç, 2019; McKenzie, 2000).

Sonuç olarak, Covid-19 pandemi sürecinde serbest zaman motivasyonuna etki edecek öncül bir fark ortaya çıkmamıştır. Araştırmaya katılım sayısının çok fazla olmaması sonuçları etkilemiş olabilir. Net bir sonuç olarak, lisans mezunlarının serbest zaman etkinliklerindeki motivasyonları daha iyi seviyededir. Bununla birlikte tüm değişkenlerde en düşük ortalamaların dışsal düzenleme ve motivasyonsuzluk alt boyutlarında olduğu görülmüştür. Serbest zamanlarında bir etkinliğe katılan bireylerin daha çok doğada yapılan etkinlikler ile bireysel sporları tercih ettiği görülmüştür. Doğada yapılan etkinliklere yönelim olması bireylerin açık alanı daha güvenli bulmaları ile ilişkilendirilebilir. Bununla birlikte doğaya çıkan insan sayısının artması bir yandan da çevre kirliliği sorunu oluşturabilir. Covid-19 pandemi sürecinde kurallara uygun olarak doğada ve açık alanda yapılan sporların arttırılması sağlık açısından önerilmektedir. Daha fazla örneklem sayısı ve farklı bölgelerde yapılacak çalışmalar ile elde edilen sonuçlarımız tartışılabilir.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırmanın dizaynı, verilerin toplanması ve analizi makalenin hazırlanması, BG.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Gaziantep Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Kurulu

Tarih: 27.01.2021

Sayı/Karar No: 2021/04

KAYNAKLAR

- Azevedo, M. R., Araújo, C. L. P., Reichert, F. F., Siqueira, F. V., da Silva, M. C. & Hallal, P. C. (2007). Gender differences in leisure-time physical activity. *International Journal of Public Health*, 52(1), 8-15. DOI 10.1007/s00038-006-5062-1
- Bang, H. & Ross, S. D. (2009). Volunteer motivation and satisfaction. *Journal of Venue and Event Management*, 1(1), 61-77.
- Bedford, T., Burningham, K., Cooper, G., Green, N. & Jackson, T.D. (2011). Sustainable leisure: Escalations, constraints and implications. *Resolve Working Paper Series, 12-11*, 1-39.
- Brooks, S. K., Webster, R. K., Smith, L. E., Woodland, L., Wessely, S., Greenberg, N. & Rubin, G. J. (2020). The psychological impact of quarantine and how to reduce it: rapid review of the evidence. *The Lancet*, 395(10227), 912-920. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(20\)30460-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(20)30460-8)
- Burton, N.W. & Turrell, G. (2000). Occupation, hours worked, and leisure-time physical activity. *Prev Med.*, 31, 673-81. <https://doi.org/10.1006/pmed.2000.0763>
- Campbell, J. P. & Turner, J. E. (2018). Debunking the myth of exercise-induced immune suppression: redefining the impact of exercise on immunological health across the lifespan. *Frontiers in immunology*, 9, 648. <https://doi.org/10.3389/fimmu.2018.00648>
- Carriedo, A., Cecchini, J. A., Fernandez-Rio, J. & Méndez-Giménez, A. (2020). COVID-19, Psychological Well-being and Physical Activity Levels in Older Adults during the Nationwide Lockdown in Spain. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 28(11), 1146-1155. <https://doi.org/10.1016/j.jagp.2020.08.007>
- Chelladurai, P. (2006). *Human resource management in sport and recreation*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Chen, Z. Y. (2001). The study of elementary teachers' leisure participation, experience in leisure benefits, and work satisfaction in Taipei County. *National Taiwan Normal University*.
- Çuhadar, A., Yusuf, E. R., Demirel, M. ve Demirel, D. H. (2019). Bireyleri rekreasyonel amaçlı egzersize motive eden faktörlerin incelenmesi. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(3), 153-161. DOI: 10.33689/spormetre.562233
- De Vries, S., Verheij, A. R., Groenewegen, P.P. & Spreeuwenberg, P. (2003). Natural environments-healthy environments? An exploratory analysis of the relationship between green space and health. *Environment and Planning*, 35(10), 1717-1731. DOI:10.1068/a35111
- Driver, B. L. (1990). The North American experience in measuring the benefits of leisure. In *Proceedings National Workshop on Measurement of Recreation Benefits* (pp. 1-57). Bandoora, Australia: Phillip Institute of Technology.
- Ellis, G. A. & Witt, P. A. (1986). The leisure diagnostic battery: past, present, and future. *Therapeutic Recreation Journal*, 20, 31-47.
- Francken, D. A. & Van Raaij, W. F. (1981). Satisfaction with leisure time activities. *Journal of Leisure Research*, 13(4), 337-352. <https://doi.org/10.1080/00222216.1981.11969498>
- Gilat, R. & Cole, B. J. (2020). COVID-19, medicine, and sports. *Arthroscopy, Sports Medicine, and Rehabilitation*, 2(3), e175-e176. <https://doi.org/10.1016/j.asmr.2020.04.003>
- Godbey, G. (2009). *Outdoor recreation, health, and wellness: Understanding and enhancing the relationship*. Washington: Outdoor Resources Review Group. Retrieved from. Discussion Paper, 1-29.
- Gomes, V.B., Siqueira, K.S. & Sichieri, R. (2001). Physical activity in a probabilistic sample in the city of Rio de Janeiro. *Cad Saude Publica* 17, 969-76. <https://doi.org/10.1590/S0102-311X2001000400031>
- Gökçe, H. (2008). *Serbest zaman doyumunun yaşam doyumuna ve sosyo-demografik değişkenlerle ilişkisinin incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Pamukkale Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Denizli.

Gürer, B. (2021). Covid-19 pandemi sürecinde spor yapan bireylerin serbest zaman motivasyonlarının incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 24-35.

Güngörmüş, H.A. (2012). The Study of validity and reliability of Turkish version of leisure motivation scale. *Energy Education Science and Technology Part B: Social and Educational Studies*, 4(3), 1209-1216.

Gürer, B. (2015). The investigation of problem-solving skill of the mountaineers in terms of demographic variables. *Educational Research and Reviews*, 10(11), 1496-1504. DOI: 10.5897/ERR2015.2129

Gürer, B., Alıncak, F. ve Öcalan, M. (2016). Türkiye'deki dağcılık ve doğa sporları kulüpleri ile faaliyet alanlarının incelenmesi. *Gaziantep Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 15(3), 987-1000.

Gürer, B. & Caymaz, E. (2019). Investigation of leisure perceptions of individuals in outdoor sports. *International Journal of the Sociology of Leisure*, 2(3), 255-265. <https://doi.org/10.1007/s41978-018-0021-y>

Gürer, B. ve Kılınç, Z. (2019). Doğa sporları yapanların temel psikolojik ihtiyaçlarının zihinsel dayanıklılığa etkisi. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 222-233. DOI:10.33459/cbubebd.576242

Gürer, B. (2020). Oryantiring sporu yapan gençlerin serbest zaman motivasyonlarının incelenmesi. *Journal of Social and Humanities Sciences Research*, 7(62), 3373-3379. <http://dx.doi.org/10.26450/jshsr.2200>

Güzel, P., Yıldız, K., Esentaş, M. & Zerengök, D. (2020). "Know-How" to spend time in home isolation during COVID-19; restrictions and recreational activities. *International Journal of Psychology and Educational Studies*, 7(2), 122-131. <http://dx.doi.org/10.17220/ijpes.2020.02.011>

Hammami, A., Harrabi, B., Mohr, M. & Krstrup, P. (2020). Physical activity and coronavirus disease 2019 (COVID-19): specific recommendations for home-based physical training. *Managing Sport and Leisure*, 1-6. <https://doi.org/10.1080/23750472.2020.1757494>

Hegde, S. M. & Solomon, S. D. (2015). Influence of physical activity on hypertension and cardiac structure and function. *Current hypertension reports*, 17(10), 1-8. DOI 10.1007/s11906-015-0588-3

Iso-Ahola, S.E. (1980). *Social psychological perspective on leisure and recreation*. Springfield, IL: Charles C. Thomas.

Iso-Ahola, S. E. & Wessinger, E. (1984). Leisure and well-being: is there a connection? *Parks and Recreation*, 19, 40-44.

Kangalgil, M., Hünük, D. ve Demirhan, G. (2006). İlköğretim, lise ve üniversite öğrencilerinin beden eğitimi ve spora ilişkin tutumlarının karşılaştırılması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 17(2), 48-57.

Kao, C. H. (1995). A three-factor model of leisure benefits. *Journal of outdoor recreation study*, 8(1), 67-78.

Kim, E. (2018). A systematic review of motivation of sport event volunteers. *World Leisure Journal*, 60(4), 306-329. <https://doi.org/10.1080/16078055.2017.1373696>

Kluge, H. H. P. (2020). *Statement—Older people are at highest risk from COVID-19, but all must act to prevent community spread*. Retrieved from World Health Organization website: <http://www.euro.who.int/en/health-topics/health-emergencies/coronavirus-covid-19/statements/statement-older-people-are-at-highest-risk-from-covid-19,-but-all-must-act-to-prevent-community-spread>.

McKenzie, M. D. (2000). How are adventure education program outcomes achieved?: A review of the literature. *Journal of Outdoor and Environmental Education*, 5(1), 19-27.

MacKenzie, S. H. & Goodnow, J. (2020). Adventure in the age of COVID-19: Embracing microadventures and locavism in a post-pandemic world. *Leisure Sciences*, 43,1-2, 62-69. <https://doi.org/10.1080/01490400.2020.1773984>

Moccia, F. D. (2000). Planning Time: An emergent european practice. *European Planning Studies*, 8(3), 367-376.

Monteiro, C.A., Conde, W.L., Matsudo, S.M., Matsudo, V.R., Bonsenor, I.M. & Lotufo, P.A. (2003). A descriptive epidemiology of leisure-time physical activity in Brazil, 1996–1997. *Rev Panam Salud Publica* 14, 246–54.

Mutlu, İ. (2008). *Egzersiz yapan kişilerin boş zamanlarına yönelik tutumları üzerine bir araştırma (Kayseri İli Örneği)*. Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi, Niğde.

Paffenbarger Jr, R. S., Hyde, R., Wing, A. L. & Hsieh, C. C. (1986). Physical activity, all-cause mortality, and longevity of college alumni. *New England journal of medicine*, 314(10), 605-613.

Pelletier, L.G., Vallerand, R.J., Blais, M.R. & Brière, N.M. (1991). *Leisure Motivation Scale (LMS-28)*. http://www.er.uqam.ca/nobel/r26710/LRCS/echelles_en.htm.

Sivan, A. (2020). Reflection on leisure during COVID-19. *World Leisure Journal*, 62(4), 296-299. <https://doi.org/10.1080/16078055.2020.1825260>

Soyer, F., Yıldız, N. O., Harmandar Demirel, D., Serdar, E., Demirel, M., Ayhan, C. ve Demirhan, Ö. (2017). Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımlarına engel teşkil eden faktörler ile katılımcıların yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(2), 2035-2046. doi:10.14687/jhs.v14i2.4647

Thomson, M.D., Spence, J.C., Raine, K. & Laing, L. (2008). The Association of television viewing with snacking behavior and body weight of young adults. *American Journal of Health Promotion* 22(5), 329–35.

Tsai, C. T. L. (2020). COVID-19 reflections. *World Leisure Journal*, 62(4), 336-338. <https://doi.org/10.1080/16078055.2020.1825253>.

Türker, N., Ölçer, H. ve Aydın, A. (2016). Yerel Halkın serbest zaman değerlendirme alışkanlıkları: Safranbolu Örneği. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(1), 49-62.

Woods, J., Hutchinson, N. T., Powers, S. K., Roberts, W. O., Gomez-Cabrera, M. C., Radak, Z., ... & Coelho-Júnior, H. J. (2020). The COVID-19 pandemic and physical activity. *Sports Medicine and Health Science* 2, 55–64. <https://doi.org/10.1016/j.smhs.2020.05.006>

World Health Organization. (2021). *Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard*. Erişim tarihi: 08.04.2021 <https://covid19.who.int/>.



Tenisçilerde Çeviklik Yeteneğinin Yaş Faktörüne Göre Karşılaştırılması ve Tenis Performansı İle İlişkisinin Araştırılması*

Yasin Yusuf YILMAZ¹, İbrahim CAN^{2†}

¹ İğdır Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, İğdır.

² İğdır Üniversitesi, Beden Eğitimi ve Spor Yüksekokulu, İğdır.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 16.03.2021

Kabul Tarihi: 23.04.2021

DOI: 10.25307/jssr.897934

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Bu çalışmanın amacı, tenisçilerde çeviklik yeteneğinin yaş faktörüne göre karşılaştırılması ve tenis performansı ile ilişkisinin araştırılmasıdır. Bu amaç doğrultusunda, farklı illerden 11-12, 13-14 ve 15-16 yaş kategorilerinde mücadele eden ulusal maç tecrübesine sahip olan toplam 60 erkek tenis çalışmaya gönüllü olarak katıldı. Çalışmada, katılımcıların çeviklik değerlerini belirlemek için çeviklik t-testi uygulandı. Katılımcıların klasman puanları ve sıralamaları, Türkiye Tenis Federasyonu I-Kort sistemi üzerinden alındı. Verilerin değerlendirilmesinde; Kolmogorov-Smirnov testi, tek yönlü varyans analizi, Kruskal Wallis H testi, Spearman korelasyon analizi kullanıldı. Analiz sonuçlarına göre, tenisçilerin çeviklik değerleri 11-12 yaş kategorisi için 13,11 (± 1,04 sn.), 13-14 yaş kategorisi için 11,09 (± 1,45 sn.) ve 15-16 yaş kategorisi için 9,15 (± 0,55 sn.) olarak elde edildi. Çeviklik değerleri ve klasman puanları arasında negatif ve istatistiksel olarak orta düzeyde ($r=-0,760$; $p<0,001$) bir ilişki elde edilirken; çeviklik değerleri ve klasman sıralamaları arasında pozitif ve istatistiksel olarak orta düzeyde bir ilişki ($r=0,734$; $p<0,001$) elde edildi. Çeviklik değerleri ve yaş arasında negatif ve istatistiksel olarak kuvvetli bir ilişki ($r=-0,834$; $p<0,001$) vardır. Ayrıca, yaş ve klasman puanları arasında pozitif ve istatistiksel olarak orta düzeyde ($r=0,451$; $p<0,001$), yaş ve klasman sıralamaları arasında negatif ve istatistiksel olarak orta düzeyde bir korelasyon ($r=-0,419$; $p<0,001$) elde edildi. Sonuç olarak, çeviklik değerleri iyi olan sporcuların klasman puanlarının yüksek ve buna bağlı olarak da klasman sıralamalarının düşük olduğu, yaş faktöründeki artış ile birlikte çeviklik koşu zamanlarının düştüğü ileri sürülebilir.

Anahtar kelimeler: Tenis, Çeviklik, Klasman, Performans.

Comparison of Agility by Age Factor and Investigation of Relationship with Tennis Performance

Abstract

The aim of this study is to compare the agility ability of tennis players according to the age factor and to investigate its relation with tennis performance. In line with this purpose, a total of 60 male tennis athletes competing in the 11-12, 13-14 and 15-16 age categories from different provinces and having national games experience participated voluntarily. In the study, agility t-test was applied to measure the agility values of the participants. The classification scores and rankings of the players are obtained from I-court system of Turkish Tennis Federation. In the assessment of data, Kolmogorov-Smirnov test, one-way analysis of variance, Kruskal Wallis H test, Spearman correlation analysis were used. According to the analysis results, the agility values of the tennis players were obtained as 13.11 (± 1.04 sec.) for the 11-12 age category, 11.09 (± 1.45 sec.) for the 13-14 age category and 9.15 (± 0.55 sec.) for the 15-16 age category. While there is a negative and statistically moderate relationship ($r = -0.760$; $p < 0.001$) between agility values and classification scores; a positive and statistically moderate relationship ($r = 0.734$; $p < 0.001$) was obtained between agility values and classification rankings. There is a negative and statistically strong relationship ($r = -0.834$; $p < 0.001$) between agility values and age. In addition, it is a found that there is a positive and statistically moderate level correlation ($r = 0.451$; $p < 0.001$) between age and classification scores and also there is a negative and statistically moderate correlation ($r = -0.419$; $p < 0.001$) between age and classification rankings. As a result, it can be proposed that the classification scores of the athletes with good agility values are high and consequently the classification rankings are low, and agility running times decrease with the increase in the age factor.

Keywords: Tennis, Agility, Ranking, Performance.

* Bu çalışma, ikinci yazarın danışmanlığında yürütülen Yasin Yusuf YILMAZ'a ait yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

† Sorumlu yazar: Doç. Dr. İbrahim CAN, E-posta: ibrahimcan_61_@hotmail.com

GİRİŞ

Tenis, sürekli zaman baskısı altında karar verme, hareket etme ve vurma becerileri gerektiren bir spordur (O'Donoghue ve Ingram, 2001). Farklı hızlarda yapılan koşular, dönüşler, kaymalar ve vuruşların yanında, kısa bir zaman dilimi içinde ani ve şiddetli hareketler ile düşük şiddetli aktiviteleri bünyesinde bulunduran bu spor branşı, farklı zeminler (çim, toprak ve sert kort) ve topraklarla (hızlı, orta ve yavaş) oynanır (Filipcic ve Filipcic, 2006). Tenisçilerin maç esnasındaki performansları tekniksel ve taktiksel oyun karakterleri açısından değişir (Smekal vd., 2000). Bu nedenle, sporcuların performans olarak en iyi sonuca ulaşabilmek için dayanıklılık, kuvvet, esneklik, beceri ve çeviklik özelliklerinin geliştirilmesi gerekir.

Tenis branşında sportif başarı için oldukça çok bir özellik olan çevikliğin net bir tanımı olmasa da genellikle yön değiştirme ve hızlı şekilde başlama veya durma yeteneğine sahip bir nitelik olarak tanımlanır (Parsons ve Jones, 1998; Gambetta, 1996). Bazı yazarlar antipasyon, görsel tarama, şekil tanıma ve durum bilgisi olmak üzere algısal motor ve karar verme becerilerinin önemli unsurlarını kapsayacak bir şekilde çevikliğin tanımını geliştirmiştir (Chelladurai, 1976; Sheppard ve Young, 2006). Bu tanımlamaya göre, çeviklik; genel anlamda bir hareket serisinin hızlı yön değiştirmesi ile vücut ve eklemlerin doğrusal bir pozisyonda uzayda durabilmesini sağlayan koordinasyon ve kontrol edebilme becerisi olarak açıklanabilir (Twist ve Benckly, 1995; Young ve Farrow, 2006). Sportif bir durumda bir rakibi takip etmek ya da ondan kaçmak veya hareket eden bir topa tepki verebilmek için yön değişikliği yapmak gerekir. Bu nedenle, çevikliğin bir uyarıcıya tepki vermenin kritik unsurunu içeren performans bileşeni olduğu ifade edilmiştir (Young, McDowell ve Scarlet, 2001). Tenis branşı için çevikliğin bir tanımlamasını yapmak gerekirse, sprint yapmak gibi tenis kortunda yön değiştirerek hareket etmektir. Bir atış veya şut için sahada hızlı ve sorunsuz bir şekilde hareket edebilme özelliği tenis branşında çok önemlidir (Roetert, Piorkowski, Woods ve Brown, 1995). Çünkü sporcuların saha hareketlerini iyi yapabilmek ve saha içinde doğru konumlanmalarında önemli bir yetenek olan çeviklik, bir tenis maçında hızlı yanal hareketlerin sıklıkla yapıldığı ve sporcuların bu hareketleri yapabilmek ve maça hazır olabilmek için gereksinim duyduğu motorik bir yetenektir (Groppel ve Roetert, 1992). Çeviklik ile sportif performans arasında ilişki incelendiğinde ise motor bir beceri olarak kabul edilen çeviklik, düzenli progresif egzersizler sonucunda kazanılabilir (Karacabey, 2013). Buradan hareketle çeviklik ve tenis performansı arasında bir ilişkinin varlığından söz edilebilir.

Tenis branşında sporcunun başarısını gösteren en önemli gösterge sporcunun klasman puanı ve sıralamasıdır. Sporcuların hedeflerini üst sıralara çıkartabilmek, başarılarını artırabilmek ya da korumasına katkı sağlayabilmek ve en uygun turnuvalara ulaşmalarına yol gösterebilmesi için klasman puanı ve sıralaması oldukça önemlidir. Bu yüzden, tenis sporunda tüm yaş gruplarında tek ya da çiftlerin katılabildiği ve sporcuların aldığı derecelere göre puan verilmesi kaydıyla genel klasman sıralamalarının belirlendiği bir sistem vardır. Türkiye Tenis Federasyonu'ndaki (TTF) sporcu klasmanları 11, 12, 13, 14, 15, 16 ve 18 yaş kategorilerinden oluşmaktadır. Bu yaş kategorilerindeki sporcuların ilgili yaş kategorilerinde son 52 haftada gerçekleştirdikleri ulusal ve uluslararası turnuvalardan elde ettikleri puanlar klasman listelerinin oluşturulmasında kullanılır. Ülkemizde bu sistem TTF, Uluslararası Tenis Federasyonu (ITF) ile Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerince organize edilmekte ve turnuvalara katılımı gerçekleştiren kulüp veya lisanslı bireysel tenis sporcularına puanlar verilmektedir. Bu sıralamaya girebilmek için sporcuların alternatif tabloya düşmeden ana tabloda yarışabilmek adına puan toplaması gerekir. Bu durum, klasman puanının sporcular için önemine işaret etmektedir (Türkiye Tenis Federasyonu, 2014).

Tenis müsabakalarında sporcular rakiplerini ters ayakta yakalamak için maç içerisinde paralel ve çapraz vuruşları çok fazla denerler. Tenis sporcularının savunma özellikleri, çeviklik ile üst düzeyde tutularak diğer oyuncularla rekabet edilebilirliği artırılabilir. Bu nedenle, tenisin ana parametrelerinden biri olarak Kabul edilen çeviklik, bir sporcunun maç performansını etkileyen en önemli faktörlerin başında gelir. Literatürde, genellikle tenis branşında aktif spor yapan ve performans sporcuları olarak adlandırılan yani puan sıralamasına sahip olan veya amatör olarak bu spor branşı ile ilgilenen sporcuların farklı antrenman yöntemleri ile çeviklik özelliklerinin geliştirilmeye çalışıldığı, çevikliğin diğer motorik özelliklerle ilişkisinin incelendiği veya farklı branşlardaki sporcuların çeviklik değerleri ile karşılaştırıldığı görülmektedir. Bazı çalışmalarda aynı yaş kategorisindeki tenis sporcularının çeviklik özellikleri karşılaştırılmıştır. Fakat, tenis sporcularının çeviklik yeteneğinin yaş faktörüne göre karşılaştırıldığı ve çeviklik yeteneği ile tenis performansı arasındaki ilişkisinin araştırıldığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu nedenle şimdiki çalışmanın amacı, tenis sporu ile ilgilenen ve klasman puanı ile sıralamasına sahip olan tenisçilerin çeviklik yeteneklerinin yaş faktörüne göre karşılaştırılması ve çeviklik yeteneği ile tenis performansı arasındaki ilişkisinin araştırılmasıdır. Bu çalışmayı literatürde mevcut olan çalışmalardan ayıran en önemli özellik, hem puan sıralamasına sahip olan hem de farklı yaş kategorilerindeki (11-12, 13-14, 15-16 yaş grubu) performans sporcularının çeviklik özelliğini analiz etmek, yaş grupları arasındaki farklılıkları belirlemek ve tenis performansları (sıralama) ile çeviklik yeteneği arasındaki ilişkiyi ortaya koymaktır.

YÖNTEM

Katılımcılar

Bu çalışmaya, Iğdır, Ağrı, Batman, Malatya, Trabzon, Elazığ ve Diyarbakır illerinden 11-12, 13-14 ve 15-16 yaş gruplarında, Türkiye Tenis Federasyonu (TTF) I-Kort sistemi üzerinden klasman puanı, klasman sıralaması ve ulusal maç tecrübesine sahip olan her yaş kategorisinden 20'şer olmak üzere toplam 60 erkek tenisçi çalışmaya gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların fiziksel özellikleri tablo 1'de verilmiştir. Bu yaş gruplarının seçilmesinin sebebi; yıldız ve genç kategoriler olması, bu yaş grubu altındaki (8-10 yaş) sporcularda klasman puanının olmaması ve üstündeki (18 ve üstü) sporcularda ise klasman puanlarının hesaplamasının farklı olmasıdır. Katılımcılara çalışmanın genel amacı, planlanması, gerçekleştirilecek ölçümler ve ölçümlerde karşılaşılabilecek sorunlarla birlikte katılımcıların ölçümler süresince dikkat etmeleri gereken sorumluluklarına (beslenme, yaşam tarzı ve antrenman gibi) yönelik kapsamlı açıklama yapıldı ve çalışmaya gönüllü katılmak isteyen sporcuların ailelerinden Gönüllü Onam Formu alındı.

Araştırma Yayın Etiği

Iğdır Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurul Başkanlığı'nın 01.10.2020 tarih ve 2020/26 sayılı toplantısında, bu çalışmanın Iğdır Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Yönergesinin 10/1. Maddesi uyarınca, bilimsel araştırma ve yayın etiğine uygun olduğuna karar verilmiştir.

Verilerin Toplanması

Bu çalışmada, öncelikle katılımcıların fiziksel özellikleri belirlendi ve TTF I-Kort sisteminden klasman puanları ve sıralamaları alındı. Daha sonra, katılımcılara çeviklik T-testi uygulandı.

Tüm ölçümler, her ilin Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü veya her ildeki özel kulüplere bağlı ve hard özelliklere göre tasarlanan tenis kortlarında antrenörlerin gözetiminde yapıldı.

Tablo 1. Katılımcıların fiziksel özellikleri

Gruplar	Değişkenler	n	Ort.	S	Minimum	Maksimum
11-12 Yaş Grubu	Yaş (yıl)	20	11,4	,50	11	12
	Boy (cm)		144	,04	140	158
	Kilo (kg)		41,7	4,72	35,6	56
13-14 Yaş Grubu	Yaş (yıl)	20	13,7	,47	13	14
	Boy (cm)		166	,04	158	173
	Kilo (kg)		61,1	6,06	52	71
15-16 Yaş Grubu	Yaş (yıl)	20	15,8	,35	15	16
	Boy (cm)		173	,05	167	186
	Kilo (kg)		67,9	16,1	60	80
Toplam	Yaş (yıl)	60	14,0	1,88	11	16
	Boy (cm)		165,5	,13	140	186
	Kilo (kg)		60,5	12,4	35,6	80

Boy ve Vücut Ağırlığının Belirlenmesi

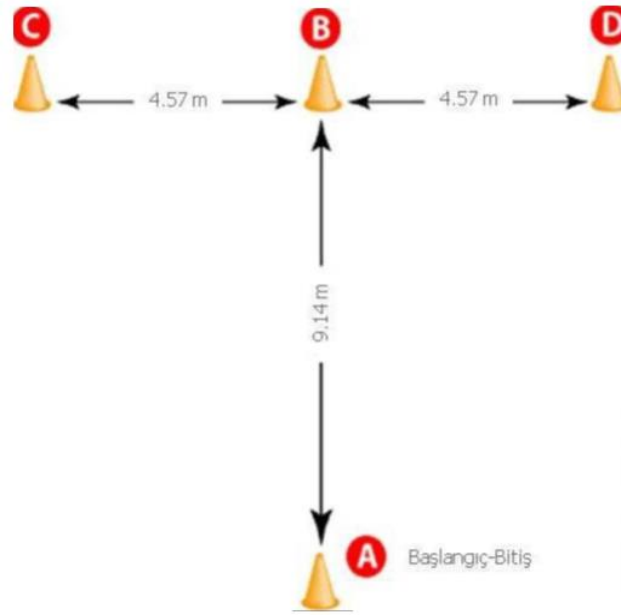
Katılımcıların boy ölçümleri şeritmetre (Starline Şeritmetre) ile ölçülürken, vücut ağırlıkları ise baskül (Voit Akıllı Bluetooth Dijital Baskül) kullanılarak ölçülmüştür. Tüm katılımcıların boy ölçümleri ayakkabısız ve vücut ağırlıkları her iki ayaklarına eşit dağıldığı bir pozisyonda santimetre (cm) cinsinden ölçülürken; vücut ağırlıkları, ayakkabısız ve üstlerinde sadece şort ve tişörtün olduğu bir pozisyonda kilogram (kg) cinsinden ölçülmüştür.

Çeviklik Yeteneğinin Belirlenmesi

Bu çalışmada, katılımcıların çeviklik yeteneğini belirlemek için çeviklik t-testi uygulandı. Test, 9,14 cm uzunluğunda ve 4,57 cm genişliğinde bir alanda yapılır (şekil 1). Testin uygulanması için 4 huni kullanılır. Katılımcılar, A hunisinde teste başlar, B hunisine hareket ederek huniye sağ eliyle temas eder. Daha sonra, C hunisine hareket eder ve bu kez sol eli ile huniye temas ettikten sonra D hunisine hareket eder. D hunisine sağ eli ile dokunduktan sonra tekrardan B hunisine koşar ve başlangıç noktası olan A hunisine geri geri koşarak bitirir. Çeviklik testinde katılımcılara hunilere temas etmeleri, test süresince göğüslerinin hep karşıyı göstermesi (yüz her zaman aynı yönde), huniler üstünden ayaklarıyla geçmemeleri ve huniler arasında koşmaları gerektiği belirtildi. Bu kurallara uyulmadığında katılımcının testi sonlandırılarak test sonucu değerlendirmeye alınmadı ve test tekrarlatıldı (Can, Cihan, İmamoğlu, Albayrak ve Arı, 2013). Çeviklik ölçümlerinde tam dinlenme verilerek katılımcılara test iki kez yaptırıldı ve en iyi koşu zamanları saniye cinsinden istatistiksel analiz için kaydedildi. Farklı illerdeki katılımcılara eşit şartlarda ölçüm yapılabilmesi için ölçümler öğleden sonra 14:00 ile 16:00 saatleri arasında uygulandı. Test ölçümleri yapılmadan önce katılımcılara en az 15 dakikalık genel bir ısınma yaptırıldı. Çeviklik testinde, katılımcılardan en iyi verimi alabilmek için sözlü cesaretlendirme verildi ve test prosedürüne alışabilmeleri için birkaç kez deneme yapmalarına olanak tanındı. Katılımcıların çeviklik değerlerini belirlemek için taşınabilir elektronik fotosel (Sinar, Türkiye) kullanıldı.

Klasman Strası ve Puanının Belirlenmesi

Türkiye Tenis Federasyonu genel klasman puanları, aynı serideki gruplarda 1. grup ile 2. grup arasında % 40, sonra gelen her grupta % 20 azalır. 5. gruptan sonra gelen gruplarda puanlar sabit kalır. Yaş kategorileri için hesaplamalar şu şekildedir (TTF I-Kort):



Şekil 1. Çeviklik T-testi alanı (Can vd., 2013)

12 Yaş Performans Sporcularında: Gruplarda her maçta alınan puan sayısı 1. grup 2.00, 2. grup 1.20, 3. grup 0.96, 4. grup 0.77, 5 ve daha sonraki gruplarda ise 0.61 olarak hesaplanır. Müsabakalarda gruplarda her galibiyet için 1. grup 10.00, 2. grup 6.00, 3. grup 4.80, 4. grup 3.84, 5. grup ve daha sonraki gruplarda olanlar 3.07 alırlar. Sıralamalarda 1. olan 50.00, 2. olan 30, 3.olan 24.00, 4. olan 19.20, 5. ve sonra olanlar 15.36 puan alırlar.

14 Yaş Performans Sporcularında: Gruplarda her maçta alınan puan sayısı 1. grup 8.00, 2. grup 4.80, 3. grup 3.84, 4. grup 3.08, 5. grup ve sonraki gruplarda için 2.44 olarak hesaplanır. Müsabakalardaki gruplarda her galibiyet için 1. grup 40.00, 2. grup 24.00, 3. grup 19.20, 4. grup 15.36, 5. grup ve daha sonraki gruplarda olanlar 12.28 puan alırlar. Sıralamalarda 1. olan 200.00, 2. olan 120.00, 3. olan 96.00, 4. olan 76.80, 5. ve sonra olanlar 61,44 puan alırlar.

16 Yaş Performans Sporcularında: Gruplarda her maçta alınan puan sayısı 1. grup 12.00, 2. grup 7.20, 3. grup 5.76, 4. grup 4.62, 5 ve daha sonraki gruplarda ise 2,44 olarak hesaplanır. Müsabakalardaki gruplarında her galibiyet için 1. grup 60.00, 2. grup 36.00, 3. grup 28.80, 4. grup 23.04, 5. grup ve daha sonraki gruplarda olanlar 18,42 puan alırlar. Sıralamalarda 1. olan 300.00, 2. olan 180.00, 3. olan 144.00, 4. olan 115.20, 5. ve sonra olanlar 92,16 puan alırlar.

Verilerin Analizi

Çalışmanın istatistiksel analizi SPSS 22.0 (SPSS Inc., Chicago, IL) paket programı kullanılarak yapıldı. Nicel değişkenlerin normal dağılıma uygun olup olmadığı Kolmogorov-Smirnov testi ile incelendi. Bağımsız gruplar normal dağılım değişkenler açısından tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile, normal dağılmayan değişkenlerde Kruskal Wallis H testi ile karşılaştırıldı. Nicel değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek için Spearman korelasyon analizi uygulandı. Normal dağılıma uygun nicel değişkenlerin tanımlayıcı istatistikleri ortalama \pm standart sapma, normal dağılmayan nicel değişkenlerin tanımlayıcı istatistikleri ise medyan (minimum-maksimum) şeklinde gösterildi. Nitel değişkenlere ilişkin tanımlayıcı istatistikler frekans (%) şeklinde ifade edildi. $p < 0.05$ değerleri istatistiksel olarak anlamlı kabul edildi.

BULGULAR

Tablo 2. Kolmogrov-Smirnov test sonuçları

Değişken	Kolmogorov-Smirnov		
	Test İstatistiği	sd	p
Klasman Puanı	0,434	60	<0,001
Klasman Sıralaması	0,067	60	0,200
Çeviklik T-Testi	0,144	60	0,003
Yaş	0,177	60	<0,001

sd: Serbestlik Derecesi

Nicel değişkenlerin tanımlayıcı istatistikleri verilmeden önce bu değişkenlerin normal dağılıma uygunluğuna bakıldığında sadece klasman sıralaması değişkeninin normal dağılıma uygunluk gösterdiği ($p>0,05$); yaş, klasman puanı ve çeviklik bakımından normal dağılım göstermediği elde edildi ($p<0,01$) (tablo 2).

Tablo 3. Klasman puanı, klasman sıralaması, çeviklik t-testi ve yaş arasındaki korelasyon analizi sonuçları

	Klasman Sıralaması	Çeviklik T-Testi	Yaş
Klasman Puanı	$r=-0,942$ $p<0,001$	$r=-0,760$ $p<0,001$	$r=0,451$ $p<0,001$
Klasman Sıralaması		$r=0,734$ $p<0,001$	$r=-0,419$ $p=0,001$
Çeviklik T-Testi			$r=-0,834$ $p<0,001$

Tablo 3'te klasman puanı, klasman sıralaması, çeviklik testi ve yaş arasında korelasyon analizi bulguları verilmiştir. Buna göre; klasman puanı ile klasman sıralaması arasında negatif yönlü, kuvvetli bir ilişki ($r=-0,942$; $p<0,001$) elde edilmişken, klasman puanı ile çeviklik testi arasında negatif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki ($r=-0,760$; $p<0,001$) elde edilmiştir. Klasman puanı ile yaş arasında pozitif yönlü, orta düzeyde bir ilişki vardır ($r=0,451$; $p<0,001$). Klasman sıralaması ile çeviklik t-testi arasında pozitif yönlü ($r=0,734$; $p<0,001$), yaş arasında negatif yönlü, orta düzeyde bir ilişki vardır ($r=-0,419$; $p=0,001$). Ayrıca, çeviklik t-testi ile yaş arasında negatif yönlü, kuvvetli bir ilişki vardır ($r=-0,834$; $p<0,001$).

Tablo 4. Klasman puanı, klasman sıralaması ve çeviklik t-testi değişkenlerinin yaş gruplarına göre kolmogorov - smirnov test sonuçları

Değişkenler	Yaş Grupları	Test İstatistiği	sd	p
Klasman Puanı	11-12	0,290	20	<0,001
	13-14	0,327	20	<0,001
	15-16	0,412	20	<0,001
Klasman Sıralaması	11-12	0,149	20	0,200
	13-14	0,173	20	0,119
	15-16	0,180	20	0,088
T Çeviklik Testi	11-12	0,105	20	0,200
	13-14	0,151	20	0,200
	15-16	0,122	20	0,200

Yaş gruplarına göre klasman puanı, klasman sıralaması ve çeviklik testi değişkenlerinin normal dağılım gösterip göstermediği incelendiğinde, klasman puanının yaş gruplarındaki dağılımının normal olmadığı; klasman sıralaması ve çeviklik test değişkenlerinin tüm yaş gruplarında normal dağılım gösterdiği belirlenmiştir (tablo 4). Buna göre; yaş grupları klasman puanı bakımından Kruskal Wallis, klasman sıralaması ve çeviklik t-testi değişkenleri bakımından ise tek yönlü varyans analizi (ANOVA) ile karşılaştırılmıştır (tablo 5).

Tablo 5. Klasman puanı, klasman sıralaması ve çeviklik t-testi değişkenlerinin yaş gruplarına göre tanımlayıcı istatistikleri ve karşılaştırma sonuçları

Değişkenler	Yaş Grupları			X ² / F	P
	11-12 (n = 20)	13-14 (n = 20)	15-16 (n = 20)		
Klasman Puanı	37,95 (1,32-450) ^a	87,97 (2,30-1259) ^{ab}	102,29 (37,10-22112) ^b	10,639	0,005
Klasman Sıralaması	1739,20±527,26 ^a	1473,95±574,70 ^{ab}	1178,90±603,66 ^b	4,846	0,011
T-Çeviklik Testi	13,11±1,04 ^a	11,09±1,45 ^b	9,15±0,55 ^c	67,488	<0,001

Aynı satırda bulunan benzer harfler gruplar arası benzerliği, farklı harfler ise gruplar arası farklılığı belirtmektedir.

Tablo 5’te yaş gruplarına göre klasman puanı, klasman sıralaması, çeviklik testinin tanımlayıcı istatistiksel değerleri ve karşılaştırma sonuçları verilmiştir. Buna göre; yaş grupları arasında klasman puanı, klasman sıralaması ve çeviklik testi bakımından istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu elde edilmiştir (sırasıyla p=0,005; p=0,011; p<0,001). İstatistiksel farklılığın hangi grup/gruplardan kaynaklandığını belirlemek için yapılan çoklu karşılaştırma sonuçlarına bakıldığında, klasman puanı ve klasman sıralaması bakımından 11-12 yaş ile 15-16 yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı farklılık olduğu elde edilmiştir. Ayrıca, 15-16 yaş grubuna ait hem klasman puanının hem de klasman sıralaması puanlarının 11-12 yaş grubundan anlamlı düzeyde yüksek olduğu; 13-14 yaş grubunun klasman sıralaması ve klasman puanı bakımından 11-12 ve 15-16 yaş grubuna benzer olarak elde edilmiştir. Çeviklik t-testi sonuçlarına göre tüm yaş grupları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu elde edilmiştir. Buna göre; çeviklik testi ortalaması, büyükten küçüğe doğru 11-12, 13-14 ve 15-16 yaş grubu şeklindedir. Yani, yaş arttıkça çeviklik t-testinin ortalamaları azalmaktadır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Tenis; kuvvet, kısa mesafe koşuları ve dayanıklılık egzersizlerini kapsadığı için fizyolojik gereksinimleri oldukça karmaşık bir spordur. Teniste başarılı bir performans sergileyebilmek için yoğun bir aerobik kapasite, bunun yanında güç, sürat ve çeviklik gibi anaerobik yetiler gerekir. Doğru ve hızlı bir şekilde yön değiştirme (Chelladurai, 1976), karar verme ve bütüncül hareketleri kontrol edebilme (Çömük ve Erden, 2010) yetisi olarak değerlendirilen çeviklik, geliştirilebilen ve eğitilebilen motorsal bir beceridir. Tenis sporunda fiziksel ve teknik faktörler açısından oldukça önemli bir parametre olduğu kabul edilen çeviklik, ölçme ve değerlendirme konusunda farklı görüşleri içeren ve araştırılmaya devam eden bir beceridir. Günümüzde genel

itibari ile yön değiştirme, sürat ve kuvvet ile ilişkilendirilen çeviklik aynı zamanda algılama, sezgi, görsel tarama ve karar verme gibi bilişsel özelliklerle açıklanmaya çalışılır (Armstrong ve Greig, 2018; Draper ve Lancaster, 1985; Kovacs, 2006; McPherson ve Thomas, 1989; Zemkova, 2016).

Bu çalışmada, tenis sporcularının yaş faktörüne göre çeviklik değerleri 11-12 yaş grubu için 13,11 (\pm 1,04 sn), 13-14 yaş grubu için 11,09 (\pm 1,45 sn) ve 15-16 yaş grubu için 9,15 (0,55 sn) olarak elde edilmiştir. Yapılan istatistiksel analizler sonucunda, tenis sporcularının çeviklik koşu zamanının yaş gruplarına göre farklılık gösterdiği ve yaş arttıkça çeviklik testindeki koşu zamanlarının azaldığı elde edilmiştir. Agricola, Zhanel ve Hubacek (2013) tarafından farklı yaş gruplarındaki (12, 14 ve 16 yaş) tenisçilerde yapılan bir çalışmada, farklı yaşlardaki tenisçilerin morfolojik özelliklerinde önemli bir farklılık olduğu, bu farklılıkların sportif başarı için önemli olan uygunluk yeteneklerinin gelişimini etkileyebileceği, genç tenisçilerin kondisyonlarında kaliteye dayalı yaklaşımın önemli olduğu ve tenisçilerin oyun stilini etkin şekilde tanımlamak için morfolojik özelliklerin anlaşılmasının gerektiği belirtilmiştir. Roetert vd, (1995) tarafından genç kız ve erkek tenisçilerde yapılan çalışmada, üç farklı çeviklik testi kullanılarak tenisçilerin yaş faktörüne göre çeviklik değerleri incelenmiştir. Bahsi geçen çalışmada, genç tenisçilerin çeviklik özelliğini elde etmek için katılımcılara spider, lateral and hexagon çeviklik testleri uygulanmıştır. Spider, lateral and hexagon çeviklik testlerinde 12 yaş grubu kız tenisçiler için söylenen sıraya göre 17,2 saniye, 6,4 saniye ve 10,4 saniye koşu zamanı elde edilirken, 14 yaş grubu kız tenisçiler için 16,7 saniye, 6,2 saniye ve 10,0 saniye koşu zamanı elde edilmiştir. 16 yaş grubundaki kız tenisçilerde ise 16,6 saniye, 6,0 saniye ve 9,9 saniyelik bir koşu zamanı elde edilmiştir. Farklı yaş kategorilerindeki genç erkek tenisçilerin çeviklik testlerindeki koşu zamanlarına baktığımızda ise spider, lateral and hexagon çeviklik testlerinde 12 yaş grubundaki erkek tenisçilerde söylenen sıraya göre 17,0 saniye, 6,4 saniye ve 10,6 saniye koşu değerleri elde edilirken, 14 yaş grubundaki erkek tenisçilerde söylenen sıraya göre 15,8 saniye, 6,0 saniye ve 10,3 saniye koşu değerleri elde edilmiştir. 16 yaş grubundaki erkek tenisçiler için ise 15,0 saniye, 5,7 saniye ve 10,0 saniye koşu değerleri elde edilmiştir. Çalışmada, hem kız hem de erkek genç tenisçilere uygulanan üç farklı çeviklik testinde de çeviklik koşu zamanları ve yaş faktörü arasında istatistiksel olarak negatif bir ilişki olduğu, yaş faktörü arttıkça çeviklik koşu zamanlarında bir azalmanın olduğu elde edilmiştir. Roetert vd., (1995) tarafından yapılan çalışmada ulaşılan sonuçlar ile şimdiki çalışmada ulaşılan sonuçlar paralellik göstermektedir. Şimdiki çalışmada, farklı yaş kategorilerindeki genç tenisçilere farklı bir çeviklik test protokolü uygulansa da tenisçilerin çeviklik koşu zamanlarının yaş gruplarına göre farklılık gösterdiği ve yaş arttıkça koşu zamanlarının azaldığı sonucuna ulaşılmıştır. Bu azalmanın çocuklardaki sinir-kas koordinasyonu ve anaerobik özelliğin gelişmeden kaynaklandığı ileri sürülebilir.

Okudur ve Sanioğlu (2012) tarafından yapılan çalışmada, 12 yaş grubundaki erkek tenisçilerin çeviklik t-testindeki ortalama koşu süreleri 11,06 (\pm 0,79 sn) olarak elde edilmiştir. Bu sonuçlar, şimdiki çalışmada elde edilen sonuçlardan farklılık göstermektedir. Şimdiki çalışmada, 11-12 yaş grubundaki tenisçilerin çeviklik t-testinde ortalama koşu zamanları 13,11 (\pm 1,04 sn) olarak bulunmuştur. Benzer yaşlara sahip tenisçilerde böyle bir farklılık olmasının temel sebebi; bahsi geçen çalışmadaki tenisçilerin çeviklik ölçümü köpük zeminde, şimdiki çalışmada ise hard kort zeminde yapılmasından kaynaklandığı ileri sürülebilir.

Literatürde, farklı yaş ve spor dallarında mücadele eden genç sporculara yönelik yapılan çeviklik özelliğinin incelendiği birçok çalışma mevcuttur. Mondal ve Kumar (2015) tarafından

yapılan çalışmada, 14-16 yaş grubundaki masa tenisi oyuncuları ve badminton oyuncularının çeviklik koşu süreleri t-testi kullanılarak karşılaştırılmıştır. Bahsi geçen çalışmada, badminton sporcularının çeviklik değerleri 10,58 (\pm 0,67 sn) olarak bulunurken, masa tenisi sporcularında ise 11,10 (\pm 0,61 sn) olarak bulunmuştur. Badminton oyuncularının çeviklik değerlerinin masa tenisi oyuncularından daha iyi olduğu görülmektedir. Yine de, bu sonuçlar şimdiki çalışmadaki sonuçlardan farklılık göstermektedir. Şimdiki çalışmada, aynı yaş grubundaki tenisçilerin t-testindeki koşu zamanları 9,15 (\pm 0,55 sn) olarak elde edilmiştir. Bu farklılığın, kort tenisinin daha geniş bir alan içinde oynanması ve bu sebeple tenis sporcularının antrenman modüllerinde çeviklik antrenman dirillerini kullanmalarından kaynaklandığı düşünülmektedir.

Ateş (2018) tarafından yapılan çalışmada, farklı yaş kategorisindeki genç futbolcuların çeviklik yetenekleri t-testi kullanılarak karşılaştırılmıştır. Bahsi geçen çalışmada, katılımcıların çeviklik testindeki ortalama koşu zamanları U16 kategorisi için 10,54 (\pm 0,75 sn), U17 kategorisi için 10,52 (\pm 0,54 sn), U18 kategorisi için 10,2 (\pm 0,28 sn) ve U19 kategorisi için 9,83 (\pm 0,42 sn) olarak elde edilmiştir. Yapılan çalışmada, farklı yaş kategorisindeki genç futbolcuların çeviklik değerlerinin yaş faktörüne bağlı olarak azaldığı bulunmuştur. Ateş (2018) tarafından yapılan çalışmadaki sonuçlarla şimdiki çalışmada ulaşılan sonuçlar çeviklik süreleri açısından farklılık gösterirken, yaş arttıkça çeviklik test sürelerinin azalması açısından benzerlik göstermektedir. Çeviklik testindeki koşu sürelerinin farklılık göstermesinin sebebi, katılımcılar arasındaki yaş farklılığıdır. Buna karşılık, bahsi geçen çalışmada yaşın artması ile çeviklik koşu sürelerindeki azalma, şimdiki çalışmada ulaşılan yaş faktöründeki artış ile birlikte çeviklik koşu zamanının düşmesi sonucunu destekler niteliktedir.

Özdemir (2013) tarafından Spor Toto Süper Lig'de mücadele eden bir futbol takımının U15, U16, U17 ve U18 yaş kategorilerindeki genç futbolcularda yapılan çalışmada, oyuncuların 505 çeviklik testindeki ortalama koşu zamanları U15 için 2,25 (\pm ,12 sn), U16 için 2,49 (\pm ,14 sn), U17 için 2,50 (\pm ,09 sn) ve U18 oyuncuları için 2,21 (\pm ,08 sn) olarak elde edilmiştir. Bahsi geçen çalışmada, U15 ve U18 ile karşılaştırıldığında, U16 ve U17 oyuncularının çeviklik testi ortalama koşu zamanlarının daha yüksek olduğu ve yaş arttıkça koşu zamanlarının azalmadığı elde edilmiştir. Benzer şekilde, Arpak (2019) tarafından Niğde yerel basketbol ligindeki U15 (yaş: 14,3 \pm ,80 yıl) ve U18 (yaş: 17 \pm ,84 yıl) kategorilerindeki basketbolcularda yapılan bir çalışmada, katılımcıların Illinois çeviklik testindeki ortalama koşu süreleri U15 basketbolcular için 17,4 (\pm 1,34 sn) olarak elde edilirken, U18 basketbolcular için 17,3 (\pm 1,48 sn) olarak elde edilmiştir. Bahsi geçen çalışmada, U18 kategorisindeki basketbolcular çeviklik testi ortalama koşu zamanları biraz daha düşük olmasına rağmen, istatistiksel olarak gruplar arasında anlamlı farklılık olmadığı bulunmuştur. Hem Özdemir (2013) hem de Arpak (2019) tarafından yapılan çalışmalarda elde edilen sonuçlarla şimdiki çalışmada elde edilen sonuçlar birbirinden farklılık göstermektedir. Bu farklılığın, sporcu grubunun yaş dönemlerinden kaynaklandığı düşünülür. Bahsi geçen çalışmalarda, genç ve ergenlik dönemlerindeki tenisçilerin, şimdiki çalışmada ise gelişim dönemindeki tenisçilerin çeviklik değerinin karşılaştırılmasından dolayı, bu farklılığın ortaya çıktığı ileri sürülebilir.

Kramer, Huijgen, Gemser ve Visscher (2017) tarafından yaş, olgunlaşma ve fiziksel uygunluk düzeyinin mevcut ve daha sonraki yıllardaki tenis performansını etkileyip etkilemeyeceğinin araştırıldığı çalışmada, Hollanda Royal Çim Tenis Derneği yetenek gelişim programına dahil olan ve Hollanda ulusal sıralamamasında yer alan (U13 ilk 30, U16 ise ilk 50 içinde) kız ve erkek tenisçilerin çeviklik özelliği araştırılmıştır. Bahsi geçen çalışmada, kız tenisçilerin spider

çeviklik testindeki koşu zamanları 17,84 (\pm ,67 sn) olarak elde edilirken, erkek tenisçilerin koşu zamanları 17,50 (\pm ,70 sn) olarak elde edilmiştir. U13 ve U16 kategorisindeki genç kız ve erkek tenisçilerin çeviklik koşu zamanları ve yaş kategorileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı elde edilmiştir. Yine de, hem erkek hem de kız tenisçilerde oyuncunun yaşı ne kadar fazla ise çeviklik süresinin daha kısa olduğu belirtilmiştir. Kramer vd., (2017) tarafından yapılan çalışmada ulaşılan sonuçlar ile şimdiki çalışmada elde edilen sonuçlar arasında bazı benzerlikler olsa bile yine de farklılık göstermektedir. Bu farklılığın hem kullanılan çeviklik prosedüründen hem de sporcu seviyesinden kaynaklandığı düşünülür. Bahsi geçen çalışmada, erkek ve kız tenisçilerin çeviklik yeteneğini belirlemek için spider çeviklik testi kullanılırken, şimdiki çalışmada ise çeviklik t-testi kullanılarak tenisçilerin çeviklik yetenekleri ölçülmüştür. Ayrıca, Kramer vd., (2017) tarafından yapılan çalışmadan farklı olarak, şimdiki çalışmada yaş gruplarında belli bir sıralamada olan tenisçiler değil, klasman puanı ve klasman sıralamasına sahip olan sporcuların ölçümleri gerçekleştirilmiştir.

Mevcut çalışmada çeviklik testi, klasman puanı, klasman sıralaması ve yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki elde edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, çeviklik t-testi ve klasman puanı arasında negatif yönde, orta düzeyde bir ilişki bulunurken ($r = -0,760$; $p < 0,001$), çeviklik değerleri ve klasman sıralaması arasında ise pozitif yönde, orta düzeyde bir ilişki ($r = -0,734$; $p < 0,001$) elde edilmiştir. Yaş ve çeviklik t-testi arasında mevcut olan ilişkinin negatif yönde ve kuvvetli olduğu görülmüştür ($r = 0,834$; $p < 0,001$). Yaş ve klasman puanı arasındaki ilişkinin pozitif yönde, orta düzeyde olduğu ($r = 0,451$; $p < 0,001$); yaş ve klasman sıralaması arasındaki ilişkinin negatif yönde ve orta düzeyde olduğu ($r = -0,419$; $p = 0,001$) elde edilmiştir. Bu analizler sonucunda, klasman puanı yüksek olan ve klasman sıralaması düşük olan tenis sporcularının çeviklik testinde daha başarılı oldukları ve daha kısa sürede çeviklik testini bitirdikleri görülür. Aynı zamanda, gelişim çağında sporcuların analize dahil olması nedeniyle yaş faktörüne bağlı olarak sporcuların fiziksel ve fizyolojik gelişimleri dikkate alınarak çeviklik değerlerinin düşük çıktığı anlaşılmaktadır. Çalışmaya katılan katılımcıların tenis branşına erken yaşta başlamaları ve genellikle ilk turnuvaya 11 yaşında katılmaları nedeniyle sporcular her katıldığı turnuvada puanlar toplayarak sonraki yaş gurubuna puanlarını aktararak ilerlemişlerdir. Bu da ilerleyen yaşlarda sporcuların klasman puanlarının yüksek ve klasman sıralamalarının düşük olması anlamına gelir. Bu nedenle, yaşları ilerledikçe turnuva puanların artarak yükselmesi ve böylece klasman sıralamasında daha iyi yerlere gelmeleri nedeniyle klasman puanı, klasman sıralaması ve yaş arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki çıktığını söyleyebiliriz. Ayrıca, klasman puanı ($p = 0,005$), klasman sıralaması ($p = 0,011$) ve çeviklik t-testi ($p < 0,001$) bakımından yaş grupları arasında istatistiksel olarak farklılık olduğu elde edildi. Yapılan çoklu karşılaştırma analizleri incelendiğine, bu istatistiksel farklılığın 11-12 ile 15-16 yaş grupları arasında olduğu elde edildi. Bunun yanında, 15-16 yaş grubuna ilişkin hem klasman puanı hem de klasman sıralaması puanlarının 11-12 yaş grubundan anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu; fakat 13-14 yaş grubu ile 11-12 ve 15-16 yaş grubu klasman puanları ve klasman sıralamalarının benzer olduğu sonucuna ulaşıldı. Çeviklik t-testi değerleri açısından tüm yaş gruplarının birbirlerinden farklılık gösterdiği belirlendi. Buna göre; çeviklik t-testi ortalaması, büyükten küçüğe doğru 11-12, 13-14 ve 15-16 yaş grubu şeklindedir. Bu sonuçtan anlaşılacağı üzere yaş grubunda artış oldukça çeviklik koşu değerleri azalmaktadır.

Sonuç olarak, teniste üst yaş kategorilerinde sporcularını müsabakaya hazırlayan antrenörler, sporcular arasındaki yaş faktörünü ve fiziksel faktörlerin dezavantajlarını minimize edebilmek için alt yaş kategorisindeki sporcularına hazırlık evresinde çeviklik antrenmanlarına daha fazla

Yılmaz, Y.Y. ve Can, İ. (2021). Tenisçilerde çeviklik yeteneğinin yaş faktörüne göre karşılaştırılması ve tenis performansı ile ilişkisinin araştırılması. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 36-48.

önem verebilir. Bu sayede, sporcularının çeviklik değerlerini maksimal seviyeye ulaştırarak üst yaşlardaki rakip sporculara karşı avantajlı duruma gelebilirler ve yaş farkından dolayı meydana gelebilecek dezavantajlı durumu dengeleyebilirler. Bu nedenlerden dolayı, şimdiki çalışmada elde edilen sonuçların, tenise gönül veren antrenörlere, kondisyonerlere, sporculara ve sonraki yıllarda tenis branşına yönelik araştırma yapmayı planlayan spor bilimcilerine büyük katkılar sağlayacağı düşünülmektedir.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı- YYY, İC; Verilerin Toplanması- YYY; İstatistik Analiz- İC; Makalenin hazırlanması, YYY, İC.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Iğdır Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etik Kurul Başkanlığı

Tarih: 01.10.2020

Sayı/Karar No: 2020/26

KAYNAKLAR

- Agricola, A., Zhanel, J. & Hubáček, O. (2013). Relative age effect in junior tennis (male). *Acta Universitatis Palackianae Olomucensis*, 43(1), 27-33. Doi: 10.5507/ag.2013.003
- Armstrong, R. & Greig, M. (2018). The functional movement screen and modified star excursion balance test as predictors of t-test agility performance in university rugby union and netball player. *Physical Therapy in Sport*, 31, 15-21. Doi: 10.1016/j.ptsp.2018.01.003
- Arpak, M. (2019). *Genç basketbolcuların çeviklik, vücut kompozisyonu ve RAST test ölçümlerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Yıldırım Beyazıt Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Ateş, B. (2018). Age-related effects of speed and power on agility performance of young soccer players. *Journal of Education and Learning*, 6(7), 93-99. Doi:10.5539/jel.v7n6p93
- Can, İ., Cihan, H., İmamoğlu, R., Albayrak, A. Y. & Arı, E. (2013). *Changes in the athletic performances of soccer players from pre and post training*. The 4th International Conference on Sports and Exercise Science: Well-Being Well Beyond Sport and Exercise, Bangkok / Thailand.
- Chelladurai, P. (1976). Manifestations of agility. *Journal of the Canadian Association of Health Physical Education and Recreation*, 42(3), 4-36.
- Çömük, N. ve Erden, Z. (2010). Artistik buz pateninde üçlü sıçrayış performansının çeviklik ve reaksiyon zamanı ile ilişkisi. *Fizyoterapi Rehabilitasyon*, 21(2), 75-80.
- Draper, J.A. & Lancaster, M.G. (1985). The 505 test: A test for agility in the horizontal plane. *Australian Journal for Science and Medicine in Sport*, 17(1), 15-18.
- Filipčić, A. & Filipčić, T. (2006). Analysis of time and game characteristics in top profile tennis. *Acta Universitatis Carolinae: Kinanthropologica*, 41(1), 41-53.
- Gambetta, V. (1996). How to develop sport specific speed. *Sports Coach*, 19(3), 22-24.
- Groppe, J.L. & Roetert, E.P. (1992). Applied physiology of tennis. *Sports Medicine*, 14(4), 260-268. Doi: 10.2165/00007256-199214040-00004
- Karacabey, K. (2013). Sporda performans ve çeviklik testleri. *International Journal of Human Sciences*, 10(1), 1693-1704.
- Kovacs, M.S. (2006). Applied physiology of tennis performance. *British Journal of Sports Medicine*, 40(5), 381-386. Doi: 10.1136/bjism.2005.023309
- Kramer, T., Huijgen, B.C., Gemser, M.T. & Visscher, C. (2017). Prediction of tennis performance in junior elite tennis players. *Journal of Sports Science and Medicine*, 16(1), 14-21.
- McPherson, S.L. & Thomas, J. (1989). Relation of knowledge and performance in boys' tennis: Age and expertise. *Journal of Experimental Child Psychology*, 48(2), 190-211. Doi: 10.1016/0022-0965(89)90002-7
- Mondal, S. & Kumar, P. (2015). Comparison of flexibility and agility of table tennis players and badminton players in school students. *National Journal of Physical Education and Sport Science*, 2(1), 81-83.
- O'Donoghue, P.G. & Ingram, B. (2001). A notational analysis of elite tennis strategy. *Journal of Sports Science*, 19(2), 107-115. Doi: 10.1080/026404101300036299
- Okudur, A. ve Sanioglu, A. (2012). 12 yaş tenisçilerde denge ile çeviklik ilişkisinin incelenmesi. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 14(2), 165-170.

- Yılmaz, Y.Y. ve Can, İ. (2021). Tenisçilerde çeviklik yeteneğinin yaş faktörüne göre karşılaştırılması ve tenis performansı ile ilişkisinin araştırılması. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 36-48.
- Özdemir, F.M. (2013). *Genç futbolcularda çeviklik, sürat, güç ve kuvvet arasındaki ilişkinin yaşa göre incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Başkent Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Parsons, L.S. & Jones, M. (1998). Development of speed, agility and quickness for tennis athletes. *Strength and Conditioning Journal*, 20(3), 14-19.
- Roetert, E.P., Piorkowski, P.A., Woods, R.B. & Brown, S.W. (1995). Establishing percentiles for junior tennis players based on physical fitness testing results. *Clinics in Sports Medicine* 14(1), 1-21. Doi: 10.1016/S0278-5919(20)30254-4
- Sheppard, J.M. & Young, W.B. (2006). Agility literature review: Classifications, training and testing. *Journal of Sport Sciences*, 24(9), 919-932. Doi: 10.1080/02640410500457109
- Smekal, G., Pokan, R., Duvillard, S.P., Baron, R., Tschan, H. & Bachl, N. (2000). Comparison of laboratory and “on-court” endurance testing in tennis. *International Journal of Sports Medicine*, 21(4), 242-249. Doi: 10.1055/s-2000-310
- Türkiye Tenis Federasyonu (2014). Türkiye Tenis Federasyonu Klasman Talimatı. <https://www.ttf.org.tr/images/talimatlar/2014/763432014%20TTF%20M%C3%BCsabaka%20ve%20Klasman%20Talimat%C4%B1.pdf>
- Twist, P.W. & Benicky, D. (1995). Conditioning lateral movements for multisport athletes: Practical strength and quickness drills. *Strength and Conditioning Journal*, 17(5), 43-45.
- Young, W., McDowell, M. & Scarlet, B. (2001). Specificity of sprint and agility training method. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 15(3), 315-319. Doi: 10.1519/1533-4287(2001)015<0315:sosaat>2.0.co;2
- Young, W.B. & Farrow, D. (2006). A review of agility: Practical applications for strength and conditioning. *National Strength and Conditioning Association*, 28(5), 24-29. Doi:10.1519/00126548-200610000-00004
- Zemkova, E. (2016). Differential contribution of reaction time and movement velocity to the agility performance reflects sport-specific demands. *Human Movement*, 17(2), 94-101. Doi: 10.1515/humo-2016-0013



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

Serbest Zaman Engelleri ile İlgilenim Arasındaki İlişki: Fitness Merkezi Katılımcıları Üzerine Bir Araştırma

Emrah SERDAR¹ 

¹İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 01.03.2021

Kabul Tarihi: 24.04.2021

DOI:10.25307/jssr.889333

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Araştırmanın amacı, fitness merkezini kullanan bireylerin serbest zaman faaliyetlerine ilişkin engelleri ile ilgilenimleri arasındaki ilişkinin belirlenmesidir. Araştırmanın örneklemini, İstanbul ilinde bulunan özel fitness merkezine üye olan ve amaçlı örnekleme yöntemi ile belirlenen toplamda 216 kişi oluşturmuştur. Araştırmada veri toplama aracı olarak, Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilen ve Gürbüz ve vd., (2020) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan "Boş Zaman Engelleri Ölçeği (BZEÖ)" ile Kyle ve vd., (2007) tarafından geliştirilen ve Gürbüz ve vd., (2018) tarafından Türkçe'ye uyarlanan "Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği (SZİÖ)" kullanılmıştır. Analiz olarak ise, betimsel istatistikler, MANOVA ve Pearson korelasyon analizlerinden faydalanılmıştır. MANOVA analizi sonuçları; "Fitness Merkezi Kullanım Sıklıkları" göre boş zaman engelleri ölçeğinin "Birey Psikolojisi" ve "Tesis" alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. SZİÖ'ne ilişkin MANOVA analizi sonuçlarına göre; "Cinsiyete" göre SZİÖ'nin "Önem Verme" alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu, bireylerin "Fitness Merkezi Kullanım Sıklıklarına" göre ise, SZİÖ'nin tüm alt boyutları üzerindeki ana etkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir. Son olarak ise, Yaş ile BZEÖ'nin alt boyutları arasında sadece "Tesis" ile düşük ve pozitif bir ilişki; Yaş ile SZİÖ'nin alt boyutları arasında ise "Çekicilik", "Önem Verme", "Özdeşleşme" ve "Kendini ifade" arasında ise düşük ve pozitif yönde bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. "BZEÖ" ile "SZİÖ" arasındaki ilişki incelendiğinde ise; "BZEÖ" ile "SZİÖ" arasında ilişki olmadığı saptanmıştır. Sonuç olarak, bireylerin serbest zaman engelleri ile ilgilenimlerinin farklı değişkenlere göre farklılık gösterdiği, BZEÖ ile SZİÖ arasında ilişki olmadığı sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Fitness merkezi, Serbest zaman engelleri, Serbest Zaman ilgilenimi.

The Relationship Between Leisure Constraints and Leisure Involvement: A Research About Fitness Center Members

Abstract

The study aimed to determine the relationship between the leisure constraints and involvements of private fitness centre members. The sample of the study consisted of 216 people who were members of private fitness centre in Istanbul and selected by the purposeful sampling method. The Leisure Constraints Scale (LCS) developed by Alexandris and Carroll (1997) and adapted into Turkish by Gürbüz et al. (2020), and the "Leisure Involvement Scale (LIS)" developed by Kyle et al., (2007) and adapted into Turkish by Gürbüz et al. (2018) were used as data collection tools. Descriptive statistics, MANOVA and Pearson correlation analysis used to analyse data. According to MANOVA analysis, it was determined that there was a significant difference in the "Facility" and "Individual Psychology" subscales regarding "Frequency of Fitness Centre Usage". The results of MANOVA analysis on LIS showed that there was a significant difference in "centrality" subscales according to gender, and there was a significant difference in all subscales according to the Frequency of Fitness Centre Usage. Moreover, there was a low and positive relationship between Age and "Facility" subscales of LCS. A low and positive relationship was found between age and LIS subscales. When the relationship between "LCS" and "LIS" was examined, it was determined that there was no relationship between scales. As a result, it was concluded that individuals' leisure involvement and constraints differed according to different variables, and there was no relationship between LIS and LCS.

Keywords: Fitness centres, Leisure constraints, Leisure involvement.

GİRİŞ

Günümüzde, bireylerin yaşam koşullarında sağlanan kolaylıklar ve çalışma saatlerinin azalması sonucunda serbest zamanların arttığı bilinmektedir (Demirel, 2019; Serdar ve Ay, 2016; Tolukan, 2010). Serbest zamanlarda meydana gelen bu artış, kişilerin yaşamlarında pek çok faydayı da beraberinde getirdiği gibi (Eccles, 2005; Gürbüz vd., 2018; Kim vd., 2018), serbest zaman katılımı ve serbest zaman katılım sorunsalına yönelik ilgiyi de arttırdığı belirtilmiştir (Lapa ve Köse, 2018). Serbest zaman katılımı, bireylerin zorunlu çalışma saatleri dışında kalan zaman diliminde serbest zaman aktivitelerine yönelik katılım sıklıklarını ve sürelerini işlevsel hale getiren davranışsal bir kavram olarak tanımlanmaktadır (Kuykendall vd., 2015; Matsumoto vd., 2018). Serbest zaman katılımı sonucunda bireyler çeşitli yönlerden faydalar elde etmektedirler. Alanyazında serbest zamanda elde edilen faydalar genellikle fizyolojik, psikolojik ve sosyal faydalar olmak üzere üç başlık altında sınıflandırılmaktadır (Hung, 2012; Yan, 2013). Bu faydalara örnek olarak; kardiyovasküler sağlık, hastalıkların yönetimi, zihinsel ve fiziksel rehabilitasyon gibi fizyolojik faydalar (Bright, 2000; Kuo, 2013); özgürlük hissi, kendine değer verme duygusu, benlik saygısının gelişimi, depresyon, endişe ve öfke azalımı gibi psikolojik faydalar (Chen, 2001; Ho, 2008; Iso-Ahola, 1997; Mannell ve Stynes, 1991; Wankel ve Berger, 1991); bireyler yeni arkadaşlıklar ve ilişkiler kurma, insanların duygularını anlamayı ve başkalarının güvenini kazanmaya yönelik sosyal faydalar elde etmektedirler (Chen, 2001; Eskiler vd., 2019). Serbest zaman aktivitelerine katılımın bireyler üzerinde olumlu etkileri olmasına rağmen insanlar çeşitli sebeplerden ötürü kendileri için faydalı olan bu aktivitelere katılmadıkları veya farklı engellerle karşılaştıkları belirtilmiştir (Demirel ve Harmandar, 2009). Engeller literatüründe, serbest zaman engelleri ile serbest zaman katılımları arasında negatif yönde bir ilişki olduğu yani insanların algıladıkları kısıtlamaların aktiviteye katılmama ya da katılımı azaltmaya yol açtığı kabul edilmektedir (Alexandris ve Carroll, 1997). Serbest zaman engelleri, kişilerin serbest zaman tercihlerini etkileyen, katılımlarını kısıtlayan ya da keyif ve memnuniyet seviyelerini azaltacak etmenler olarak açıklanmaktadır (Jun ve Kyle, 2011; Sarol, 2017). Serbest zaman etkinliklerine katılımı engelleyen etmenler; bireysel, bireylerarası ve yapısal olmak üzere üç gruba ayrılmaktadır (Alexandris vd., 2017; Crawford ve Godbey, 1987). *Bireysel engeller*; bireylerin algıladıkları yetenekleri, zindelik durumları, benlik saygısı, aktiviteye yönelik ilgi ve katılımında güven gibi psikolojik durumlar ve algılar ile ilgili etmenlerdir. *Bireylerarası engeller*; serbest zaman katılımında arkadaş ve partner bulmadaki zorluklar ile ilgili faktörlerdir. *Yapısal engeller ise*; finansal sorunlar, kaynak eksikliği, erişebilirlik ve hizmet kalitesi sorunları gibi dış faktörlerdir (Alexandris vd., 2008).

Serbest zaman ilgilenimi konusu, bilim insanları tarafından bireylerin serbest zaman faaliyetlerine yönelik davranışlarını ve tutumlarını anlamak amacıyla ele alınmış (Alexandris vd., 2013; Cheng ve Tsaur, 2012; Kyle ve Chick, 2004; Sato vd., 2017) ve serbest zaman aktivitesine veya ürüne karşı gözlenemeyen bir motivasyon, uyarılma veya ilgi durumu olarak tanımlanmaktadır (Havitz ve Dimanche, 1997). Alanyazında serbest zaman ilgilenimi ile ilgili yaygın olarak kullanılan model McIntype ve Pigram (1992)'in çalışması temel alınarak, Kyle vd., (2003) ile Kyle vd., (2004) tarafından geliştirilen üç boyutlu modeldir (Alexandris vd., 2013). Model'de yer alan çekicilik, kendini ifade ve önem verme alt boyutlarının yanında sosyal ilişki ve özdeşleşme alt boyutları da modele dahil edilmiştir (Aydın, 2016; Kyle vd., 2007). *Çekicilik*; aktivitenin bireyler için önemini ve ondan aldığı zevki ve memnuniyeti ifade etmektedir (Chang ve Gibson, 2011). *Önem verme*; aktivitelerin bireylerin günlük yaşamlarının

ne kadar merkezinde olduğu ile ilgilidir (Kyle ve Chick, 2004). *Sosyal ilişki*; bireyleri serbest zaman aktivitelerine bağlayan sosyal bağlar olarak ifade etmektedir (Aydın, 2016). *Özdeşleşme*; bireylerin katıldıkları serbest zaman aktiviteleri aracılığıyla kendilerini onaylama durumu olarak açıklanmaktadır (Aydın, 2016). *Kendini ifade ise*; bireylerin serbest zaman katılımları ile diğer insanlara aktarmak istedikleri benlik izlenimlerini ifade eden sembolik bir boyutu temsil etmektedir (Chang, 2017). Engeller kavramı, bireylerin serbest zaman katılımları açısından karar verme süreçlerinin yönlerini belirlemek için; (Alexandris vd., 2008; Alexandris vd., 2002; Mannell ve Iwasaki, 2005; Mannell ve Loucks-Atkinson, 2005) serbest zaman ilgilenimi ise, bireylerin serbest zaman davranışlarında karar verme süreçlerini anlamak için kullanıldığı belirtilmiştir (Alexandris vd., 2008; Iwasaki ve Havitz, 2004).

Bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılımlarını engelleyen faktörler ile onların aktivitelere yönelik ilgilenim düzeylerinin belirlenmesi alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu bağlamda araştırmanın amacı, fitness merkezini kullanan bireylerin serbest zaman engelleri ile ilgilenimleri arasındaki ilişkinin belirlenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Fitness merkezine üye olan bireylerin serbest zaman engelleri ile ilgilenimleri arasındaki ilişkinin belirlenebilmesi amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Kavramsal olarak ilişkisel tarama modeli günümüzde ya da geçmişteki durumları, değişimine, şiddetine ve yönüne göre belirlemeye ilişkin çalışmalar şeklinde tanımlanabilmektedir (Karasar, 2014).

Araştırma Grubu

İstanbul ilinde bulunan özel fitness merkezinde üye olan, amaçlı örnekleme yöntemi ile seçilen 128 kadın ($Ort_{yaş}=25.66\pm7.16$) ve 88 Erkek ($Ort_{yaş}= 25.93\pm7.51$) olmak üzere toplamda 216 kişi araştırma grubunu oluşturmuştur. Araştırmaya katılanların %45,4'ünün refah durumu "Normal", %39,8'i haftalık fitness merkezine "1-3 gün" arasında gitmekte iken, %38,0'nın ise haftalık "6-10 Saat" arasında serbest zamana sahip oldukları belirlenmiştir.

Araştırma Yayın Etiği

Bu araştırma İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurul başkanlığının 02.06.2020 tarihli 71884 sayılı kararı sonucunda çalışmanın etik açıdan uygun olduğuna oybirliği ile karar verilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Kişisel Bilgi Formu: Çalışmaya gönüllü olarak dahil olan katılımcıların demografik durumları ile ilgili bilgi almak için araştırmacı tarafından hazırlanan "Kişisel Bilgi Formu"; eğitim durumu, cinsiyet, yaş, haftalık serbest zaman süreleri ve medeni durum gibi sorulardan oluşmaktadır.

Boş Zaman Engelleri Ölçeği-Kısa Formu: Katılımcıların serbest zaman aktivitelerine katılımlarını engelleyen faktörleri tespit etmek için "Boş Zaman Engelleri Ölçeği (BZEÖ)"

kullanılmıştır. Ölçek, Alexandris ve Carroll (1997) tarafından geliştirilmiş olup, ilk olarak Gürbüz ve Karaküçük tarafından (2007) “Boş Zaman Engelleri Ölçeği-28” olarak Türkçe’ye uyarlanmış olup, bu çalışmada ise, Gürbüz vd., (2020) tarafından “Boş Zaman Engelleri Ölçeği-Kısa Formu” kullanılmıştır. Toplam 18 madde ve “Birey Psikolojisi”, “Bilgi Eksikliği”, “Tesis”, “Arkadaş Eksikliği”, “Zaman” ve “İlgi Eksikliği” olmak üzere 6 alt boyuttan oluşmaktadır. Maddeler (1) Kesinlikle Önemsiz, (4) Çok Önemli şeklinde cevaplanmaktadır. Gürbüz vd., (2020) tarafından ölçeğin iç tutarlılık kat sayıları sırasıyla; 0.77, 0.86, 0.80, 0.81, 0.65 ve 0.76 şekilde belirlenmiştir.

Serbest Zaman İlgilenim Ölçeği: Katılımcıların serbest zaman aktivitelerine yönelik ilgilenim düzeylerini tespit etmek için ise, “Serbest Zaman İlginim Ölçeği (SZİÖ)” kullanılmıştır. SZİÖ; Kyle vd., (2007) tarafından geliştirilmiş olup ve Gürbüz vd., (2018) tarafından Türkçe ‘ye uyarlaması yapılmıştır. Toplam 15 madde ve “Çekicilik”, “Önem Verme”, “Sosyal İlişki”, “Özdeşleşme” ve “Kendini İfade” olmak üzere 5 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçek likert tipi derecelendirme ile 1-5 arasında puanlanmaktadır. Gürbüz vd., (2018) tarafından ölçeğin iç tutarlılık kat sayıları sırasıyla; 0.80, 0.66, 0.70, 0.58 ve 0.67 şekilde tespit edilmiştir.

Verilerin Analizi

Araştırma kapsamında toplanan veriler, SPSS 20.0 paket programında değerlendirilmiştir. Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirlemek amacıyla çarpıklık ve basıklık değerleri incelenmiş olup, verilerin normal dağılım gösterdiği anlaşılmıştır. Verilerin değerlendirilmesinde, betimsel istatistikler, MANOVA ve Pearson Korelasyon analizlerinden faydalanılmıştır. Güvenirlik tespiti için Cronbach Alpha katsayıları incelenmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Ölçek puanlarının dağılımı

	Ölçek Alt Boyutları	Madde Sayısı	n	Ort.	Ss.	Çar.	Bas.	α
BZEÖ	Birey Psikolojisi	3	216	2.41	0.73	-0.11	-0.44	0.62
	Bilgi Eksikliği	3	216	2.60	0.91	-0.25	-0.93	0.87
	Tesis	3	216	3.13	1.12	-0.24	-0.89	0.79
	Arkadaş Eksikliği	3	216	2.29	0.95	0.10	-1.05	0.89
	Zaman	3	216	2.56	0.75	-0.37	-0.25	0.66
	İlgi Eksikliği	3	216	2.57	0.85	-0.30	-0.66	0.80
SZİÖ	Çekicilik	3	216	3.24	1.18	-0.36	-0.97	0.87
	Önem Verme	3	216	3.02	1.16	-0.12	-0.93	0.87
	Sosyal İlişki	3	216	3.17	1.05	-0.20	-0.65	0.73
	Özdeşleşme	3	216	3.10	1.11	-0.23	-1.04	0.80
	Kendini İfade	3	216	2.99	1.10	-0.91	-0.85	0.82

Tablo 1’de katılımcıların ölçek alt boyutlarından aldıkları ortalama puanlar verilmiştir. Analiz sonuçlarına göre; BZEÖ’nin alt boyutlarında en yüksek ortalamanın “Tesis” (3.13), en düşük ortalamanın ise, “Arkadaş Eksikliği” (2.29) alt boyutunda olduğu tespit edilmiştir. SZİÖ’nin alt boyutları incelendiğinde ise, en yüksek “Çekicilik” (3.24) alt boyutunda, en düşük ise “Kendini İfade” (2.99) alt boyutunda olduğu saptanmıştır. BZEÖ’nin iç tutarlılık katsayısı 0.62-0.89 ve SZİÖ için ise 0.73-0.87 arasında değişmektedir.

Tablo 2. Katılımcıların cinsiyetlerine göre manova sonuçları (BZEÖ-SZİÖ)

Ölçekler	Kadın (n=128)		Erkek (n=88)	
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.
BZEÖ				
Birey Psikolojisi	2.39	0.69	2.44	0.80
Bilgi Eksikliği	2.64	0.92	2.53	0.89
Tesis	3.04	1.10	3.28	1.15
Arkadaş Eksikliği	2.26	0.96	2.32	0.93
Zaman	2.59	0.73	2.51	0.78
İlgi Eksikliği	2.60	0.83	2.52	0.90
SZİÖ				
Çekicilik	3.16	1.14	3.35	1.22
Önem Verme	2.85	1.09	3.28	1.21
Sosyal İlişki	3.10	1.02	3.27	1.08
Özdeşleşme	3.00	1.09	3.24	1.13
Kendini İfade	2.87	1.04	3.16	1.17

Tablo 2’de MANOVA analizi sonuçlarına göre; cinsiyetin BZEÖ’nin puanları üzerindeki ana etkisinin anlamlı olmadığı belirlenmiştir [$\lambda = 0.973$, $F_{(6,209)} = .984$; $p > 0.05$]. Bununla birlikte bireylerin “BZEÖ” nin alt boyut puanlarının anlamlı farklılık göstermediği saptanmıştır. Yine, cinsiyet değişkeninin SZİÖ’nin puanları üzerindeki ana etkisinin anlamlı olmadığı belirlenmiştir. [$\lambda = 0.952$, $F_{(5,210)} = 2.125$; $p > 0.05$]. Fakat, “Önem Verme” alt boyutunda anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir [$F_{(1-214)} = 7.313$; $p < 0.05$]. Ortalama puanlar incelendiğinde ise, erkeklerin önem verme ortalama puanları kadınlara oranla daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Katılımcıların haftalık fitness merkezini kullanım sıklıklarına göre manova sonuçları (BZEÖ-SZİÖ)

Ölçekler	1-3 Gün (n=86)		4-6 Gün (n=47)		7 Gün ve Üzeri (n=83)	
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.
BZEÖ						
Birey Psikolojisi	2.24	0.70	2.55	0.67	2.52	0.77
Bilgi Eksikliği	2.65	0.96	2.63	0.79	2.51	0.91
Tesis	2.76	1.23	3.52	0.92	3.30	1.00
Arkadaş Eksikliği	2.37	0.94	2.35	0.94	2.15	0.89
Zaman	2.60	0.81	2.54	0.71	2.52	0.72
İlgi Eksikliği	2.69	0.86	2.62	0.78	2.41	0.87
SZİÖ						
Çekicilik	2.84	1.28	3.60	1.05	3.44	1.02
Önem Verme	2.60	1.20	3.31	1.04	3.30	1.05
Sosyal İlişki	2.95	1.12	3.40	1.00	3.26	0.96
Özdeşleşme	2.72	1.20	3.51	0.94	3.25	0.99
Kendini İfade	2.66	1.21	3.36	0.97	3.12	0.97

Tablo 3’te MANOVA analizi sonuçlarına göre, bireylerin haftalık fitness merkezini kullanım sıklıklarının BZEÖ’nin puanları üzerindeki ana etkisinin anlamlı olduğu ortaya çıkmıştır [$\lambda = 0.825$, $F_{(12,416)} = 3.495$; $p > 0.05$]. Alt boyutlar düzeyinde ise, “Birey Psikolojisi” [$F_{(2-213)} = 4.236$; $p < 0.05$] ile “Tesis” [$F_{(2-213)} = 8.936$; $p < 0.05$] alt boyutlarında anlamlı farklılık olduğu belirlenmiştir. Fitness merkezine haftalık 4-6 gün arasında kullanan bireylerin ortalama puanları diğer bireylerin puanlarından daha yüksek olduğu saptanmıştır. Katılımcıların haftalık fitness merkezini kullanım sıklıklarının SZİÖ’nin alt boyutları üzerindeki ana etkisinin anlamlı olduğu belirlenmiştir [$\lambda = 0.875$, $F_{(10,418)} = 2.877$; $p < 0.05$]. Alt boyutlar düzeyinde ise, “Çekicilik” [$F_{(2-213)} = 9.021$; $p < 0.05$], “Önem Verme” [$F_{(2-213)} = 10.529$; $p < 0.05$], “Sosyal İlişki” [$F_{(2-213)} = 3.314$; $p < 0.05$], “Özdeşleşme” [$F_{(2-213)} = 9.436$; $p < 0.05$] ve “Kendini İfade” [$F_{(2-213)} = 7.446$; $p < 0.05$] alt boyutlarında anlamlı farklılık saptanmıştır. Bu farklılık ortalama puanlar dikkate alındığında haftalık fitness merkezini 4-6 gün kullananlardan kaynaklandığı ortaya çıkmıştır.

Tablo 4. Refah durumuna göre katılımcıların manova sonuçları (BZEÖ-SZİÖ)

Ölçekler	Kötü (n=39)		Normal (n=98)		İyi (n=79)	
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.
BZEÖ						
Birey Psikolojisi	2.54	0.75	2.44	0.71	2.31	0.75
Bilgi Eksikliği	2.85	0.86	2.56	0.85	2.52	0.98
Tesis	3.08	1.26	3.10	1.07	3.20	1.12
Arkadaş Eksikliği	2.31	0.80	2.20	0.93	2.39	1.03
Zaman	2.50	0.68	2.60	0.74	2.53	0.80
İlgi Eksikliği	2.83	0.72	2.52	0.85	2.50	0.90
SZİÖ						
Çekicilik	3.05	1.31	3.25	1.13	3.31	1.18
Önem Verme	2.87	1.25	3.03	1.08	3.10	1.22
Sosyal İlişki	3.05	1.25	3.10	0.95	3.31	1.05
Özdeşleşme	3.00	1.31	3.10	1.07	3.15	1.07
Kendini İfade	2.90	1.30	2.94	0.97	3.10	1.16

Tablo 4’te MANOVA analizi sonuçlarına göre; katılımcıların refah durumlarının BZEÖ’nin puanları üzerindeki temel etkinin anlamlı bulunmadığı belirlenmiştir [$\lambda = 0.919$, $F_{(12,416)}=1.497$; $p>0.05$]. Bireylerin “BZEÖ” nin alt boyut puanları arasında anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir. Benzer şekilde, refah durumunun SZİÖ’nin puanları üzerindeki ana etkisinin anlamlı olmadığını göstermektedir [$\lambda = 0.977$, $F_{(10,418)}=.482$; $p>0.05$]. Katılımcıların “SZİÖ” nin alt boyut puanları arasında anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir.

Tablo 5. Katılımcıların haftalık serbest zaman sürelerine göre manova sonuçları (BZEÖ-SZİÖ)

Ölçekler	1-5 Saat (n=35)		6-10 Saat (n=82)		11-15 Saat (n=44)		16 Saat ve Üzeri (n=55)	
	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.	Ort.	Ss.
BZEÖ								
Birey Psikolojisi	2.39	0.78	2.45	0.71	2.36	0.86	2.43	0.64
Bilgi Eksikliği	2.69	1.00	2.77	0.88	2.39	0.99	2.45	0.77
Tesis	3.35	1.21	3.11	1.13	3.09	1.17	3.07	1.02
Arkadaş Eksikliği	2.33	0.86	2.34	0.94	2.29	0.93	2.19	1.03
Zaman	2.60	0.79	2.53	0.77	2.42	0.81	2.68	0.63
İlgi Eksikliği	2.72	0.87	2.62	0.86	2.50	0.93	2.44	0.78
SZİÖ								
Çekicilik	3.28	1.12	3.22	1.19	3.19	1.28	3.26	1.14
Önem Verme	2.92	1.05	3.01	1.23	3.03	1.24	3.10	1.08
Sosyal İlişki	3.01	1.01	3.34	1.06	3.06	1.16	3.10	0.93
Özdeşleşme	3.28	1.24	3.08	1.17	2.96	1.12	3.11	0.93
Kendini İfade	2.93	1.15	3.08	1.13	2.95	1.22	2.93	0.95

Tablo 5’te MANOVA analizi sonuçlarına göre; katılımcıların haftalık serbest zaman sürelerinin BZEÖ’nin puanları üzerindeki ana etkisinin anlamlı olmadığı belirlenmiştir [$\lambda = 0.902$, $F_{(18,585)}=1.207$; $p>0.05$]. Katılımcıların “BZEÖ” nin alt boyut puanlarının anlamlı farklılık göstermediği belirlenmiştir. Benzer şekilde, katılımcıların haftalık serbest zaman sürelerinin SZİÖ’nin puanları üzerindeki ana etkisinin anlamlı olmadığı gibi alt boyut puanlarından da anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir [$\lambda = 0.910$, $F_{(15,574)}=1.333$; $p>0.05$].

Tablo 6. Yaş ile BZEÖ-SZİÖ puanları arasındaki korelasyon sonuçları

	Yaş	F1	F2	F3	F4	F5	F6	F7	F8	F9	F10	F11
Yaş	1											
F1	.092	1										
F2	.058	.442**	1									
F3	.213**	.116**	.149**	1								
F4	-.057	.266**	.288**	.146**	1							
F5	.069	.383**	.425**	.050**	.518**	1						
F6	-.004	.416**	.438**	.107**	.489**	.560**	1					
F7	.198**	-.003	-.006	-.870	-.117	-.006	-.092	1				
F8	.195**	-.083	-.011	-.724	-.080	-.009	-.059	.774**	1			
F9	.108	-.003	-.022	-.712	-.062	-.037	-.030	.762**	.657**	1		
F10	.209**	-.015	-.005	-.911	-.136	-.024	-.071	.841**	.784**	.686**	1	
F11	.204**	-.010	-.071	-.854	-.025	-.036	-.093	.777**	.682**	.762**	.780**	1

** $(p<0.01)$ F1: Birey Psikolojisi, F2: Bilgi Eksikliği, F3: Tesis, F4: Arkadaş Eksikliği, F5: Zaman, F6: İlgi Eksikliği F7: Çekicilik, F8: Önem Verme, F9: Sosyal İlişki, F10: Özdeşleşme, F11: Kendini İfade

Tablo 6’da Pearson korelasyon analizi sonuçlarına göre; Yaş ile BZEÖ’nin alt boyutları arasında sadece “Tesis” alt boyutu ile düşük düzeyde ve pozitif ilişkili olduğu ortaya çıkmıştır. Yaş ile SZİÖ’nin alt boyutları arasında ise “Çekicilik”, “Önem Verme”, “Özdeşleşme” ve “Kendini İfade” alt boyutları arasında pozitif ve düşük düzeyde anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir ($p<0.01$). Son olarak ise, “BZEÖ’nin alt boyutları” ile “SZİÖ’nin alt boyutları” arasında anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Çalışma sonuçlarına göre, bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılımını engelleyen en önemli faktörün “Tesis” olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bu bulgular ışığında, alanyazın incelendiğinde; Demirel ve Harmandar (2009) ve Koçak (2017) tarafından yapılan çalışmalarda katılımcıların serbest zaman aktivitelerine katılımlarını engelleyen en önemli faktörün tesis olduğu belirtilmiştir. Gürbüz ve Henderson (2014) tarafından Türk halkının serbest zaman tercihleri ve engel düzeylerini belirlemeye yönelik yaptıkları çalışmada, tesis/ulaşım/hizmet gibi yapısal engellerin serbest zaman engelleri arasında en büyük faktör olduğu belirtilmiştir. Serbest zaman ilgilenimini etkileyen en önemli faktör ise, “Çekicilik” olarak belirlenmiştir. Bu sonuç Seviç (2019) tarafından Sakarya üniversitesi öğrencilerinin serbest zaman engelleri ile ilgilenim düzeylerini belirlemeye yönelik yapılan çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir. Yine, alanyazında Kyle vd., (2006), Havitz vd., (2013) ve Aydın ve Yaşartürk (2016) tarafından yapılan çalışmaların sonucu ile bu çalışmanın sonuçları paralellik göstermektedir. Cinsiyet değişkeni açısından katılımcıların serbest zaman engel düzeyleri incelendiğinde alt boyutlar üzerindeki temel etkinin anlamlı olmadığı ve alt boyutlar düzeyinde de farklılık görülemediği belirlenmiştir. Alanyazında yapılan çalışmalar incelendiğinde; Koçak (2017) ve Sarol (2017) tarafından yapılan çalışmaların sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları paralellik gösterirken, Ayhan vd., (2018), Çakır vd., (2016), Demirel vd., (2017) ve Soyer vd., (2017) tarafından yapılan çalışmaların sonuçlarıyla paralellik göstermemektedir. Katılımcıların serbest zaman ilgilenim ortalama puanları cinsiyet değişkenine göre incelendiğinde, “Önem Verme” alt boyutunda erkeklerin puanları kadınların puanlarına oranla daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bu durum erkek bireylerin katılım gösterdikleri serbest zaman aktivitelerinin onların hayatlarının merkezinde yer aldığı şeklinde açıklanabilir. Ayrıca, ulaşılan bu sonuçlar literatürde Demirel (2019) ve Seviç (2019) tarafından yapılan çalışmaların sonuçları ile paralellik gösterirken, Aydın (2016) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları ile örtüşmemektedir. Katılımcıların haftalık fitness merkezini

kullanım sıklıklarına göre serbest zaman ilgilenim düzeyleri incelendiğinde alt boyutlar üzerinde temel etkinin anlamlı olduğu ve tüm alt boyutlarda anlamlı farklılık olduğu saptanmıştır. Fitness merkezine haftalık 4-6 gün arasında giden bireylerin ilgilenim düzeylerin daha fazla olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu bulgular ışığında elde edilen sonuçlar Aydın (2016) tarafından fitness katılımcılarının serbest zaman aktivitelerine yönelik ilgilenim ve mutluluk düzeylerine yönelik yaptığı çalışmanın sonuçları ile paralellik göstermektedir. Benzer şekilde, Seviç (2019) tarafından üniversite öğrencilerinin serbest zaman engelleri ile ilgilenimleri arasındaki ilişkiyi inceleyen çalışmada bireylerin ilgilenim düzeylerinde serbest zaman katılım sıklıklarına göre farklılık olduğu belirlenmiştir. Bireylerin haftalık fitness merkezini kullanım sıklıklarına göre engel düzeyleri incelendiğinde; fitness merkezine haftalık 4-6 gün arasında giden bireylerin “Birey Psikolojisi” ve “Tesis” alt boyut puanlarının daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Diğer bir ifadeyle, haftada 4-6 gün arasında fitness merkezine giden bireylerin en çok birey psikolojisi ve tesis yönünden engellerle karşılaştıkları belirlenmiştir. Elde edilen bulgular ışığında, alanyazında yapılan araştırmalar incelendiğinde; Ayçicek (2019) tarafından yapılan araştırmada bireylerin rekreatif aktivitelere katılım sıklıklarına göre engel düzeyleri incelendiğinde rekreatif aktivitelere nadir katılan bireylerin birey psikolojisi engel düzeyleri diğer bireylere oranla daha fazla engellerle karşılaştıkları belirlenmiştir. Ayçicek (2019) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları ile bu araştırmanın sonuçları örtüşmektedir.

Çalışma sonuçlarına göre refah durumu değişkeninin engel düzeyleri üzerinde anlamlı farklılık yaratan bir değişken olmadığı sonucuna varılmıştır. Alanyazında yer alan çalışmalar değerlendirildiğinde ise; Soyer vd., (2017), tarafından yapılan çalışmanın sonuçları ile örtüşürken, Tolukan (2010) tarafından yapılan çalışmaların sonuçlarıyla örtüşmemektedir. Katılımcıların serbest zaman ilgilenim düzeylerinin refah durumlarına göre ana etkisinin anlamlı olmadığı gibi alt boyutlarda da farklılık tespit edilememiştir. Diğer bir ifadeyle, refah durumu iyi olan bireylerin ilgilenim düzeyleri diğer bireylerden daha fazla olmasına rağmen bu fark anlamlı değildir. Haftalık serbest zaman sürelerine göre serbest zaman ilgilenim düzeyleri incelendiğinde ise anlamlı farklılık ortaya çıkmadığı belirlenmiştir. İkinci ve Yalçın (2019) tarafından yapılan çalışmada katılımcıların günlük serbest zaman sürelerine göre ilgilenim düzeyleri arasında farklılık bulunmuştur. Bu noktadan hareketle, İkinci ve Yalçın (2019) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları örtüşmemektedir. Katılımcıların haftalık serbest zaman sürelerinin serbest zaman engel düzeyleri üzerindeki ana etkinin anlamlı olmadığı gibi alt boyutlar arasında da anlamlı farklılık olmadığı belirlenmiştir. Bu bulgular ışığında, Akyüz (2016) tarafından yapılan araştırmanın sonuçlarıyla, bu araştırmanın sonuçları örtüşmemektedir. Katılımcıların yaşları ile serbest zaman engel düzeyleri arasında sadece “Tesis” alt boyutunda pozitif yönde ve düşük düzeyde bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Elde edilen bulgular ışığında alanyazında yapılan çalışmalar incelendiğinde ise, Ayçicek (2019) ile Kesici (2019) tarafından yapılan çalışmada serbest zaman engelleri ile yaş arasında ilişki olmadığı belirlenmiştir. Yaş ile serbest zaman ilgilenim arasındaki ilişkiyi incelendiğinde ise, Yaş ile SZİÖ'nün alt boyutlarından “Çekicilik”, “Önem Verme”, “Özdeşleşme” ve “Kendini İfade” arasında ise düşük düzeyde fakat pozitif bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Konuya ilişkin alanyazında yapılan araştırmalar incelendiğinde ise; Demirel (2019) tarafından yapılan çalışmada bireylerin yaşları ile serbest zaman ilgilenim düzeyleri arasında ilişki bulunamamıştır. Bu bağlamda, Demirel (2019) tarafından yapılan çalışmanın sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları örtüşmemektedir. Son olarak ise, BZEÖ ile

SZİÖ arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir. Konuya ilişkin alanyazında yapılan araştırmalar incelendiğinde Seviç (2019) tarafından yapılan çalışmada BZEÖ'nin "Birey Psikolojisi", "Bilgi Eksikliği", "Tesis" ve "Zaman" ile SZİÖ'nin "Sosyal İlişki" ve "Özdeşleşme" alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki olmadığı saptanmıştır. Bu bağlamda Seviç (2019) tarafından yapılan araştırmanın sonuçları ile bu çalışmanın sonuçları örtüşmektedir.

SONUÇ

Katılımcıların cinsiyetlerine göre engel düzeylerinin farklılık göstermediği, erkeklerin ise serbest zamanda katılım gösterdikleri aktivitelere kadınlara oranla daha fazla önem verdikleri anlaşılmaktadır. Bireylerin refah durumlarına göre engel ve ilgilenim düzeyleri farklılaşmamaktadır. Haftalık fitness merkezine 4-6 gün arasında giden katılımcıların ilgilenim düzeylerinin daha yüksek olduğu saptanmıştır. Bireylerin haftalık serbest zaman sürelerine göre engel ve ilgilenim düzeylerinin farklılık göstermediği belirlenmiştir. Bireylerin yaşları arttıkça tesis yönünden engellerle karşılaştıkları ve ilgilenim düzeylerinde arttığı gözlenmiştir. Son olarak ise, bireylerin serbest zaman engel düzeyleri ile ilgilenim düzeyleri arasında ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Sonuç olarak, bireylerin gündelik yaşamlarında karşılaştıkları olumsuz durumların etkisini azaltmak amacıyla serbest zaman aktivitelerine katılım gösterdikleri bilinmektedir. Bu bağlamda, bireylerin serbest zaman aktivitelerine katılımlarını engelleyen faktörler ile serbest zaman aktivitelerine yönelik ilgilenim düzeylerinin belirlenmesi bireylerin yaşamlarına olumlu katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma dizaynı, İstatistik analiz, Makalenin hazırlanması, Verilerin toplanması; yazar tarafından gerçekleştirilmiştir.

Etik Kurul İzni ile İlgili Bilgiler

Kurul Adı: İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Etik Kurulu Başkanlığı

Tarih: 02.06.2020

Sayı/Karar No: 71884/109

KAYNAKLAR

- Akyüz, F. (2016). *Halkın boş zaman etkinliklerine katılımlarına engel olan faktörlerin belirlenmesi: (Erzurum ili örneği)*. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi. Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi: Ağrı.
- Alexandris, K. & Carroll, B. (1997). An analysis of leisure constraints based on different recreational sport participation levels: results from a study in greece. *Leisure Sciences*, 19(1), 1-15. <https://doi.org/10.1080/01490409709512236>
- Alexandris, K., Du, J., Funk, D. & Theodorakis, N.D. (2017). Leisure constraints and the psychological continuum model: a study among recreational mountain skiers. *Leisure Studies*, 36(5), 670-683. DOI: 10.1080/02614367.2016.1263871
- Alexandris, K., Kouthouris, C., Funk, D. & Chatziagianni, E. (2008). Examining the relationships between leisure constraints, involvement and attitudinal loyalty among greek recreational skiers. *European Sport Management Quarterly*, 8(3), 247-264. <https://doi.org/10.1080/16184740802224175>
- Alexandris, K., Kouthouris, C., Funk, D. & Tziouma, O. (2013). The use of negotiation strategies among recreational participants with different involvement levels: the case of recreational swimmers. *Leisure Studies*, 32(3), 299-317. <https://doi.org/10.1080/02614367.2012.660189>
- Alexandris, K., Tsorbatzoudis, C. & Grouios, G. (2002). Perceived constraints on recreational sport participation: investigating their relationship with intrinsic motivation, extrinsic motivation and amotivation. *Journal of Leisure Research*, 34(3), 233-252. <https://doi.org/10.1080/00222216.2002.11949970>
- Ayçicek, C.N. (2019). *Beden eğitimi öğretmenleri adaylarının serbest zaman aktivitelerine katılımını kolaylaştıran ve engelleyen faktörlerin belirlenmesi*. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Trabzon Üniversitesi: Trabzon.
- Aydın, İ. (2016) *Fitness katılımcılarının rekreasyonel etkinliklere yönelik ilgilenim ve mutluluk düzeylerinin belirlenmesi*. Sağlık Bilimleri Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi: Ankara.
- Aydın, İ. & Yaşartürk, F. (2016). Rekreasyonel etkinliklere yönelik fitness katılımcılarının ilgilenim düzeyleri: Demografik özelliklere göre durumu. *International Journal of Science Culture and Sport*, 4 (Special Issue 3), 704-711. [Erişim adresi: <https://dergipark.org.tr/tr/download/article-file/285512>]
- Ayhan, C., Ekinci, N.E., Yalçın, İ. & Yiğit, Ş. (2018). Investigation of constraints that occur during participation in leisure activities by high school students: a sample of Turkey. *Education Sciences*, 8(2), 1-9.
- Bright, A.D. (2000). The role of social marketing in leisure and recreation management. *Journal of Leisure Research*, 32(1), 12-17. <https://doi.org/10.1080/00222216.2000.11949878>
- Çakır, V.O., Şahin, S., Serdar, E. & Parlakkılıç, Ş. (2016). Kamu çalışanlarının serbest zaman engelleri ile yaşam tatmini düzeylerinin incelenmesi. *Journal of Tourism Theory and Research*, 2(2), 135-141. <https://doi.org/10.24288/jtr.279185>
- Chang, H.H. (2017). Gender differences in leisure involvement and flow experience in professional extreme sport activities, *World Leisure Journal*, 59(2), 124-139. <https://doi.org/10.1080/16078055.2016.1166152>
- Chang, S. & Gibson, H.J. (2011). Physically active leisure and tourism connection: leisure involvement and choice of tourism activities among paddlers. *Leisure Sciences*, 33(2), 162-181. <https://doi.org/10.1080/01490400.2011.550233>
- Chen, Z.Y. (2001). The study of elementary teachers' leisure participation, experience in leisure benefits, and work satisfaction in Taipei County. National Taiwan Normal University.
- Cheng, T.M. & Tsaur, S.H. (2012). The relationship between serious leisure characteristics and recreation involvement: a case study of Taiwan's surfing activities. *Leisure Studies*, 31(1), 53-68. <https://doi.org/10.1080/02614367.2011.568066>
- Crawford, D.W. & Godbey, G. (1987). Reconceptualizing barriers to family leisure. *Leisure Sciences*, 9(2), 119-127. <https://doi.org/10.1080/01490408709512151>

Serdar, E. (2021). Serbest zaman engelleri ile ilgilenim arasındaki ilişki: Fitness merkezi katılımcıları üzerine bir araştırma. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 49-61.

Demirel, M. (2019). Leisure involvement and happiness levels of individuals having fitness center membership. *Journal of Education and Learning*, 8(6), 140-149. <https://doi.org/10.5539/jel.v8n6p140>

Demirel, M. & Harmandar, D. (2009). Üniversite öğrencilerinin rekreasyonel etkinliklere katılımlarında engel oluşturabilecek faktörlerin belirlenmesi. *International Journal of Human Sciences*, 6(1), 838-846.

Demirel, M., Demirel, D.H. & Serdar, E. (2017). Constraints and perceived freedom levels in the leisure of university students. *Journal of Human Sciences*, 14(1), 789-795. <https://doi.org/10.14687/jhs.v13i3.nnnn>

Eccles, J.S. (2005). Studying the development of learning and task motivation. *Learning and Instruction*, 15(2), 161-171.

Ekinci, N.E. & Yalçın, H. (2019). Leisure involvement level of 40 and over aged individuals. *Journal of Educational Issues*. 5(2), 170-181. <https://doi.org/10.5296/jei.v5i2.15683>

Eskiler, E., Yıldız, Y. & Ayhan, C. (2019). The effect of leisure benefits on leisure satisfaction: extreme sports. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 21(1):16-20. <https://doi.org/10.15314/tsed.522984>

Gürbüz, B. & Henderson, H.A. (2014). Leisure activity preferences and constraints: perspectives from Turkey, *World Leisure Journal*. 56(4), 300-316. <https://doi.org/10.1080/16078055.2014.958195>

Gürbüz, B., Çimen, Z. & Aydın, İ. (2018). Serbest zaman ilgilenim ölçeği: Türkçe formu geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Sportmetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 16(4), 256-265. DOI: 10.1501/Sporm_0000000408

Gürbüz, B., Öncü, E. & Emir, E. (2020). Boş zaman engelleri ölçeği: kısa formunun yapı geçerliğinin test edilmesi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 11(2), 120-131. <https://doi.org/10.17155/omuspd.602660>

Gürbüz, B. & Karaküçük, S. (2007). Boş zaman engelleri ölçeği-28: Ölçek geliştirme, geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 12(1), 3-10

Havitz, M.E. & Dimanche, F. (1997). Leisure involvement revisited: conceptual conundrums and measurement advances. *Journal of Leisure Research*, 29(3), 245-278. <https://doi.org/10.1080/00222216.1997.11949796>

Havitz, M.E., Kaczinski, A.T. & Mannell, R.C. (2013). Exploring relationships between physical activity, leisure involvement, self-efficacy and motivation via participant segmentation. *Leisure Sciences*, 35(1), 45-62. <https://doi.org/10.1080/01490400.2013.739890>

Ho, T.K. (2008). *A study of leisure attitudes and benefits for senior high school students at Ping-Tung city and country in Taiwan*. unpublished doctoral dissertation. United States Sports Academy, Daphne, AL.

Hung, H.J. (2012). A study on leisure benefits breaking through leisure activities. *Journal of National Taiwan Normal University*, 3(4), 77-92.

Iso-Ahola, S. E. (1997). A Psychological analysis of leisure and health. In J. Haworth (Ed.), *Work, leisure and well-being*. New York: Routledge.

Iwasaki, Y. & Havitz, M.E. (2004). Examining relationships between leisure involvement, psychological commitment and loyalty to a recreation agency. *Journal of Leisure Research*, 36(1), 45-72. <https://doi.org/10.1080/00222216.2004.11950010>

Jun, J. & Kyle, G.T. (2011). The effect of identity conflict/facilitation on the experience of constraints to leisure and constraint negotiation. *Journal of Leisure Research*, 43(2), 176-204. <https://doi.org/10.1080/00222216.2011.11950232>

Karasar, N. (2014). *Bilimsel Araştırma Yöntemi*. 27 Basım. Nobel yayıncılık: Ankara.

Kesici, M. (2019). Relationship between leisure attitudes and participation obstacles in leisure activities of food and beverage managers. *GSI Journals Serie A: Advancements in Tourism, Recreation and Sports Sciences (ATRSS)*, 2(1), 76-94. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3360335>

- Kim, J., Heo, J., Dvorak, R., Ryu, J. & Han, A. (2018). Benefits of leisure activities for health and life satisfaction among western migrants. *Annals of Leisure Research*, 21(1), 47-57. <https://doi.org/10.1080/11745398.2017.1379421>
- Koçak, F. (2017). Leisure constrains and facilitators: perspectives from Turkey. *European Journal of Physical Education and Sport Science*, 3(10), 32-47. Doi: 10.5281/zenodo.852540
- Kuo, C.T. (2013). A study of the correlation between leisure benefits and behavioral intentions –using bantou arts and cultural village as an example. *International Review of Management and Business Research*, 2(4), 1065-1074.
- Kuykendall, L., Tay, L. & Ng, V. (2015). Leisure engagement and subjective well-being: a meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 141(2), 364–403. <https://doi.org/10.1037/a0038508>
- Kyle, G. & Chick, G. (2004). Enduring leisure involvement: the importance of personal relationships. *Leisure Studies*, 23(3), 243–266. <https://doi.org/10.1080/0261436042000251996>
- Kyle, G., Absher, J. & Graefe, A. (2003). The moderating role of place attachment on the relationship between attitudes toward fees and spending preferences. *Leisure Sciences*. 25(1), 33–50. <https://doi.org/10.1080/01490400306552>
- Kyle, G., Bricker, K., Graefe, A. & Wickham, T. (2004). An examination of recreationist’s relationships with activities and setting. *Leisure Sciences*, 26(2), 123–142. <https://doi.org/10.1080/01490400490432019>
- Kyle, G., Absher, J., Norman, W., Hammit, W. & Jodice, L. (2007). A modified involvement scale. *Leisure Studies*. 26(4), 399-427. <https://doi.org/10.1080/02614360600896668>
- Kyle, G., Absher, J.D., Hammitt, W.E. & Cavin, J. (2006). An examination of the motivation-Involvement relationship. *Leisure Sciences*. 28(5), 467-485. <https://doi.org/10.1080/01490400600851320>
- Lapa, T.Y. & Köse, E. (2018). Serbest zaman engelleri ile engellerle baş etme stratejileri arasındaki ilişkinin incelenmesi: kişisel bir çalışma. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 13(2), 356-375. <https://doi.org/10.33459/cbubesbd.440506>
- Mannell, R. & Loucks-Atkinson, A. (2005). Why don’t people do what’s “good” for them? Crossfertilization among the psychologies of non-participation in leisure, health and exercise behaviours. In E. Jackson (Ed.), *Constraints to leisure* (pp. 221-232). Pennsylvania: Venture Publishing.
- Mannell, R. & Iwasaki, Y. (2005). Advancing quantitative research on social cognitive theories of the constraint-negotiation process. In E. Jackson (Ed.), *Constraints to leisure*. Pennsylvania: Venture Publishing: 261-278.
- Mannell, R.C. & Stynes D.J. (1991). A retrospective: the benefits of leisure. In B.L. Driver, P.J. Brown & G.L. Peterson (Eds.), *Benefits of leisure*. Stage College, PA: Venture Publishing.
- Matsumoto, H., Sato, S., Asada, A. & Chiashi, K. (2018). Exploring the relationship among leisure engagement, affective and cognitive leisure involvement, and subjective happiness: a mediating role of leisure satisfaction. *World Leisure Journal*, 60(2), 111-126. <https://doi.org/10.1080/16078055.2018.1444669>
- McIntyre, N. & Pigram, J.J. (1992). Recreation specialization reexamined: The case vehicle-based campers. *Leisure Sciences*, 14(1), 3–15. <https://doi.org/10.1080/01490409209513153>
- Sarol, H. (2017). Bireylerin fiziksel aktiviteye katılımını engelleyen ve kolaylaştıran faktörlerin belirlenmesi. *International Journal of Human Science*, 14(4), 4354-4364. Doi:10.14687/jhs.v14i4.5121
- Sato, M., Yoshida, M., Wakayoshi, K. & Shonk, D.J. (2017). Event satisfaction, leisure involvement and life satisfaction at a walking event: the mediating role of life domain satisfaction. *Leisure Studies*, 36(5), 605-617. <https://doi.org/10.1080/02614367.2016.1240221>
- Serdar, E. & Ay, S. M. (2016). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman etkinliklerine katılım biçimlerine göre tatmin olma ve algılanan özgürlük düzeylerinin incelenmesi. *Sosyal Bilimler Dergisi*, 3(9), 365–374. <https://doi.org/10.16990/SOBIDER.3332>

Seviç, M. (2019). *Serbest zaman engelleri ve ilgilenimleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: Sakarya üniversitesi örneği*. Lisansüstü Eğitim Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi: Sakarya.

Soyer, F., Yıldız, N.O., Harmandar Demirel, D., Serdar, E., Demirel, M., Ayhan, C. & Demirhan, Ö. (2017). Üniversite öğrencilerinin rekreatif etkinliklere katılımlarına engel teşkil eden faktörler ile katılımcıların yaşam doyumları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Journal of Human Sciences*, 14(2), 2035-2046. doi:10.14687/jhs.v14i2.4647

Tolukan, E. (2010). *Özel yetenekle ilgili bölümlerde okuyan üniversite öğrencilerinin rekreasyonel aktivitelere katılımlarına engel olabilecek unsurların belirlenmesi*. Sosyal Bilimler Enstitüsü. Yüksek Lisans Tezi, Niğde Üniversitesi: Niğde.

Wankel, L. M. & Berger, B. G. (1991). The personal and social benefits of sport and physical activity. in Driver, P.J. Brown & G.L. Peterson (Eds.), *Benefits of leisure stage college*. PA: Venture Publishing.

Yan, W. (2013). Correlations of consumers, leisure motivation and leisure value with benefits – a case study on Taiwan international orchid show. *International Journal of Academic Research in Business and Social Sciences*, 3(3), 267-276.



Sports Fans' Behavior on Twitter: A Big Data Analysis of Sentiments in the 2018 World Cup Final

Ahmet ATALAY^{1*} 

¹Ardahan University, School of Physical Education and Sport, Ardahan.

Original Article

Received: 06.03.2021

Accepted: 24.04.2021

DOI: 10.25307/jssr.892337

Online Publishing: 30.06.2021

Abstract

The purpose of the present study is to determine the words that came to the forefront of social media posts by fans for the 2018 World Cup Final, the most frequently used expressions, and the emotional tendencies of the fans. For this purpose, 56,877 tweets written in English on Twitter on the 2018 World Cup Final were extracted by the “R-Project” software and analyzed. According to the analysis results, it was concluded that a total of twenty positive statements were used with the highest frequency by fans, and it was also determined that the positive emotional trend was dominant compared to the negative trend, irrespective of what the result of the match was. In conclusion, it may be claimed that the perceptions and reactions of the fans regarding the World Cup Final are different from club matches at national level, and that mostly positive emotions came to the forefront.

Keywords: Sentiment analysis, Twitter, World Cup, Football, R project.

Taraftarların Twitter'daki Davranışları: 2018 Dünya Kupası Final Maçı Taraftar Duygularının Büyük Veri Analizi

Öz

Bu çalışmanın amacı, 2018 Dünya Kupası Final Maçında taraftar paylaşımında öne çıkan kelimeleri, bu sözlerle birlikte en sık kullanılan ifadeleri ve taraftarların duygusal eğilimlerini belirlemektir. Bu amaçla, İngilizce yazılan ve 2018 Dünya Kupası Final Maçında Twitter'da paylaşılan 56.877 adet tweet, “The R-Project” adı verilen yazılım üzerinden alınarak analizleri yapıldı. Analiz sonuçlarına göre taraftar paylaşımında en yüksek sıklıkta kullanılan toplam yirmi ifadenin olumlu olduğu; final maçının sonucu ne olursa olsun, olumlu duygusal eğilimin olumsuz eğilime göre baskın olduğu da belirlendi. Sonuç olarak taraftarların Dünya Kupası Final Maçı ile ilgili algılarının ve tepkilerinin kulüpler arası ulusal düzeydeki yarışmalardan farklı olduğu ve daha çok olumlu duyguların ön plana çıktığı iddia edilebilir.

Anahtar Kelimeler: Duygu Analizi, Twitter, Dünya Kupası, Futbol, R Proje.

* Sorumlu Yazar: Ahmet ATALAY, E-posta: ahmetatalay@ardahan.edu.tr

INTRODUCTION

The year 2018 witnessed one of the festivals that are held every four years, the World Cup Football Olympics, one of humanity's biggest football festivals. The World Cup that was hosted by Russia in 2018 was carried out between 14 June and 15 July 2018. At the end of the football festival that lasted thirty days, France became the owner of the World Cup by winning against Croatia 4-2 in the final match. "Sports - especially football - are a social phenomenon with which people can reflect their reactions in a peaceful manner because this institution has eliminated differences such as religion, belief and ideology (Fişek, 1998:66)". In fact, football competitions provide fans with the opportunity to act emotionally, releasing their emotions to reveal their positive and negative reactions (Raney, 2006:315). Again, these competitions may be considered as a tool for establishing good relations among people and for bringing them together (Krilenko & Stepchenkova, 2017). Today, this unity and communication has reached global dimensions with football stadiums and through the means of social media such as Twitter.

Thanks to social media platforms, especially Twitter, the relationship and communication among people and societies have become stronger, and are at a global level. Twitter is one of the most popular means of communication among social media platforms with its 297 million users (Yu & Wang, 2015; Zeng & Gerritsen, 2014). One of the fields in which the means of social media communication is widely used is football. It is possible to claim that football fans use Twitter, which is one of the most popular social media tools, intensively. Fans post their reactions and emotions on competitions via Twitter in a real-time manner (Wang, 2015; Ji & Raney, 2014). Furthermore, after matches have been played, football fans critique the match on social media, and post their feelings and thoughts through Twitter. In addition to being a very popular means of communication, Twitter has also become a gigantic data source for academic studies, and opened the way for new studies in many fields including social sciences, politics and sport sciences (Ceron et al., 2014; Himelboim et al., 2016; Kreiss, 2016).

Today, one type of study conducted by authors is by employing Twitter data is sentiment analysis studies (Duan & Cao, 2013; Krilenko & Stepchenkova, 2017; Liu, 2012:42; Yu & Wang, 2015), because, Twitter has become an important data source by providing a broad sentiment analysis platform for researchers (Pandey et al., 2017). Sentiment analysis may be defined as a method enabling researchers to determine the opinions, thoughts, and attitudes of people on products and services by obtaining their public opinions (Baudad et al., 2017; Liu, 2012:43;). In addition, it may be defined as the reporting and making sense of the large data volume on electronic platforms (Kaynar et al., 2016). In Sentiment Analysis, this making sense of the process may be carried out by employing analysis methods that are lexicon-based (Öztürk & Ayvaz, 2018) or machine learning-based (Mackey et al., 2018). It is observed in the literature that data are analyzed with sentiment analyses studies conducted in fields such as education, politics and tourism (Aldayel & Azmi, 2017; Deiner et al., 2017; Kim et. al., 2016; Khoo & Johnkhan, 2018; Mostafa, 2018; Pang & Lee, 2008; Workewych et al., 2017) and it was reported in previous studies that sentiment analysis studies may be conducted for football fans in sports sciences as well (Lucas et al., 2017; Yu & Wang, 2015).

Although football supporters extensively use Twitter, sentiment analysis in the field of sports has not yet been adequately investigated. On point, only three studies in which the words

“Twitter”, “World Cup” and “sentiment” were used together were detected in the advanced search carried out in the Title, Abstract and Keywords sections of the Science Direct Database to examine the literature (Lucas et al., 2017; Souza et al., 2016; Yu & Wang, 2015). It was seen that these three studies were related to the 2014 World Cup. In the present study, the sentiment analysis of the fans in the 2018 World Cup final match was performed.

It is expected that this study, which was conducted on sentiment analysis for the 2018 World Cup Final, will contribute to the relevant literature with the use of more than one sentiment glossary and the sharing of programming codes for authors, who could conduct emotion analysis studies on social media. For this reason, the purpose of this research is to determine the expressions and emotional tendencies that came to the forefront in the tweets regarding the 2018 World Cup final match. For this purpose, the answers to the following study questions were sought.

In the tweets that were written about the 2018 World Cup Final Match:

- What are the statements that come to the forefront, and what are the words that are associated with these statements?
- How is the emotional tendency that come to the forefront (Positive, Negative, Neutral)?

Limitations

This study was limited to the 56,877 tweets that were written in English and were posted on Twitter between 15-23 July 2018 regarding the 2018 World Cup final match. The reason why only English tweets were considered was that the RSentiment and Bin Liu Sentiment Glossaries used for emotion analysis are in English. In addition, as required by the Data Sharing Policy of Twitter, a maximum of 10,000 tweet data per day could be downloaded from the system. The data that were downloaded from Twitter consisted of all the tweets that contained the phrase “worldcupfinal” in their hashtags.

METHODS

Research Model

In the World Cup finals matches, it may be observed that although one team lost, the supporters of both teams had positive feelings. In this study, in which the directions and levels of these sentiments were examined, a sentiment analysis was carried out on the tweets that were shared through Twitter. For sentiment analysis, the English language tweets were scanned with the #worldcupfinal hashtag on the days after the final match, and 56,877 tweets were found. This data were extracted with the R-Project Software, which is open-source and free, and the sentiment analysis was made again with the same software. The details on the method employed in the present study are given in the following parts.

Sampling

The sampling consisted of 56,877 English language tweets and that were posted in Twitter with the #worldcupfinal hashtag between July 15-23, 2018. It was observed that the tweets written

specifically for the final match of the 2018 World Cup were shared with the hashtags #Worldcupfinal, #Worldcupfinals, # Worldcupfinal18 and #Worldcupfinal2018. For this reason, all the tweets that included the #worldcupfinal hashtag were extracted from Twitter to find the posts made with all these hashtags. The other point that was considered when downloading the data that would constitute the sampling was that the expressions used in the tweets were written in English. As the RSentiment and Bing Liu Glossaries, which would be employed during the sentiment analysis in the study, had English words, a filter was applied to ensure that the tweets were in English. Accordingly, the filtering was carried out with the lang = "en" parameter, which is provided by Twitter, during the downloading of the data, and in this way, tweets written in English about the World Cup 2018 final match constituted the sampling of the study.

When the number of sampling was determined, the situation in which the number of daily tweets about the match decreasing was taken into consideration. Subsequently, when a great decline was observed in the number tweets with the #worldcupfinal hashtag, the data collection process for the sampling was ended, which was the 9th day following the match. In this way, the 56,877 tweets posted between 15-23 July, 2018 constituted the sample. The graph showing the numbers of tweets by days is presented in Figure 1 below.

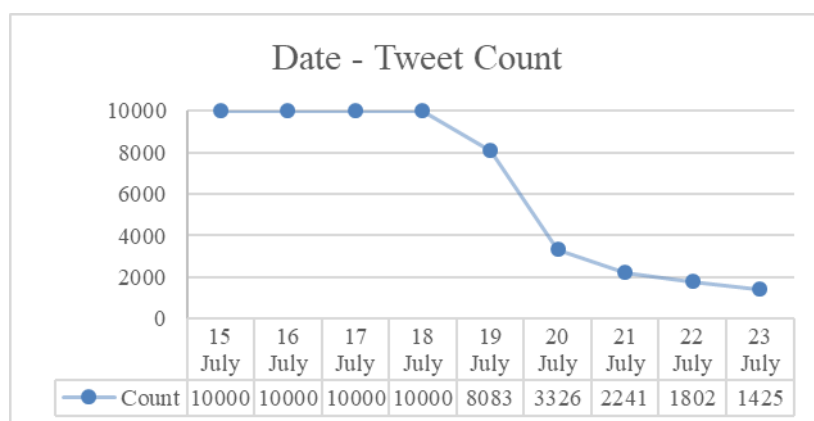


Figure 1. The distribution of the tweets that were posted on the 2018 World Cup final match according to days

When Figure 1 is examined, it is seen that over 10,000 tweets were posted during the first 4 days; and as of the 5th day, the posts decreased over time. In addition, since Twitter only allows the downloading of a maximum of 10,000 tweet data daily, the tweets that were downloaded were limited to 10,000 for the first 4 days.

Data Collection Tool

The tweet data was collected from an open source statistical computer software called 'R Project'. R Project provides ease of use with many ready-made libraries for researchers and one of these libraries is 'twitteR'. In this study, all the tweet data was collected thanks to the R Project software, twitteR library and R programming codes written by the researchers. The R Project libraries and library codes used are below.

```
library(twitteR)      # Gets the tweets on twitter
library(tm)           # Creates term document matrix
library(wordcloud)    # Creates word cloud
library(RSentiment)   # Analysis sentiment
```

With the help of the programming codes given above, the tweets that had the “worldcupfinal” hashtag and that were written in English (maximum 10,000) were extracted and transferred to a CSV format file. When the posts on the subject matter decreased in number, all the data in the CSV files where the 9-day data were kept were collected into a single CSV file; and then the process of data cleansing was initiated for the analyses.

Research Ethics

In the scope of the protection of human and animal rights, the Journal of Sport Sciences Researches adopts the exact convenience principle of national and international ethical rules and principles. In this context, the principles of the journal and general scientific ethical rules were followed during the research process.

Data Collection Process

In the present study, the data collection process was initiated following the 2018 World Cup final match. According to its free use policy, Twitter allows the extraction of tweets made maximum one week ago. For this reason, with the help of the R programming codes that were written by the researchers, posts made one day ago were downloaded. To enable the researchers to conduct studies on data analysis in social media, the R-Programming codes that were employed to extract the data from Twitter are presented below.

```
cekilecekKelime="worldcupfinal"      # Define hashtag
cekilecekTweetSayisi=10000           # Define number of max tweets
setwd("C:/worldcup2018")             # Define working folder in computer
                                      # Define twitter account below
setup_twitter_oauth(consumer_key, consumer_secret, access_token, access_secret)
# More info: https://developer.twitter.com/en/docs/tweets/search/overview/standard

                                      # The following code was repeated for all days
buTarihten="2018-07-15"               # Choose starting date (yyyy-mm-dd) *
buTariheKadar="2018-07-16"          # Choose ending date (yyyy-mm-dd) *

                                      # R Project gets the defined tweets
tweets = searchTwitter (cekilecekKelime, n = cekilecekTweetSayisi, lang = "en", since = buTarihten, until =
buTariheKadar, locale = NULL, geocode = NULL, sinceID = NULL, maxID = NULL, resultType = NULL,
retryOnRateLimit = 120)

tweet.arif <- sapply(tweets, function(x) x$getText())
write.csv2(tweet.arif, file = "15.csv") # Exporting data to a CSV file *
                                      # The above code was repeated for all days
```

* Date in this line was changed for each day.

Analysis of the Data

A total of 56,877 tweet data were collected in 9 days were analyzed to determine the emotions, the most frequently used words, and the other words with which these words were used, that came to the forefront in posts. Firstly, the Term Document Matrix was formed based on the data that were cleansed for the first study question, then the frequency calculation, finding related words, forming a word cloud, and drawing the graph were carried out.

For the second study question, each word that was detected in each tweet was analyzed in sentimental terms by employing the RSentiment and Bing Liu Glossaries; and the direction of the tweets was determined according to these two glossaries (very positive, positive, neutral, negative, very negative). Since there were no specific glossaries for sports sciences, two different glossaries were employed in the present study to increase the reliability of the findings on sentiment analysis. The R-Programming codes and their explanations that were employed for the analyses of the study questions are given below for the benefit of other researchers who would like to conduct studies on data analysis in social media.

```
# 1. Analysis for the first research question
# 1.1. Creation of term document matrix
docs <- Corpus(VectorSource(text))
dtm <- TermDocumentMatrix(docs)
m <- as.matrix(dtm)
v <- sort(rowSums(m),decreasing=TRUE)
d <- data.frame(word = names(v),freq=v)

# 1.2. The most used 20 words
head(d, 20)

# 1.3. Identifying the words associated with 20 words one by one (example word: croatia)
findAssocs(dtm, terms = "croatia", corlimit = 0.3)

# 1.4. Creation of Word Cloud
set.seed(1234)
wordcloud(words = d$word, freq = d$freq, min.freq = 1,
           max.words=200, random.order=FALSE, rot.per=0.35,
           colors=brewer.pal(8, "Dark2"))

# 1.5. Graphics of the most frequently used words
barplot(d[1:20,]$freq, las = 2, names.arg = d[1:20,]$word,
        col = "lightblue", main = "Most frequent words",
        ylab = "Word frequencies")

# 2. Analysis for the second research question
# 2.1. Preparation
text <- readLines(file.choose)      # Choose the CSV file that includes the tweets

text = gsub('[[:punct:]]', "", text) # Removes punctuation characters
text = gsub('[[:cntrl:]]', "", text) # Removes control characters

# 2.2. Sentiment analysis using RSentiment's English lexicon
calculate_total_presence_sentiment(text)

# 2.3. Sentiment analysis using Bing Liu's English lexicon
# Lexicon was downloaded from https://github.com/jeffreybreen/twitter-sentiment-analysis-tutorial-201107/tree/master/data/opinion-lexicon-English

# 2.3.1. Identify positive and negative words to the R Project
pos_words = scan("words-positive.txt", what="character", comment.char=";")
neg_words = scan("words-negative.txt", what="character", comment.char=";")

# 2.3.2. Calculate the sentiments of tweets
calculate_custom_total_presence_sentiment(text, pos_words, neg_words, check = 0)
```

FINDINGS

The statements in the tweets for the 2018 World Cup final match that came to the forefront in the scope of the first study question, and the words that were related to these statements are provided. Then, a “word cloud” was formed for the 200 words that were used most frequently in these tweets. The statements and the words related to these expressions in the tweets that were posted regarding the 2018 World Cup final match are given in Table 1 below.

Table 1. The most used words in tweets and most frequently expressed used with these words

Word	Frequency	Used words together (%)				
croatia	11071	attended (65)	grabarkitarovic (62)	kolinda (62)	hats (61)	every (60)
france	10920	congrats (62)	wowwhat (62)	game (60)		
kids	10601	reenacted (82)	match (67)			
match	10235	reenacted (83)	kids (67)			
game	9945	wowwhat (97)	congrats (94)	good (87)	france (60)	
reenacted	7261	match (83)	kids (82)			
world	6308	cup (85)				
good	5574	wowwhat (89)	game (87)	congrats (86)		
cup	5143	world (85)				
congrats	4841	wowwhat (96)	game (94)	good (86)	france (62)	
work	4719	hard (97)	sides (97)			
president	4561	kolinda (74)	grabarkitarovic (71)	attended (66)		
hard	4537	sides (100)	work (97)			
sides	4510	hard (100)	work (97)			
wowwhat	4497	game (97)	congrats (96)	good (89)	france (62)	
kylian	4176	boots (84)	continuar (84)	dust (84)	equaling (84)	igualar (84)
like	4078	keeps (84)	records (84)	may (83)	again (82)	like (71)
		boots (85)	continuar (85)	dust (85)	equalling (85)	igualar (85)
		keeps (85)	records (85)	may (84)	again (83)	kylian (71)
amp	3835	recreated (86)	perfect (85)	beautiful (84)		
again	3158	boots (97)	continuar (97)	dust (97)	equalling (97)	igualar (97)
		keeps (97)	records (97)	like (83)	kylian (82)	
beautiful	3126	recreated (97)	perfect (96)	amp (84)		

When Table 1 is examined, it is seen that the statements about the 2018 World Cup Final Match are listed as: “Croatia”, “France”, “Kids”, “Match”, “Game”, “Reenacted”, “World”, “Good”, “Cup”, “Congrats”, “Work”, “President”, “Hard”, “Sides”, “Wowwhat”, “Kylian”, “Like”, “Amp”, “Again”, and “Beautiful”. Following the determination of the 20 statements that came to the forefront in the Twitter posts, it was determined which words they were most commonly used with together with over 60% frequency. In this respect, it was seen that the word “Croatia”, which came to the forefront, was used together with the words “attended”, “kolinda” and “grabarkitarovic”. Another word, which came to the forefront was “France”, which was used with the words “congrats”, “game” and “wowwhat”.

A “word cloud” consisted of the 200 words most commonly used in the tweets about the 2018 World Cup final match is given to consider the words from a wider viewpoint (Figure 2).

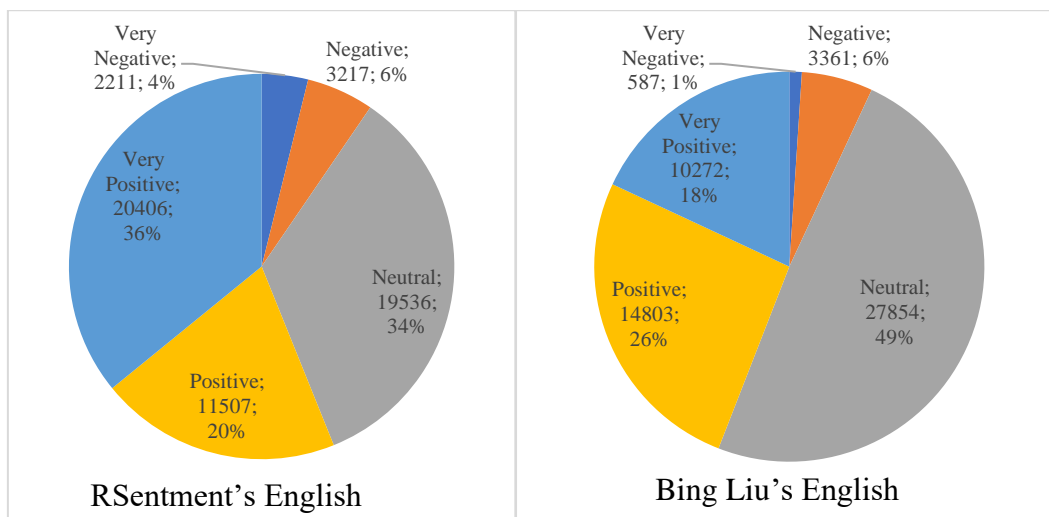


Figure 3. The sentimental distribution of tweets

When Figure 3 is examined it is seen that the word counts in Twitter shares according to the results of the analysis made with the RSentement Lexicon were; very negative 2211 (4%), negative 3217 (6%), neutral 19,536 (34%), positive 11,507 (20%) and very positive 20,406 (36%). The word counts in Twitter posts according to the results of the analysis made with the Bing Liu Lexicon were; very negative 587 (1%), negative 3361 (6%), neutral 27,854 (49%), positive 14,803 (26%) and very positive 10,272 (18%). As a result of the Sentiment Analysis that was carried out with RSentiment Lexicon, it was determined that the positive tweet rate was 56%, and the negative tweet rate was 10%. As a result of the Sentiment Analysis carried out with the Bing Liu Sentiment Lexicon, the rate of positive tweets was 44%, and the negative tweet rate was 7%. For this reason, it is understood that the rate of the positive tweets is higher at a significant level than the rate of the negative tweets according to both glossaries. However, according to the analysis results obtained with the RSentiment Lexicon, the rate of the Neutral tweets is 34%, and 49% according to the analysis results obtained with the Bing Liu Sentiment Lexicon.

DISCUSSION and CONCLUSION

Since fans can express themselves in a comfortable manner in great sports events such as the World Cup, their sentimental reactions can be measured (Lucas et al., 2017). Based on this viewpoint, the purpose of the present study was to determine the statements of the fans in their tweets about the 2018 world cup final match, the words related to these statements, and the emotional tendencies in Twitter posts.

As the first step, the statements about the world cup final match in Twitter shares were determined in the scope of the first study question. In this respect, the statements "Croatia", "France", "kids", "match" and "game" came to the forefront in the tweets. Unlike statements of violent and hatred sometimes seen on football fields, the fact that the expressions in Twitter posts about the World Cup final match are positive attracts attention and is exciting. When the statements used were examined with a closer look, it is possible to claim that Twitter posts have positive statements including "Congrats", "Beautiful" and "Good". At this point, it is understood that the competition in the World Cup is different from club football; and nations seem to be supporting their teams in a gentle manner. It may also be claimed that fans who

come from different religions, races or nationalities and speak different languages may well be uniting around the beauty of football in terms of *fair play*. Because sports -especially football- is a universal activity field that reduces the differences between cultures, improves international relations and contributes to world peace (Üstünel & Alkurt, 2015).

Following the determination of the statements that came to the forefront in Twitter posts, the words that were used most frequently were determined. In this respect, it was determined that the word "Croatia", which came to the forefront, was used together with the words "attended", "kolinda" and "grabarkitarovic". It was also understood that another word, "France", which was used most frequently, was used together with the words "congrats", "game" and "wowwhat". It may be claimed that using the word "France" especially with the word "congrats" was due to the fact that it completed the tournament as the champion and had the world cup. It was also determined that the word "Croatia" was used in an intense manner together with the name of the political head of Croatia (Kolinda Grabar-Kitarovic). This can be explained in two ways. Firstly, the president of Croatia supported the Croatian national team throughout the World Cup, and was in the tribunes; and secondly, the relationship between football and politics showed itself in this World Cup specifically with Croatia.

Ince (2016), who examined the football-politics relationship, reported that governments adopted being within sports, especially in football, as a policy, and underlined that there is a close relationship between politicians and sports. Goig (2017), who analyzed the relationship between football and politics on a club basis with the fans of Barcelona, Atletico Madrid and Real Madrid in Spain, reported that the ideologies that were represented by the clubs overlapped with the political viewpoints of the fans. For this reason, the word "Croatia" being used together with the name of a head of state may be accepted as an indicator of the fact that football and politics are in very close contact.

For the purpose of considering the words that came to the forefront in the scope of the study, a "word cloud" that had 200 words was prepared. According to this "word cloud", it may be claimed that the words "equaling", "perfect", "muslims", "bringing", "celebrate" and "woman", which represent the peaceful and unifying power of football, were used. As a matter of fact, Afacan et al. (2017) pointed out that football, which was a popular sports branch, had a unifying and integrative structure. However, unlike this positive finding, it is observed that the studies reported in the literature examining the relationship between fans and football, were generally shaped around violence and hooliganism (Newson et al., 2018; Raspaud & Bastos, 2013; Stott et al., 2008; Sekulic et al., 2015; Spaaij, 2008; Wakefield & Wann, 2006). The fact that the findings of the present study is different from the findings reported in the literature may be explained with the difference in the viewpoints of the fans of the World Cup event.

In the scope of the second study question, the sentimental distributions of the Tweets that were posted by the fans on the final match were determined. For this purpose, the RSentiment English Lexicon and the Bing Liu English Lexicon were employed in Sentiment Analysis. The results of the Sentiment Analysis carried out with both dictionaries showed that the rate of positive tweets about to the final match was much higher than negative tweets. However, in a study conducted on the 2014 World Cup for Sentiment Analysis by Yu & Wang (2015), it was concluded that the sentimental tendencies of the fans were negative in their Twitter posts when their team lost the game. However, it was concluded in another Sentiment Analysis study on

the 2014 Olympic Games in Sochi, that the emotional tendencies of the supporters who followed the matches were positive in their Twitter posts (Krilenko & Stepchenkova, 2017). For this reason, it may be said that the findings of the current study both overlapped and did not overlap with the literature. This situation may be interpreted as the aggressive attitude among the fans in club-level competitions does not exist at the national team level, such as in the 2018 World Cup.

Again, according to the results of the analysis that were made with the RSentiment Lexicon, it was seen that the rate of the neutral tweets was 34%, and 49% according to the analysis made with the Bing Liu Sentiment Lexicon. According to the results of the analysis made with both glossaries, it may be claimed that the fans' neutrality in terms of sentiments was caused by the fact that final match was followed by the supporters of countries other than France and Croatia; and that they were able to remain neutral.

In this study, the statements of the fans that came to the forefront about the 2018 World Cup final match, the words that were related with these statements, and the emotional tendencies of Twitter posts were determined. In this respect, when the 56,877 tweets that were posted about the World Cup final match were analyzed, it was determined that:

- all of the statements and the words that were used together with these statements were positive,
- according to the "word cloud" that was prepared in the context of the study, it was determined that the words that were used on Twitter posts were positive in general,
- the rate of positive tweets were much more than the rate of negative tweets,
- the perception in which the competition at a national level in the World Cup and the competition among clubs differentiated in a positive way.

In future studies, it may be recommended that a glossary be formed for sentiment analysis in specific areas, such as sports sciences, and methods, e.g. machine learning, may be employed to analyze tweets that are written in more than one language.

Conflict of Interest: There is no conflict of interest.

Researchers' Contribution Rate Statement: The entire research process was carried out by the author.

Research Ethics

In the scope of the protection of human and animal rights, the Journal of Sport Sciences Researches adopts the exact convenience principle of national and international ethical rules and principles. In this context, the principles of the journal and general scientific ethical rules were followed during the research process.

REFERENCES

- Afacan, E., Onağ, Z., Demiran, D. & Çobanoğlu, G. (2017). The reasons of violence in football and the ways to prevent them according to Professional football players views: The match between Tarsus İdman Yurdu Erkutspor and Yeni Salihlispor. *International Journal of Social Science Research*, 6(2), 124-141.
- Aldayel, H. & Azmi, A. M. (2016). Arabic tweets sentiment analysis – a hybrid scheme. *Journal of Information Science*, 42(6), 782–797. <https://doi.org/10.1177/0165551515610513>
- Baudad, N., Faizi, R., Thami, R. & Chibeb, R. (2017). Sentiment analysis in Arabic: A review of the literature. *Ain Shams Engineering Journal*, 9(4), 2479-2490. <https://doi.org/10.1016/j.asej.2017.04.007>
- Ceron, A., Curini, L., Iacus, S. M. & Porro, G. (2014). Every tweet counts? How sentiment analysis of social media can improve our knowledge of citizens' political preferences with an application to Italy and France. *New Media & Society*, 16(2), 340–358. <https://doi.org/10.1177/1461444813480466>
- Deiner, M. S., Fathy, C., Kim, J., Niemeyer, K., Ramirez, D., Ackley, S. F. & Porco, T. C., (2017). Facebook and Twitter vaccine sentiment in response to measles outbreaks. *Health Informatics Journal*. <https://doi.org/10.1177/1460458217740723>
- Fişek, K. (1998). *Spor yönetimi (1. Baskı)*. Ankara: Bağırhan Yayınevi.
- Goig, R. L. (2017). Football and politics in Spain: An empiricial analysis of the social base of the main football clubs. *Journal of Iberian And Latin American Literary and Cultural Studies*, 1(4), 79-100.
- Himmelboim, I., Sweetser, K. D., Tinkham, S. F., Cameron, K., Danelo, M. & West, K. (2016). Valence-based homophily on Twitter: Network analysis of emotions and political talk in the 2012 presidential election. *New Media & Society*, 18(7), 1382–1400. <https://doi.org/10.1177/1461444814555096>
- İnce, M. (2016). Spor ile siyasetin ilişkisi üzerine bir analiz; Sporu siyasete alet etmek. *Karabük Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(2), 456-464.
- Ji, Q. & Raney, A. A. (2014). Morally judging entertainment: A case study of live tweeting during downton abbey. *Media Psychology*, 18(2), 221-242. <https://doi.org/10.1080/15213269.2014.956939>
- Kaynar, O., Yıldız, M., Görmez, Y. & Albayrak, A. (2016). Sentiment Analysis with Machine Learning Techniques. Paper presented International Artificial Intelligence and Data Processing Symposium, September 28-30, 2018, Malatya, Turkey.
- Khoo, C. S. & Johnkhan, S. B. (2018). Lexicon-based sentiment analysis: Comparative evaluation of six sentiment lexicons. *Journal of Information Science*, 44(4), 491–511. <https://doi.org/10.1177/0165551517703514>
- Kim, E. H., Jeong, Y. K., Kim, Y., Kang, K. Y. & Song, M. (2016). Topic-based content and sentiment analysis of Ebola virus on Twitter and in the news. *Journal of Information Science*, 42(6), 763–781. <https://doi.org/10.1177/0165551515608733>
- Kreiss, D. (2016). Seizing the moment: The presidential campaigns' use of Twitter during the 2012 electoral cycle. *New Media & Society*, 18(8) 1473–1490. <https://doi.org/10.1177/1461444814562445>
- Krilenko, A. P. & Stepchenkova, S. O. (2017). Sochi 2014 Olympics a twitter: Perspective of hosts and guests. *Tourism Management*, 63(2017), 54-65. <https://doi.org/10.1016/j.tourman.2017.06.007>
- Liu, B. (2012). *Sentiment analysis and opinion mining (1. Edt.)*. Williston: Morgan & Claypool Publishers.

Atalay, A. (2021). Sport fans' behaviour on twitter: A Big data analysis of sentiments in the 2018 world cup final. *Journal of Sport Sciences Researches*, 6(1), 62-75.

Lucas, G. M., Gratch, J., Malandrakis, N., Szablowski, E., Fessler, E. & Nichols, J. (2017). GOAALLL! Using sentiment in the World cup to explore theories. *Image and Vision Computing*, 65(2017), 58-65. <https://doi.org/10.1016/j.imavis.2017.01.006>

Mackey, T., Kalyanam, J., Klugman, J., Kuzmenko, E. & Gupta, R. (2018). Solution to detect, classify, and report illicit online marketing and sales of controlled substances via Twitter: using machine learning and web forensics to combat digital opioid access. *Journal of Medical Internet Research*, 20(4), e10029.

Mostafa, M. M. (2018). Clustering halal food consumers: A Twitter sentiment analysis. *International Journal of Market Research*, 61(3), 320-337. <https://doi.org/10.1177/1470785318771451>

Newson, M., Bortolini, T., Buhrmester, M., Da Silva, S. R., Da Aquino, J. N. Q. & Whitehouse, H. (2018). Brazil's football warriors: Social bonding and inter-group violence. *Evolution and Human Behavior*, 39(2018), 675-683. <https://doi.org/10.1016/j.evolhumbehav.2018.06.010>

Öztürk, N. & Ayvaz, S. (2017). Sentiment analysis on twitter: A text mining approach to the Syrian refugee crisis. *Telematics and Informatics*, 35(1), 136-147.

Pandey, A. C., Rajpoot, D. S. & Saraswat, M. (2017). Twitter sentiment analysis using hybrid cuckoo search. *Information Processing and Management*, 53(2017), 764-779. <https://doi.org/10.1016/j.ipm.2017.02.004>

Pang, B. & Lee, L. (2008). Opinion mining and sentiment analysis. *Foundations and Trends in Information Retrieval*, 2(1), 1-135.

Raney A.A. (2006). Why we watch and enjoy mediated sports. In: AA Raney & J Bryant (Eds), *Handbook of Sports and Media*. New York: Lawrence Erlbaum Associates, pp 313-329.

Raspaud, M. & Bastos, F. (2013). Torcedores de futebol: Violence and public policies in Brazil before the 2014 FIFA world cup. *Sport in Society, Culture Commerce Media Politics*, 16(2), 192-204. <https://doi.org/10.1080/17430437.2013.776251>

Sekulic, M., Kühl, S., Connert, T., Krastl, G. & Filippi, A. (2015). Dental and jaw injuries sustained by hooligans. *Dental Traumatology*, 31(6), 477-481. [10.1111/edt.12205](https://doi.org/10.1111/edt.12205).

Souza, A., Figueredo, M., Cacho, N., Araújo, D. & Prolo, C. A. (2016). Using big data and real-time analytics to support smart city initiatives. *IFAC-PapersOnLine*, 49(30), 257-262.

Spaaij, R. (2008). Men like us, boys like them: Violence, masculinity, and collective identity in football hooliganism. *Journal of Sport and Social Issues*, 32(4), 369-392. <https://doi.org/10.1177/0193723508324082>

Stott, C., Adang, O., Livingstone, A. & Schreiber, M. (2008). Tackling football hooliganism: A quantitative study of public order policing and crowd psychology. *Psychology Public Policy and Law*, 14(2), 115-141. <http://dx.doi.org/10.1037/a0013419>

Üstünel, R. & Alkurt, Z. (2015). Futbolda şiddet ve düzensizliğin önlenmesi için 6222 sayılı yasanın getirdiği yeni bir uygulama: Elektronik bilet ve yaşanan sorunlar. *Science Journal of Turkish Military Academy*, 25(2), 141-175.

Wakefield, K. L. & Wann, D. L. (2006). An examination of dysfunctional sport fans: Method of classification and relationships with problem behaviors. *Journal of Leisure Research*, 38(2), 168-186. DOI:10.1080/00222216.2006.11950074

Atalay, A. (2021). Sport fans' behaviour on twitter: A Big data analysis of sentiments in the 2018 world cup final. *Journal of Sport Sciences Researches*, 6(1), 62-75.

Wang, X. (2015). Using attitude functions self-efficacy and norms to predict attitudes and intentions to use mobile devices to access social media during sporting event attendance. *Mobile Media and Communication*, 3, 75-90. <https://doi.org/10.1177/2050157914548932>

Workewych, A. M., Muzzi, M. C., Jing, R., Zhang, S., Topolovec-Vranic, J.& Cusimano, M. D. (2017). Twitter and traumatic brain injury: A content and sentiment analysis of tweets pertaining to sport-related brain injury. *SAGE Open Medicine*, 5, 1-11. <https://doi.org/10.1177/2050312117720057>

Yu, Y. & Wang, X. (2015). World Cup 2014 in Twitter world: A big data analysis of sentiments in U.S. sports fans' tweets. *Computer in Human Behavior*, 48(2015), 392-400. <https://doi.org/10.1016/j.chb.2015.01.075>

Yu, Y., Duan, W. & Cao, Q. (2013). The impact of social and conventional media on firm equity value: A sentiment analysis approach. *Decision Support System*, 55(4), 919-926. <https://doi.org/10.1016/j.dss.2012.12.028>

Zeng, B. & Gerritsen, R. (2014). What do we know about social median tourism? A review. *Tourism Management Perspective*, 10, 27-36. <https://doi.org/10.1016/j.tmp.2014.01.001>



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International license**.

The Effect of Internal Marketing Implementations on the Organizational Citizenship Behaviors of Youth and Sports Directorate Employees

Mehdi DUYAN* 

Inonu University, Faculty of Sport Science, Malatya, Turkey.

Original Article

Received: 04.03.2021

Accepted: 25.04.2021

DOI:10.25307/jssr.891016

Online Publishing: 30.06.2021

Abstract

Internal marketing and organizational citizenship issues have recently begun to be studied more in the literature. This study aimed to examine the effect of internal marketing practices on the organizational citizenship behavior of employees in the sports sector. Data were collected by simple random sampling method using an online survey tool and was obtained from Antalya, Karaman, Kütahya, Izmir, Istanbul, and Muğla Provincial Directorate of Youth and Sport of employees (N = 224). As a data collection tool, the IM-11 scale developed by Yildiz and Kara (2017) was used to measure internal marketing, and the organizational citizenship behavior scale developed by Bolat, Bolat and Seymen (2009) was used to measure organizational citizenship behavior. Descriptive statistics, validity and reliability analysis, correlation analysis, and hierarchical regression analysis were used in the analysis of the data. The result of the analyses showed the significant and positive effect of internal marketing on organizational citizenship behavior. In other analyzes, while internal marketing had a significant and positive effect on the sportsmanship and civic virtue subscale of organizational citizenship behavior, no significant effect was observed on altruism, conscientiousness, and courtesy.

Keywords: Internal marketing, organizational citizenship behaviors, employee, youth and sports directorate.

INTRODUCTION

The basic purpose of public organizations in all societies is to provide services that will meet the demands, needs, and expectations of the people effectively and efficiently. In order to provide a public / customer-oriented service at the expected level, the employees (internal customers) of the organization should also be highly motivated and supported. Achieving service quality by meeting the demands, needs, and expectations of external customers who receive service from the organization is only possible if the demands, needs, and expectations of internal customers are satisfied by the organization. This approach is called internal marketing in the literature (Güven and Sadaklıoğlu, 2011).

Internal marketing, which emerged about half a century ago and is a fairly new concept for marketing literature, was first introduced in 1976 by Berry, Hensel and Burke. Then, this concept was studied by George in 1977, Thompson, Berry and Davidson in 1978, and Murray in 1979. Subsequently, this concept was explained in detail in an article written by Berry in 1981 (Yüce and Kavak, 2017). Berry (1988) made a distinction in the concept of the customer in his study on service organizations, and defined the people receiving service from the

* **Corresponding Author:** Assist. Prof. Dr. Mehdi DUYAN, Inonu University, Faculty of Sport Science
e-mail: mehdi.duyan@inonu.edu.tr

organization as “external customer” and the organization employee as “internal customer”. In the literature, although there are many definitions of the concept of internal marketing, the definition of Berry and Parasuraman in 1991 was highlighted. According to the authors, “internal marketing is to meet the expectations and needs of the employees, the employee’s commitment and motivation to the organization, whose needs are satisfied, increases positively”. Among other factors, rewarding is one of the most important factors in maintaining the motivation of the internal customer at the highest level. Rewarding has particular importance in terms of keeping the morale of employees (internal customers) high and creating enthusiasm, thus creating high performance (Toksarı, 2012).

In today’s environment where competition is increasing, organizations want to have employees who act meticulously in their duties, work without neglecting their jobs, and comply with the rules even when there is no supervision and control. Moreover, it needs employees who voluntarily help their colleagues, take additional tasks without obligation, stay away from gossip and take care to keep the secrets of the organization. Such behaviors of employees in the organization are called Organizational Citizenship Behaviors (OCB) (Karaman, Yücel & Dönder, 2008). The concept of OCB was first introduced in a study in 1983 by Dennis W. Organ and Thomas S. Bateman. In this study, this concept is defined as “individual behavior that does not take place directly and explicitly in the formal reward system of the organization, helps the organization to work effectively and efficiently, and is based on volunteerism” (Organ, 1990). The common point emphasized by the definitions of OCB is that such behaviors of employees are optional and voluntary extra-role behaviors and that they contribute to organizational effectiveness (Sezgin, 2005). OCB is affected positively or negatively by many variables. For instance, while mobbing negatively affects the OCB of employees (Yıldız, 2016a), internal marketing can positively affect it.

Considering the OCB theoretically, it is seen that it is based on the foundations developed by the social exchange theory. Social exchange theory, developed by Blau in 1964, emphasizes social relations based on mutual benefit. In social exchange, the relations between the parties are not based on a specific obligation, but on the basis of volunteering (Karacaoğlu and Güney, 2010). The concept of OCB was first used by Bateman and Organ (1983) in the literature. According to Organ (1997), OCB consists of five subscales: altruism, courtesy, conscientiousness, sportsmanship, and civic virtue. *Altruism* is thinking about and helping other employees. For example, helping an employee with an issue that he/she cannot fully accomplish. *Courtesy* is helping other employees avoid problems that will affect their jobs. For example, helping prevent future problems from occurring (Podsakoff and MacKenzie, 1997). *Conscientiousness* is that employees are willing to exhibit behaviors beyond the minimum expected role behavior (Organ, 1990). For example, not to waste resources of the organizations. *Sportsmanship* is the behavior that involves employees avoiding negative behaviors that may cause tension and conflict in the work environment and not complain about insignificant problems (Organ, 1990). For example, one employee’s tolerance to the other employee. *Civil virtue* refers to the behaviors of protecting the interests of the organization at the highest level, supporting the activities of the organization in professional and social contexts, participating voluntarily in the organization, and being involved with the organization (Allison, Voss and Dryer, 2001). On the other hand, civic virtue is defined as behaviors that indicate employees’ participation in the political life of the organization, their commitment, and interest at the

macro-level (Podsakoff, MacKenzie, Paine and Bachrach, 2000). In the literature, there are studies examining the impact of internal marketing on issues such as organizational commitment (Candan and Gündüz Çekmecelioğlu, 2009; Dokuzoğlu and Eren, 2020; Kocaman, Durna and İnal, 2013; Taşkın and Yeni, 2016; Tuncay, 2018; Yeniçeri, Kurt and Akgül, 2020; Yıldız, 2020), job satisfaction (Arslanoğlu, Bektemür and Gemlik, 2020; Baran and Arabelen, 2017; Eşitti and Buluk, 2018; Öngel and Şenol, 2019; Özçifçi, 2018; Yıldız, 2011), job performance (Duyan, 2020; Eşitti and Buluk, 2018), and OCB (Abzari and Ghujali, 2011; Eren, Kaygisiz and Katlav, 2016; Mülayim, 2013; Yildiz, 2016b). While the studies in the literature generally include studies aimed at determining the relations of internal marketing with different variables, it is seen that studies on OCB are not very common.

On the other hand, some of the studies are not directly related to sports organizations, but rather to different sectors and organizations. Sports organizations are seen as the most interesting sector in the service industry. Therefore, the increasing interest of people in the services offered by these organizations in the last two decades has increased the demand for these organizations. The proliferation and diversification of the organizations that produce these services have created competition in the sports sector as well as in other sectors (Dağlı Ekmekçi, 2019). In today's intense competition environment, organizations that succeed in the competition by providing service quality survive, while those who fail have to withdraw from the market. Therefore, it is stated that sports organizations are also faced with the necessity of developing more effective marketing strategies in order to sustain their lives and existence (Yildiz, 2014). Expectations of employees can be met through internal marketing, enabling them to show more production behavior (Barsulai, Makopondo and Fyava, 2019). OCB is an important element that is a source of increase in production in an organization. Thus, the performance of the organization may increase if the employees behave in favor of their organizations beyond their duties. When evaluated from this point of view, in order to give a healthy direction to economic activities, it is important to clarify the relationship between internal marketing and OCB of employees in sports organizations. While internal marketing and OCB studies are quite abundant in other sectors, the lack of similar studies in the context of sports organizations is considered a deficiency. Therefore, the findings obtained from this study will give an idea to sport management in terms of strategy development and will guide decision-makers to achieve high performance from employees. In order to contribute to both sports literature and the field of application, the following hypotheses have been developed to learn the relationship between internal marketing and OCB in the sports sector:

- H₁. Internal marketing has a significant and positive effect on employees' altruism.
- H₂. Internal marketing has a significant and positive effect on employees' conscientiousness.
- H₃. Internal marketing has a significant and positive effect on employees' courtesy.
- H₄. Internal marketing has a significant and positive effect on the employees' sportsmanship.
- H₅. Internal marketing has a significant and positive effect on employees' civic virtue.
- H₆. Internal marketing has a significant and positive effect on employees' organizational citizenship behaviors.

METHOD

Research Model

The research model is shown in Figure 1. This model indicates the effects (cause and effect relationship) of internal marketing on OCB and its subscales, that is, the effects of independent variables on the dependent variable.

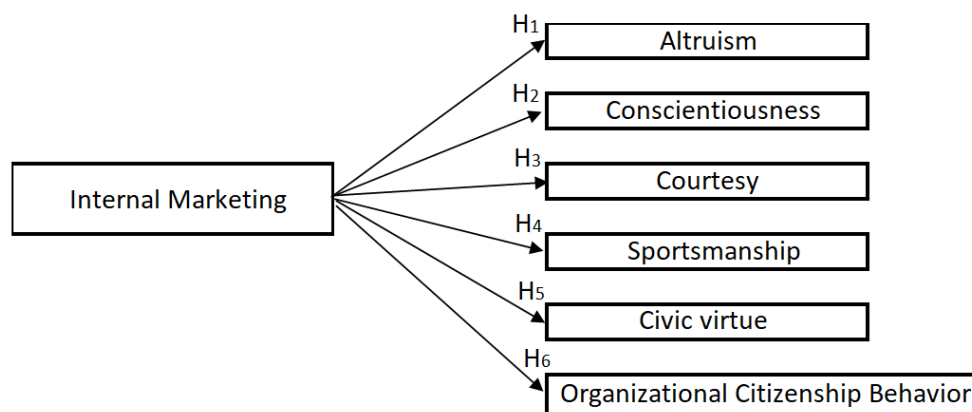


Figure 1. Research Model

Participants

The universe of this study was composed of Antalya, Karaman, Kütahya, İzmir, Malatya, and Muğla Provincial Directorates of Youth and Sports employees, in Turkey. The sample is composed of employees (n = 224) working in this organization. The data were collected using a simple random sampling method via online survey tool (Google forms).

Measurement Instruments

In this study, internal marketing and OCB scales were used as data collection tools. The IM-11 scale developed by Yildiz and Kara (2017) was used to measure internal marketing, and the organizational citizenship behavior scale developed by Bolat, Bolat and Seymen (2009) was used to measure OCB. The IM-11 scale has one subscale and consists of 11 items. The OCB scale consists of 20 items and five subscales (Altruism, Conscientiousness, Courtesy, Sportsmanship, and Civic Virtue). Statements in both scales were measured with a 5-point Likert degree. The statements in the internal marketing scale are in the range of “1 = strongly disagree, 5 = strongly agree”, and the statements in the OCB scale are in the range of “1 = Never, 5 = Always”. “The fact that these scales were previously applied in a Turkish population and was found valid and reliable” was effective in choosing these scales.

Research Ethic

Ethical approval was given to this study by the Social and Humanities Scientific Research and Publication Ethics Committee of İnönü University, Turkey (with the decision number of 2020 / 6-14 at its meeting dated 13.08.2020).

Statistical Analyses

In this study, descriptive statistics were used to determine demographic characteristics of the participants, and correlation and regression analysis to determine the relationships between variables.

FINDINGS

Demographic Characteristics of the Participants

According to demographic findings, 59.4% of the participants are male and 40.6% are female. 63.4% of the participants are single, 47.8% are in the “31-40 age” group, 61.6% have an “undergraduate degree”. When analyzed in terms of working time variable in the organization; 40.2% of the participants have a period of “1-5 years” in working life, 72.3% of them work in “permanent status” (Table 1).

Table 1. Demographic characteristics

Variables		f	%
Gender	Female	91	40.6
	Male	133	59.4
Marital status	Single	142	63.4
	Married	82	36.6
Age	21-30	69	30.8
	31-40	107	47.8
	41-50	37	16.5
	More than 51	11	4.9
Education	High school	9	4.0
	Undergraduate	138	61.6
	Graduate	77	34.4
Tenure (years)	1-5	90	40.2
	6-10	82	36.6
	11-15	18	8.0
	16-20	17	7.6
	More than 21	17	7.6
Status	Permanent	162	72.3
	Fixed-term contract	62	27.7

Validity and Reliability Analysis of the Scales

Exploratory factor analysis was performed to determine the construct validity of the scales, and the Cronbach’s Alpha coefficient was calculated to determine the reliability. According to the results of the validity analysis determined by the Varimax rotation method, factor loads of the internal marketing scale range between .574 and .854, and the factor loads of the OCB scale range between .416 and .836. Cronbach’s Alpha value obtained as a result of the reliability analysis of the scales is .929 for internal marketing, .862 for OCB. These values show that the scales are highly reliable.

Correlation Analysis

Table 2 shows that there is a significant and positive relationship ($r = 0.244$; $p < 0.001$) between internal marketing and OCB. In the subscales of OCB; significant and positive correlations were observed between internal marketing and sportsmanship (0.209 ; $p < 0.001$) and between internal marketing and civic virtue (0.360 ; $p < 0.001$). On the other hand, although there was a positive relationship between internal marketing and altruism, conscientiousness, and courtesy, no significance was found.

Table 2. Results of correlation analysis

Variables	1	2	3	4	5	6
1. Internal marketing	1					
2. Altruism	.038	1				
3. Conscientiousness	.119	.357**	1			
4. Courtesy	.022	.451**	.331**	1		
5. Sportsmanship	.209**	.359**	.329**	.499**	1	
6. Civic Virtue	.360**	.326**	.436**	.320**	.398**	1
7. Organizational citizenship behavior	.244**	.692**	.659**	.684**	.728**	.766**

* $P < 0.05$; ** $P < 0.01$

Hierarchical Regression Analysis

The evaluations regarding the results of the two-step hierarchical regression analysis, where internal marketing is the independent variable and the OCB and its subscales are the dependent variables, were presented below.

Table 3 shows that internal marketing has no statistically significant effect on the altruism subscale ($\beta = 0.039$; $p > 0.05$).

Table 3. The results of hierarchical regression analysis for determining the relationships between altruism and independent variables

Independent variables	Step 1			Step 2		
	Beta	t	p	Beta	t	p
1. Gender	.022	.308	.758	.026	.360	.719
2. Marital status	.025	.347	.729	.021	.291	.772
3. Age	.042	.415	.679	.040	.390	.697
4. Education	-.051	-.714	.476	-.050	-.696	.487
5. Tenure	-.006	-.059	.953	-.002	-.015	.988
6. Status	-.001	-.015	.988	.000	-.001	.999
7. Internal marketing	-	-	-	.039	.570	.569
F		.213			.228	
R ²		.006			.007	
Adjusted R ²		-.022			-.025	

Note: Standardized beta values were used.

Table 4 indicates that internal marketing has no statistically significant effect on the conscientiousness subscale ($\beta = 0.097$; $p > 0.05$).

Table 4. The results of hierarchical regression analysis for determining the relationships between conscientiousness and independent variables

Independent variables	Step 1			Step 2		
	Beta	t	p	Beta	t	p
1. Gender	-.078	-1.120	.264	-.069	-.984	.326
2. Marital status	.056	.791	.430	.046	.653	.514
3. Age	-.045	-.443	.658	-.051	-.505	.614
4. Education	-.096	-1.358	.176	-.093	-1.321	.188
5. Tenure	-.110	-1.039	.300	-.098	-.928	.354
6. Status	-.075	-.966	.335	-.072	-.932	.353
7. Internal marketing	-	-	-	.097	1.435	.153
F		1.252			1.372	
R ²		.033			.043	
Adjusted R ²		.007			.012	

Note: Standardized beta values were used.

Table 5 shows that internal marketing has no statistically significant effect on the courtesy subscale ($\beta = 0.022$; $p > 0.05$).

Table 5. The results of hierarchical regression analysis for determining the relationships between courtesy and independent variables

Independent variables	Step 1			Step 2		
	Beta	t	p	Beta	t	p
1. Gender	-.018	-.261	.795	-.016	-.230	.818
2. Marital status	-.024	-.336	.737	-.026	-.363	.717
3. Age	.048	.465	.642	.046	.451	.653
4. Education	.025	.351	.726	.026	.359	.720
5. Tenure	-.042	-.394	.694	-.040	-.368	.713
6. Status	.013	.161	.873	.013	.168	.867
7. Internal marketing	-	-	-	.022	.314	.754
F		.102			.101	
R ²		.003			.003	
Adjusted R ²		-.025			-.029	

Note: Standardized beta values were used.

Table 6 indicates that the sportsmanship subscale is significantly and positively affected by internal marketing ($\beta = 0.218$; $p < 0.01$) and is explained at the .09 level.

Table 6. The results of hierarchical regression analysis for determining the relationships between sportsmanship and independent variables

Independent variables	Step 1			Step 2		
	Beta	t	p	Beta	t	p
1. Gender	.160*	2.313	.022	.181*	2.662	.008
2. Marital status	.036	.508	.612	.014	.205	.838
3. Age	.173	1.722	.086	.159	1.620	.107
4. Education	.026	.366	.715	.032	.467	.641
5. Tenure	-.204	-1.940	.054	-.178	-1.725	.086
6. Status	-.015	-.191	.849	-.008	-.112	.911
7. Internal marketing	-	-	-	.218**	3.299	.001
F		1.544			2.938	
R ²		.041			.087	
Adjusted R ²		.014			.057	

Note: Standardized beta values were used. ** $p < 0.001$ * $p < 0.05$

Table 7 shows that the civic virtue subscale is significantly and positively affected by internal marketing ($\beta = 0.349$; $p < 0.001$) and is explained at the 0.15 level.

Table 7. The results of hierarchical regression analysis for determining the relationships between civic virtue and independent variables

Independent variables	Step 1			Step 2		
	Beta	t	p	Beta	t	p
1. Gender	-.011	-.154	.878	.023	.347	.729
2. Marital status	.093	1.313	.191	.058	.871	.385
3. Age	-.033	-.328	.743	-.055	-.581	.562
4. Education	.060	.855	.393	.070	1.065	.288
5. Tenure	-.088	-.834	.405	-.046	-.465	.642
6. Status	.004	.047	.963	.014	.187	.852
7. Internal marketing	-	-	-	.349**	5.491	.000
F		1.315			5.585	
R ²		.035			.153	
Adjusted R ²		.008			.126	

Note: Standardized beta values were used. ** $p < 0.001$ * $p < 0.05$

Table 8 indicates that the OCB is significantly and positively affected by internal marketing ($\beta = 0.238$; $p < 0.001$) and is explained at the 0.07 level.

Table 8. The results of hierarchical regression analysis for determining the relationships between organizational citizenship behavior and independent variables

Independent variables	Step 1			Step 2		
	Beta	t	p	Beta	t	p
1. Gender	.028	.393	.694	.050	.734	.464
2. Marital status	.062	.858	.392	.038	.538	.591
3. Age	.050	.488	.626	.035	.350	.727
4. Education	.001	.012	.990	.008	.113	.910
5. Tenure	-.129	-1.209	.228	-.101	-.964	.336
6. Status	-.017	-.217	.828	-.010	-.134	.894
7. Internal marketing	-	-	-	.238**	3.569	.000
F		.525			2.294	
R ²		.014			.069	
Adjusted R ²		-.013			.039	

Note: Standardized beta values were used. ** $p < 0.001$ * $p < 0.05$

DISCUSSION AND CONCLUSION

There are many studies in the literature investigating the effects of internal marketing on many variables, but studies on the relationship between internal marketing and OCB are limited. Therefore, we believe that the results of the relationship between the two variables included in this study will contribute to the literature. Hence, the findings of this study examining the effects of internal marketing applied in organizations on OCB subscales will guide other studies.

In most of the empirical studies conducted in various service sectors, it was seen that there was a positive and significant relationship between internal marketing and OCB (Alper Ay, 2018; Alshurideh, Alhadid and Barween, 2015; Chang, Tseng and Chen, 2012; Seyed Javadin, Rayej, Yazdani, Estiri and Aghamiri, 2012; Yildiz, 2016b). Our study on employees in the sports industry has shown that, similar to other research, internal marketing affects OCB significantly and positively. However, the regression analysis results in our study showed that internal marketing had significant and positive effects on the subscales of the OCB, such as sportsmanship and civic virtue, on the other hand, it did not have any significant effect on altruism, conscientiousness, and courtesy. This has revealed that some internal marketing practices within the organization have an effect on the prosocial behavior of the employees, while some internal marketing practices do not affect the prosocial behavior of the employees. This situation can be explained as follows. Youth and sports organizations in Turkey, through the 703 numbered Decree-Law, under the “Higher Education Credit and Hostels Institution” and “Youth Services and Sports Provincial Directorate” reorganized together under a single roof, and it has been changed the management structure importantly. This situation may have caused positive or negative prosocial behaviors due to the coming together of employees and managers with different working cultures. There are studies in the literature that the organizational culture (support, innovation, goals, rules) contributes differently to internal marketing practices (Chang et al., 2012). In short, the lack of internal marketing effects in some sub-dimensions of OCB such as altruism, conscientiousness, and courtesy can be attributed to the different expectations of employees.

A number of attitudes and behaviors are followed among the employees in the organization, which from time to time may constitute an obstacle to the functioning and goals of the organization and at the same time reduce the performance of the organization. These behaviors generally go against the norms and values of the organization. Such behaviors not only harm organizational goals and objectives but also negatively affect the work and even daily lives of employees. In work environments where negative behaviors are experienced intensely and not well managed, an employee who feels unhappy psychologically may exhibit negative behaviors towards his organization and job, and therefore work performance may decrease (Varışlı, 2020). Obviously, in order for organizations to exhibit high performance and to ensure their satisfaction by providing quality service to the public, the organization must, first of all, maintain healthy communication and relations with its employees and motivate them. In this framework, organization managers should give importance to the human resources application methods used by the private sector beyond the classical personnel management approach (Barcan and Barcan, 2018). One of these methods, the understanding of internal marketing, should be transformed into a culture, and it should aim to increase the quality of the service offered by the organization by ensuring the satisfaction of the employees, who are called internal customers (Güven and Sadaklıoğlu, 2011). Ensuring the motivation of employees by meeting their needs and expectations can only be achieved by giving importance to internal marketing activities by the management. Therefore, the OCB of employees whose needs and expectations are met through internal marketing will also increase (Alper Ay, 2018).

The results of this study showed that internal marketing had an effect on the OCB. However, not all of the sub-dimensions of OCB had been affected the same from internal marketing. Therefore, it can be said that more studies are needed to determine whether these results are consistent in different samples. Additionally, in future research, researchers can similarly examine the relationship between internal marketing, prosocial behavior, and job satisfaction in different units of the sports industry.

Conflicts of Interest: The author declares that no conflict of interest in the publication of this article.

Author Contribution: This study has been researched and concluded in accordance with scientific and ethical rules; I also declare that I am responsible for the entire study from the creation, design, data collection and processing, analysis and interpretation of the study idea.

Research Ethic

Ethics Committee : Social and Humanities Scientific Research and Publication Ethics Committee of Inonu University

Date : 13.08.2020

Decision / Protocol number : 2020 / 6-14

REFERENCES

- Abzari, M. & Ghujali, T. (2011). Examining the impact of internal marketing on organizational citizenship behavior. *International Journal of Marketing Studies*, 3(4), 95-104. DOI: 10.5539/IJMS.V3N4P95
- Allison, B. J., Voss, R. S. & Dryer, S. (2001). Student classroom and career success: The role of organizational citizenship behavior. *Journal of Education for Business*, 76(5), 282-288. <https://doi.org/10.1080/08832320109599650>
- Alper Ay, F. (2018). The effects of internal marketing activities on organizational citizenship behavior. *Journal of International Health Sciences and Management*, 4 (7), 31-49.
- Alshurideh, M., Alhadid, A. Y. & Barween, A. (2015). The effect of internal marketing on organizational citizenship behavior an applicable study on the university of Jordan employees. *International Journal of Marketing Studies*, 7(1), 138-145. DOI:10.5539/ijms.v7n1p138
- Arslanoğlu, A., Bektömür, G. & Gemlik, N. (2020). İçsel pazarlamanın çalışanların iş tatmini üzerine etkisi. *Sağlık ve Sosyal Refah Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 22-34.
- Baran, E. & Arabelen, G. (2017). İçsel pazarlamanın gemi acentelerinin iş tatmini üzerindeki etkisi: Nicel bir araştırma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Denizcilik Fakültesi Dergisi*, 9(1), 25-54. <https://doi.org/10.18613/deudfd.321567>
- Barcan, M. & Barcan, L. (2018). The importance of the application of modern human resources management methods to the level of health organizations. In B.M. Popa (Ed.), *Defense Resources Management in the 21st Century*, (pp 25-32). Braşov, Romania: National Defense University, "Carol I" Publishing House.
- Barsulai, S.C., Makopondo, R.O.B. & Fyava, E.W.O. (2019). Effect of organizational citizenship behavior on employee productivity in star rated hotels in Kenya. *European Journal of Hospitality and Tourism Research*, 7(1), 1-8.
- Bateman, T.S. & Organ, D.W. (1983). Job satisfaction and the good soldier: The relationship between affect and employee "citizenship". *Academy of Management Journal*, 26(4), 587-595. <https://doi.org/10.5465/255908>
- Berry, L.L. & Parasuraman, A. (1991). *Marketing services: Competing through Quality*. The Free Press, New York.
- Berry, N.C. (1988). Revitalizing brands. *Journal of Consumer Marketing*, 5(3), 15-20. <https://doi.org/10.1108/eb008228>
- Bolat, O.İ., Bolat, T. & Seymen, O.A. (2009). Güçlendirici liderlik davranışları ve örgütsel vatandaşlık arasındaki ilişkilerin sosyal mübadele kuramından hareketle incelenmesi. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 12(21), 215-239.
- Candan, B. & Gündüz Çekmecelioğlu, H. (2009). İçsel pazarlama faaliyetlerinin örgütsel bağlılık unsurları açısından değerlendirilmesi: Bir araştırma. *Yönetim Dergisi: İstanbul Üniversitesi İşletme Fakültesi İşletme İktisadi Enstitüsü*, 20(63), 41-58.
- Chang, C. C., Tseng, K. H. & Chen, C. W. (2012). The moderating role of online community participation in the relationship between internal marketing and organizational citizenship behavior. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 40(10), 1725-1738. DOI: 10.2224/sbp.2012.40.10.1725
- Dağlı Ekmekçi, Y.A. (2019). Factors influencing competitive advantage of sports clubs in Turkey. *Trakya University Journal of Social Science*, 21, 79-91. DOI: 10.26468/trakyasobed.423422
- Dokuzoğlu, G. & Eren, M. Ö. (2020). The effect of internal marketing on physical education and sports teachers' organizational commitment. *European Journal of Education Studies*, 6(12), 125-133.
- Duyan, M. (2020). The effect of internal marketing on physical education and sports teachers' job performance. *European Journal of Education Studies*, 7(4), 269-276. DOI: 10.5281/zenodo.3824330

- Eren, D., Kaygisiz, N. & Katlav, E. Ö. (2016). İçsel pazarlama uygulamalarının hizmet kalitesi üzerindeki etkisinde örgütsel vatandaşlık davranışının aracılık rolü. *TURAN: Stratejik Araştırmalar Merkezi*, 8(32), 493-498.
- Eşitti, B. & Buluk, B. (2018). İçsel pazarlama faaliyetlerinin iş performansına etkisinde iş tatmininin aracı rolü: Beş yıldızlı konaklama işletmeleri örneği. *Akademik Araştırmalar ve Çalışmalar Dergisi*, 10(18), 288-303. <https://doi.org/10.20990/kilisiibfakademik.428696>
- Güven, A. & Sadaklıoğlu, H. (2011). İnsan kaynakları yönetiminde içsel pazarlama anlayışı: Bir kamu kurumu üzerinde uygulama. Z.Parlak & İ.G.Yumuşak (Ed.), *Uluslararası 9. Bilgi, Ekonomi ve Yönetim Kongresi bildiriler kitabı içinde* (ss. 2503-2517). Saraybosna: Bosna Hersek.
- Karacaoğlu, K. & Güney, Y. (2010). Öğretmenlerin örgütsel bağlılıklarının, örgütsel vatandaşlık davranışları üzerindeki etkisi: Nevşehir ili örneği. *Öneri Dergisi*, 9(34), 137-153.
- Karaman, K., Yücel, C. & Dönder, H. (2008). Öğretmen görüşlerine göre, okullardaki bürokrasi ile örgütsel vatandaşlık arasındaki ilişki. *Kuram ve Uygulamada Eğitim Yönetimi*, 53(53), 49-74.
- Kocaman, S., Durna, U. & İnal, M. E. (2013). Konaklama işletmelerinde içsel pazarlama uygulamalarının örgütsel bağlılığa etkisi: Alanya örneği. *Uluslararası Alanya İşletme Fakültesi Dergisi*, 5(1), 21-29.
- Mülayim, A. (2013). *İçsel pazarlamanın örgütsel vatandaşlık davranışına etkileri üzerine Altın Çini & Seramik AŞ'de bir araştırma*. Yüksek Lisans Tezi, Dumlupınar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Kütahya.
- Öngel, V. & Şenol, Ş. (2019). İçsel pazarlama uygulamalarının çalışanların iş tatmini üzerine etkisi ve örgütsel adaletin aracılık rolü. *Akademik Hassasiyetler*, 6(12), 445-475.
- Organ, D. W. (1990). The motivational basis of organizational citizenship behavior. *Research in organizational behavior*, 12(1), 43-72.
- Organ, D. W. (1997). Organizational citizenship behavior: It's construct clean-up time. *Human performance*, 10(2), 85-97. https://doi.org/10.1207/s15327043hup1002_2
- Özçifçi, V. (2018). İçsel pazarlama uygulamalarının iş tatminine etkisi: Hastane çalışanlarına yönelik bir uygulama. *Ekonomik ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 14, 147-162.
- Podsakoff, P. M. & MacKenzie, S. B. (1997). Impact of organizational citizenship behavior on organizational performance: A review and suggestion for future research. *Human performance*, 10(2), 133-151. https://doi.org/10.1207/s15327043hup1002_5
- Podsakoff, P. M., MacKenzie, S. B., Paine, J. B. & Bachrach, D. G. (2000). Organizational citizenship behaviors: A critical review of the theoretical and empirical literature and suggestions for future research. *Journal of management*, 26(3), 513-563. [https://doi.org/10.1016/S0149-2063\(00\)00047-7](https://doi.org/10.1016/S0149-2063(00)00047-7)
- Seyed Javadin, S., Rayej, H., Yazdani, H., Estiri, M. & Aghamiri, S. A. (2012). How organizational citizenship behavior mediates between internal marketing and service quality. *International Journal of Quality & Reliability Management*, 29(5), 512-530. <https://doi.org/10.1108/02656711211230508>
- Sezgin, F. (2005). Örgütsel vatandaşlık davranışları: Kavramsal bir çözümleme ve okul açısından bazı çıkarımlar. *Gazi Üniversitesi Gazi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 25(1), 317-339.
- Taşkın, E. & Yeni, Z. (2016). İçsel pazarlama faaliyetlerinin örgütsel bağlılık üzerindeki etkisini belirlemeye yönelik bir araştırma. *Kastamonu University Journal of Economics & Administrative Sciences Faculty*, 11(1), 62-86.
- Toksarı, M. (2012). İçsel pazarlama bağlamında, iç müşterinin çalıştığı iş yerinden tatmin olma düzeyi ile demografik özellikleri arasındaki farklılıkların tespitine yönelik ampirik bir çalışma. *Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 1(32), 155-183.
- Tuncay, A. H. (2018). İçsel pazarlamanın örgütsel bağlılığa etkisi. *Suleyman Demirel University Journal of Faculty of Economics & Administrative Sciences*, 23(4), 1287-1303.

- Duyan, M. (2021). The effect of internal marketing implementations on the organizational citizenship behaviors of youth and sports directorate employees. *Journal of Sport Sciences Researches*, 6(1), 76-87.
- Varıklı, N. (2020). Örgütsel vatandaşlık faktörlerinden nezaket davranışının, çalışanların hizmet kalitesine etkilerinin analizi. *İşletme Araştırmaları Dergisi*, 12(3), 3089-3109.
- Yeniçeri, T., Kurt, P. & Akgül, V. (2020). İçsel pazarlama uygulamalarının örgütsel bağlılığa etkisinde iş tatmininin aracı rolü: Bankacılık sektöründe bir araştırma. *Business & Management Studies: An International Journal*, 8(1), 476-501. <https://doi.org/10.15295/bmij.v8i1.1357>
- Yıldız, S. M. (2011). İçsel pazarlama, iş tatmini ve örgütsel bağlılık ilişkisi: Spor okullarında görev yapan antrenörler üzerine bir inceleme. *Selçuk Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilim Dergisi*, 13(2), 216-225.
- Yıldız, S. M. (2016b). The effect of internal marketing on organizational citizenship behavior of academic staff in higher educational institutions. *Universal Journal of Educational Research*, 4(5), 1122-1128. DOI: 10.13189/ujer.2016.040523
- Yıldız, S. M. (2020). İçsel pazarlamanın çalışanların örgütsel bağlılığına etkisi: Spor hizmeti sunan kamu kurumlarında bir alan çalışması. *Sosyal ve Beşeri Bilimler Araştırmaları Dergisi*, 21(46), 57-69.
- Yıldız, S.M. (2016a). İşyerinde mobbing davranışlarının spor ve fiziksel etkinlik işletmeleri çalışanlarının örgütsel vatandaşlık davranışına etkisi. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 18(1), 165-180.
- Yıldız, S.M. & Kara, A. (2017). A Unidimensional instrument for measuring internal marketing concept in the higher education sector: IM-11 scale. *Quality Assurance in Education*, 25(3), 343-361. <https://doi.org/10.1108/QAE-02-2016-0009>
- Yıldız, S.M. (2014). The role of internal marketing on job satisfaction and turnover intention: An empirical investigation of sport and physical activity organizations. *Ege Academic Review: Business Administration, International Relations and Political Science*, 14(1), 137-146.
- Yüce, A. & Kavak, O. (2017). The influence of internal marketing activities on organizational commitment and turnover intention: A research. In D.K. Dimitrov, D.Nikoloski, R.Yılmaz (Eds.), *IV. International Balkan and Near Eastern Social Sciences Congress Series* (pp 315-332). Russe, Bulgaria: University of Agribusiness and Rural Development.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International license**.

Hemşirelerin Fiziksel Aktivite Düzeyleri ile Yaşam Kalitesi ve Tükenmişlik Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

Yasemen AYDIN¹ , Yetkin Utku KAMUK^{1†} 

¹Hitit Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Çorum.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 24.03.2021

Kabul Tarihi: 26.04.2021

DOI: 10.25307/jssr.902511

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Bu çalışmanın amacı, hemşirelerin fiziksel aktivite düzeyleri ile yaşam kalitesi ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesidir. Çalışmaya, Hitit Üniversitesi Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde görev yapan 212 hemşire katılmış ve katılımcıların tamamına Fiziksel Aktivite Ölçeği, SF-36 Yaşam Kalitesi Ölçeği ve Maslach Tükenmişlik Envanteri uygulanmıştır. Shapiro-Wilk testi sonuçlarına göre, verilerin normal dağılıma uygun olmadığı görüldüğünden ($p<0,05$), ikili gruplar karşılaştırmaları için Mann-Whitney U , çoklu grup karşılaştırmaları için Kruskal-Wallis H testleri kullanılmıştır. Değişkenler arasındaki ilişkiler ise Spearman sıra sayılar korelasyon katsayısı kullanılarak incelenmiştir. Anlamlılık düzeyi tüm testlerde $p<0,05$ olarak belirlenmiştir. İstatistiksel analizler sonucunda, erkek ve kadın hemşireler arasında yaşam kalitesinin alt boyutları olan fiziksel fonksiyon, emosyonel rol güçlüğü, enerji/canlılık/vitalite, sosyal işlevsellik, ağrı, genel sağlık algısı ve ruhsal sağlık alt boyutlarında erkekler lehine istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu bulunmuştur. Tükenmişlik düzeyine ait alt boyutlardan kişisel başarı eksikliği puanlarına göre, kıdem süresi düşük olanların ve evlilerin kendilerini başarısız gördüklerini ortaya koymuştur. Obezite düzeyinin, fiziksel fonksiyon ve emosyonel rol güçlüğü alt boyutlarında bozucu etkiye sahip olduğu ortaya konmuştur. Görev yerine göre değerlendirildiğinde, yatan hasta servislerinde çalışanlar en düşük SF-36 puanlarına sahiptirler. Hemşirelerin fiziksel aktivite düzeyleri ile yalnızca yaşam kalitesi alt boyutu olan fiziksel fonksiyon alt boyutu arasında düşük düzeyde pozitif korelasyon olduğu, yaşam kalitesine ait diğer alt boyutlar ile fiziksel aktivite arasında anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı görülmüştür. Ayrıca fiziksel aktivite ile tükenmişlik düzeyleri arasında herhangi bir ilişki saptanmamıştır. Sonuç olarak, hemşirelerin yaşam kalitesi düzeylerinin düşük olduğu, tükenmişlik düzeylerinin yüksek ve fiziksel aktivite düzeylerinin yetersiz olduğu bulunmuştur.

Anahtar kelimeler: Uygunluk, İnaktivite, Egzersiz, Sağlık.

Examining the Relationship Between Physical Activity, Quality of Life and Burnout Levels in Nurses

Abstract

The study was aimed to examine the relationship between physical activity, quality of life and burnout levels in nurses. Physical Activity, and SF-36 Quality of Life Questionnaires and Maslach Burnout Inventory were applied to 212 nurses working at Hitit University Erol Olçok Training and Research Hospital. Since Shapiro-Wilk test results revealed that the data were not normally distributed ($p<0.05$), Mann-Whitney U was used to compare two groups and Kruskal-Wallis H was used to compare multiple groups. Correlations were analyzed using Spearman's ρ . The statistical significance level was determined as $p<0.05$. SPSS 22.0 (IBM Corp., USA) was utilized for the statistical analysis. Statistical analysis revealed that there were statistically significant differences in the physical functioning, role limitations due to emotional problems, energy/vitality, social functioning, pain, general health and emotional well-being sub-dimensions of SF-36 in favor of men. Personal accomplishment, a sub-dimension of Maslach Burnout Inventory, scores revealed that those with low seniority and single ones found themselves to be unsuccessful. It has been shown that the increase in obesity level had a detrimental effect in sub-dimensions of physical functioning and role limitations due to emotional problems. It was found that nurses working in inpatient wards had the lowest SF-36 scores. It was also found that there was a positive but weak correlation only between the physical activity level and physical functioning sub-dimension of quality of life. There was no correlations between physical activity level and burnout levels in nurses. It was concluded that the nurses' quality of life levels were low, their burnout levels were high and their physical activity levels were not at the desired level.

Keywords: Fitness, Inactivity, Exercise, Health.

* Bu çalışma Yasemen AYDIN'ın "Hemşirelerin Fiziksel Aktivite Düzeylerinin Yaşam Kalitesi ve Tükenmişlik Düzeylerine Etkisi" başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

† Sorumlu yazar: Dr. Öğr. Üyesi Yetkin Utku KAMUK, E-posta: yetkinkamuk@hitit.edu.tr

GİRİŞ

Hemşirelerin sağlık hizmetleri sektörü içerisinde kilit rolü gün geçtikçe artmakta, içerisinde bulunduğumuz ve tüm dünyayı etkisi altına alan COVID-19 pandemi süreci içerisinde hemşirelerin rolü ve önemi çok daha iyi anlaşılmaktadır (Al-Thobaity ve Alshammari, 2020). Tıbbi hizmetlerin sorunsuz ve aksaksız şekilde yürütülebilmesi için, sistem içerisinde yer alan hemşirelerin fiziksel performans, yaşam kalitesi ve emosyonel durum açısından iyi durumda olmaları gerekmektedir.

Dünyada sedanter yaşam eğilimi hızla artmakta ve fiziksel aktiviteden uzaklaşmanın etkileri her geçen gün daha fazla hissedilmektedir. Önceleri, neredeyse tüm işler fiziksel güç harcanarak gerçekleştirilmekte iken, teknoloji ve makineleşmenin gelişmesi ile birlikte fiziksel performans duyulan ihtiyaç azalmış ve buna bağlı olarak dünya genelinde günlük oturarak geçirilen süre 2,5-7,2 saat (ortalama 4,5 saat) düzeyine yükselmiştir (McLaughlin vd., 2020). Fiziksel aktivitenin azalması birey sağlığını olumsuz etkilemektedir. Fiziksel aktivitenin bireylerin sağlığına ve yaşam kalitesine olumlu etkilerini daha önce gösterilmiştir (Abu-Omar, Rütten ve Robine, 2004; Alves vd., 2016).

Yaşam kalitesi, kişilerin kendilerini iyi hissetmeleri, hayattan memnun olmaları ve genel olarak hayatı “yaşamaya değer” bulmaları durumunu ifade eden bir kavramdır (Goodinson ve Singleton, 1989). Yaşam kalitesi, özünde, bireylerin maddesel bolluktan daha fazlasına gereksinim duyduklarını vurgulayan bir kavramdır. Yaşam kalitesinin düzeyine bağlı olarak, bireylerin duygusal durumları da etkilenmektedir. Yaşam kalitesi ile tükenmişlik düzeyi arasında güçlü bir negatif korelasyon olduğu daha önce gösterilmiştir (Durmuş, Gerçek ve Çiftçi, 2018). Yaşam kalitesinin düşük olması, bireylerin tükenmişlik düzeylerinin yükselmesine neden olmaktadır. Tükenmişlik; emosyonel yorgunluğu, bireyin hayattan zevk alamamasını, negatif duyguların hissedilmesini ifade eder ve bireyin duyarsızlaşmasını içeren ve sürekli olarak insanlarla iletişim halinde olunmasının zorunlu olduğu hemşire, psikolog, doktor ve öğretmen gibi meslek gruplarında görev yapan bireylerde sıklıkla görülmektedir (Maslach ve Jackson, 1981).

Sağlık çalışanları ağır iş yüküne sahip zorlu bir ortamda görev yapmakta, fiziksel ve psikososyal açıdan yüksek çalışma stresine maruz kalmaktadır (Oliver, Sanso, Galiana, Tomas ve Benito, 2017; Ramirez-Baena vd., 2019). Hasta ihtiyaçlarının karşılanması, uzun vardiya süreleri, personel yetersizliği, ön yargılar, örgütsel desteğin eksik olması gibi faktörler hemşirelik mesleğindeki stresi daha da artırmaktadır. Bu durumda hasta bakımının iyi bir şekilde sağlanmaya çalışılması; fizyolojik, emosyonel ve psikolojik açıdan oldukça fazla enerji harcamayı gerektirmekte ve bu da tükenmişlik sendromunun ortaya çıkmasını kolaylaştırmaktadır. Sağlık personeli içerisinde özellikle hemşireler, hastaların ağrularına ve acılarına şahit olmaktadır ve bu şartlar altında hizmet vermek hemşireler açısından fizyolojik, duygusal ve ruhsal olarak yıpratıcıdır (Fernandez vd., 2019). Hemşirelerin aşırı iş yükü, vardiyalı çalışması, iş ortamı ile ilgili sorunlar, yetersiz personel sorunları ve yönetim ile ilgili sorunlar hemşirelikte önemli stres faktörleri arasında yer almaktadır (Oshodi vd., 2019). Hemşirelerin tükenmişlik sendromuna yakalanma riskinin yüksek olduğu, daha önce yapılan çalışmalarda bildirilmiştir (Maslach ve Jackson, 1981).

Fiziksel aktivite düzeyi ile tükenmişlik sendromu arasında negatif yönlü bir ilişki bulunmaktadır. Düzenli olarak yapılan fiziksel aktivitenin bireylerin psikolojik durumlarının iyileşmesine katkı sağladığı, vücut üzerindeki stresin azaltılmasına yardımcı olduğu, öz yeterlik duygusunu desteklediği ve mesleki faaliyetler esnasında ortaya çıkması muhtemel sorunların üstesinden gelme hususunda bireylerin kendilerini daha güçlü hissetmelerine yardımcı olduğu bilinmektedir (Feuerhahn, Sonnentag ve Woll, 2014; Joseph, Royse, Benitez ve Pekmezi, 2014).

Hemşirelik hizmetlerinin kaliteli ve kesintisiz şekilde devam ettirilebilmesi, hemşirelerin yaşam kaliteleri ve esenlik durumları ile yakından ilişkilidir. Hemşirelerin yaşam kalitelerinin artırılması ve tükenmişlik düzeylerinin azaltılması, örgütsel istikrarın sağlanması ve personel kaybının indirgenmesi sağlık sektörü yöneticileri için kritik bir konudur (Wang, Wang, Liu ve Wang, 2020). Hemşirelerin yaşam kalitelerinin artırılması ve tükenmişlik sendromunun ortaya çıkmaması açısından gerekli önlemlerin alınmaması halinde, hemşirelik iş gücü etkisini kaybedebilir ve hastalar olumsuz etkilenebilir. Yukarıda verilen literatür bilgileri doğrultusunda, sağlık sistemi içerisinde hayati bir role sahip olan hemşirelerin fiziksel aktivite, yaşam kalitesi ve tükenmişlik düzeylerinin optimal düzeyde tutulması gerektiği anlaşılmaktadır. Bu çalışmanın amacı, Hitit Üniversitesi Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde görev yapan hemşirelerin fiziksel aktivite, yaşam kalitesi ve tükenmişlik düzeylerinin belirlenmesi ve bu kavramların birbiri ile olan ilişkilerinin incelenmesidir. Yapılan çalışma, daha önce bu konuda yapılmış olan çalışmaların literatürde bulunmasına karşın, fiziksel aktivite düzeylerinin hemşirelerin hem yaşam kalitesi hem de tükenmişlik düzeyleri ile ilişkisinin aynı çalışma içerisinde inceleniyor olması açısından önem taşımaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışmada, betimsel araştırma modeli kullanılmıştır. Betimsel araştırma modeli, mevcut durumun diğer koşullarla ilişkilerinin dikkate alınarak, durumlar arasındaki etkileşimin ortaya konulmaya çalışıldığı araştırma modelidir (Kaptan, 1995).

Evren-Örneklem

Hitit Üniversitesi Erol Olçok Eğitim ve Araştırma Hastanesi'nde hemşire olarak görev yapan 465 birey, bu araştırmanın evrenini oluşturmaktadır. Örneklem büyüklüğünün belirlenebilmesi için, evren büyüklüğünün bilindiği durumlarda, örneklem büyüklüğünün hesaplanması amacıyla geliştirilmiş olan formül kullanılmıştır (Yazıcıoğlu ve Erdoğan, 2011). Bu formüle göre, %95 güven düzeyinde ve %5 ölçme hatası ihtimali ile, 211 katılımcının evreni temsil etme yeteneğine sahip olacağı hesaplanmıştır. Araştırmaya, çalışmaya katılıma gönüllü olur veren 212 hemşire gönüllü olarak iştirak etmiştir. Gönüllü Olur Formu'nu imzalamayanlar, araştırmaya dahil edilmemiştir. Araştırmaya 65 erkek (yaş: 32,6±7,45 yıl; BKİ: 25,06±3,38 kg/m²) ve 147 kadın (yaş: 33,9±8,14 yıl; BKİ:23,71±3,59 kg/m²) hemşire katılmıştır.

Araştırma Yayın Etiği

Araştırmanın yapılabilmesi için gerekli etik kurul izni Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu'ndan (2019-233), kurum izni ise Çorum İl Sağlık Müdürlüğü'nden yazılı olarak alınmıştır.

Verilerin Toplanması

Katılımcıların kişisel bilgileri, araştırmacılar tarafından tasarlanan Kişisel Bilgi Formu kullanılarak elde edilmiştir. Bu formda, antropometrik özellikler (vücut ağırlığı, boy uzunluğu), demografik (cinsiyet, yaş, medeni hal) ve profesyonel (mesai düzeni, görev yeri, kıdem yılı) bilgilere ilişkin sorular bulunmaktadır.

Fiziksel Aktivite Düzeyinin Belirlenmesi

Fiziksel aktivite düzeyinin belirlenmesi için Uluslararası Fiziksel Aktivite Ölçeği kullanılmıştır. International Physical Activity Questionnaire çalışma grubu tarafından 1998 yılında geliştirilmiş olan Uluslararası Fiziksel Aktivite Ölçeği (IPAQ), Türkçe'ye uyarlanmış ve geçerlik-güvenirlilik çalışması yapılmıştır (Öztürk, 2005). Test-tekrar test güvenirliliğinin sınıanabilmesi için gerçekleştirilen faktör analizi sonucunda, maddelerin dört faktörde toplandığı, faktör yüklerinin tüm ağırlıklarının pozitif yönlü korelasyona sahip oldukları bildirilmiştir. IPAQ, tekrar edilebilir ($r=0,69$) ve karşılaştırılabilir ($r=0,66$) veri sağlamaktadır. Kriter geçerliliği ise $r=0,30$ olarak bulunmuştur. IPAQ, bireylerin son bir hafta içerisinde yaptığı fiziksel aktivitelerin değerlendirilmesi sayesinde fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmeye çalışıldığı bir ölçektir. Beyan edilen aktiviteler MET-dk/hafta birimine dönüştürülmektedir. Asgari üç gün 20 dk. yoğun aktivite veya en az 5 gün, 30 dk/gün orta şiddette fiziksel aktivite/yürüyüş ya da toplamda 600 MET-dk/hafta düzeyinde enerji harcayacak şekilde aktivite yapan bireyler "aktif" olarak sınıflandırılmaktadır. En az üç gün şiddetli fiziksel aktivite ya da her gün şiddetli fiziksel aktivite/yürüyüş ya da toplamda 1500 MET-dk/hafta enerji harcama düzeyindeki bireyler "çok aktif" kategorisine ayrılmaktadır. Bu kriterlerin dışındaki bireyler ise "inaktif" olarak değerlendirilmektedir. Haftalık toplam dakika ve gün sayısı ile, yürüyüş için 3,3; orta dereceli fiziksel aktivite 4,0 ve şiddetli fiziksel aktivite için 8,0 MET değeri çarpılarak elde edilen sayılar toplanmakta ve bu değer kullanılarak fiziksel aktivitenin seviyesi hesaplanmaktadır (Abu-Omar, Rütten ve Robine, 2004).

Yaşam Kalitesi Düzeyinin Ölçümü

Katılımcıların yaşam kalitesi düzeylerinin ölçülmesi amacıyla, Research and Development inisiyatifi tarafından üretilen Yaşam Kalitesi Ölçeği Kısa Formu (Quality of Life Short Form; SF-36) kullanılmıştır. Form Türkçeye uyarlanmış, geçerlik ve güvenirlilik çalışması yapılmıştır (Koçyiğit, Aydemir, Fişek, Ölmez ve Memiş, 1999). Güvenirlilik çalışmalarında alt ölçeklerin her birinin Cronbach alfa katsayısı hesaplanmış ve bu değerler 0,73-0,76 arasında bulunmuştur. Madde-toplam puan korelasyonlarının hesaplanması sonucunda ise 0,47-0,89 arasındaki değerler elde edilmiştir. SF-36; fiziksel fonksiyon, fiziksel rol güçlüğü, emosyonel rol güçlüğü, enerji/canlılık/vitalite, ruhsal sağlık, sosyal işlevsellik, ağrı ve genel sağlık algısı olmak üzere sekiz alt boyuttan oluşmaktadır. Her alt boyut 0-100 arasında puanlanmakta ve yüksek puanlar yaşam kalitesinin iyi olduğunu ifade etmektedir (Ware ve Sherbourne, 1992).

Tükenmişlik Düzeylerinin Ölçümü

Katılımcıların tükenmişlik seviyelerinin belirlenmesi amacıyla, Maslach ve Jackson (1981) tarafından geliştirilen ve Türkçe geçerlik-güvenirlilik çalışması yapılan Maslach Tükenmişlik Ölçeği (MTÖ) (Ergin, 1992) kullanılmıştır. Ölçeğin yapı geçerliğini sınamak amacıyla yapılan faktör analizi sonuçları, Türkçe versiyon ile orijinal ölçeğin benzer olduğunu göstermiştir. Ölçeğin güvenirlik Cronbach alfa iç tutarlık katsayısı 0,93 olarak hesaplanmıştır. MTÖ içerisinde 22 soru yer almakta ve her soru 0-4 arasında puanlanmaktadır. Ölçeğin; kişisel başarı eksikliği, duyarsızlaşma ve duygusal tükenme olmak üzere üç alt boyutu bulunmaktadır. Duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında puanların yüksek olması tükenmişlik düzeyinin yüksek olduğunu ifade ederken, kişisel başarı eksikliği boyutunda yüksek puanlar, tükenmişlik düzeyinin düşük olduğunu ifade etmektedir.

Verilerin Analizi

Verilerin normal dağılıma uygun olup olmadıkları Shapiro-Wilk testi kullanılarak test edilmiş, verilerin normal dağılıma uygun olmadığı görüldüğünden ($p<0,05$), parametrik olmayan testler kullanılarak gruplararası karşılaştırmalar yapılmıştır. İkili grup karşılaştırmaları için Mann-Whitney *U* (*MWU*) testi, çoklu grup karşılaştırmaları için ise Kruskal-Wallis *H* (*KWH*) testi kullanılmıştır. Ölçekler arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi amacıyla Spearman sıra sayılar korelasyon katsayısı kullanılmıştır. Tüm istatistiksel analizlerde anlamlılık düzeyi $p<0,05$ olarak belirlenmiştir. Çoklu grup karşılaştırmaları için, gruplar arasında anlamlı bir fark olduğunun belirlenmesi durumunda, yapılacak olan ikili karşılaştırmaların anlamlılık düzeyinin yeniden belirlenmesi amacıyla Bonferonni düzeltmesi kullanılmış ve önceden belirlenmiş olan anlamlılık düzeyi, ikili karşılaştırma sayısına bölünmüştür. İstatistiksel incelemelerin yapılabilmesi için SPSS 22.0 (IBM Corp., USA) istatistik analiz yazılımı kullanılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Yaşam kalitesi ölçeğinden elde edilen puanların dağılımı (*Ort.±SS*)

Kategoriler	Fiziksel fonksiyon	Fiziksel rol güçlüğü	Emosyonel rol güçlüğü	Enerji/canlılık/vitalite	Ruhsal sağlık	Sosyal işlevsellik	Ağrı	Genel sağlık algısı
Erkek	92,7±16,80	60,0±39,97	66,7±39,97	50,6±19,35	56,9±15,86	59,1±20,76	70,0±19,00	61,1±17,62
Kadın	78,7±23,76	51,5±41,20	52,6±43,08	45,9±17,87	54,2±16,27	49,5±21,68	58,6±26,36	51,3±19,35
Normal	87,4±19,23	58,9±39,48	59,4±42,19	49,0±18,10	55,7±15,80	53,9±21,77	64,7±24,09	56,1±18,75
Kilolu	75,9±26,04	46,4±43,03	57,1±42,10	44,5±18,68	54,1±17,94	50,2±22,69	58,5±26,88	51,6±19,32
Obez	69,1±29,48	38,6±39,31	24,2±39,69	42,3±19,92	52,4±8,48	46,6±15,98	50,0±16,62	46,8±24,52
Evli	80,3±24,44	56,8±40,63	57,0±42,08	47,3±18,15	56,7±14,78	53,0±21,13	61,0±24,97	52,1±18,84
Bekar	87,1±19,38	50,0±41,25	56,7±43,54	47,3±18,94	52,5±17,84	51,6±22,92	63,8±24,75	57,6±19,70
İsteyerek seçen	83,1±23,04	55,3±41,24	58,7±43,48	49,3±17,69	57,3±15,14	54,9±22,26	62,1±26,86	55,8±19,15
Diğer	82,9±22,53	52,6±40,68	54,7±41,52	44,8±19,09	52,2±16,98	49,4±20,99	62,1±22,29	52,4±19,49
Kıdem 0-9 yıl	88,3±17,81	56,2±40,71	59,3±42,64	48,8±17,86	56,1±15,61	54,2±21,42	65,4±24,02	57,7±19,00
Kıdem +10 yıl	77,3±25,94	51,9±41,23	54,4±42,53	45,8±18,97	53,9±16,72	50,5±22,18	58,6±25,38	50,7±19,13
Acil servis	96,20±6,11	67,5±41,08	60,0±44,12	52,3±15,69	59,6±12,97	58,8±18,72	70,8±19,14	59,2±16,19
Ameliyathane	84,5±26,72	61,4±42,07	62,1±42,79	46,1±16,25	53,5±16,12	56,1±26,82	61,7±23,96	50,9±16,74
Yoğun bakım	85,4±21,72	65,9±40,99	70,7±38,15	52,1±16,62	58,6±15,58	57,6±26,47	67,8±28,39	56,2±18,23
Yatan hasta	78,1±23,67	41,6±38,77	48,5±42,57	43,8±20,39	51,7±17,04	47,3±19,33	56,8±24,78	52,2±20,98
Poliklinik	81,4±24,66	66,7±33,21	61,1±43,16	49,4±13,81	59,8±13,89	54,0±16,16	64,6±21,03	57,8±19,19

Araştırmaya 65 erkek ve 147 kadın (toplam 212) hemşire gönüllü olarak katılmıştır. Erkeklerin yaş ortalamasının (32,6±7,45 yıl) kadınlara göre (33,9±8,14 yıl) daha düşük, beden kütle indeksi (BKİ) değerlerinin (25,06±3,38 kg/m²) ise kadınlardan (23,71±3,59 kg/m²) daha yüksek ve Dünya Sağlık Örgütü tarafından bildirilen normal sınırın (18,5-25,0 kg/m²) biraz üzerinde olduğu bulunmuştur. Kadınların ortalama BKİ değerleri ise normal sınırlar içerisindeydi. Hemşirelerin SF-36 alt boyutlarından elde ettikleri puanlar Tablo 1’de verilmektedir. Tüm alt boyutlarda erkeklerin kadınlardan daha yüksek puana sahip oldukları görülmektedir. Obezite kategorisi yükseldikçe tüm puanların azaldığı bulunmuştur. Kıdem yılı yüksek olanların SF-36 puanları daha düşük, ancak mesleği isteyerek seçmiş olanların ortalama puanları daha yüksektir.

Tablo 2. Fiziksel aktivite ölçeği ve MTÖ’nden elde edilen verilere ait istatistikler

Kategori	Fiziksel Aktivite Düzeyi			Maslach Tükenmişlik Ölçeği Puanları			
	İnaktif n (%)	Minimal aktif n (%)	Çok aktif n (%)	Duygusal tükenme	Duyarsızlaşma	Kişisel başarı eksikliği	
Cinsiyet	Genel	112 (52,8)	53 (25,0)	47 (22,2)	18,9±8,07	6,3±4,68	11,6±7,41
	Erkek	30 (46,2)	17 (26,2)	18 (27,7)	17,6±8,36	6,9±4,69	12,8±7,88
	Kadın	82 (55,8)	36 (24,5)	29 (19,7)	19,4±7,91	6,1±4,67	11,1±7,16
BKİ Kategorisi	Normal	70 (50,7)	37 (26,8)	31 (22,5)	18,6±8,05	6,7±4,69	12,7±7,45
	Kilolu	34 (54,0)	14 (22,2)	15 (23,8)	19,0±8,36	5,6±4,69	9,5±7,07
	Obez	8 (72,7)	2 (18,2)	1 (9,1)	21,4±6,74	5,6±4,23	9,5±6,17
Medeni durumu	Evli	65 (50,8)	38 (29,7)	25 (19,5)	19,1±7,50	5,9±4,19	10,6±7,16
	Bekar	47 (56,0)	15 (17,9)	22 (26,2)	18,6±8,91	7,0±5,30	13,2±7,56
Meslek seçimi	İsteyerek	54 (46,2)	33 (28,2)	30 (25,6)	17,7±7,92	5,9±4,57	11,2±7,65
	Diğer	58 (61,1)	20 (21,1)	17 (17,9)	20,3±8,06	6,9±4,78	12,1±7,12
Mesleki tecrübe	0-9 yıl	51 (46,8)	29 (26,6)	29 (26,6)	18,2±8,71	6,7±4,80	13,5±7,75
	+10 yıl	61 (59,2)	24 (23,3)	18 (17,5)	19,6±7,32	6,0±4,55	9,6±6,51
Görev yeri	Acil servis	15 (50,0)	9 (30,0)	6 (20,0)	17,0±6,73	7,3±3,81	13,0±6,67
	Ameliyathane	10 (45,5)	5 (22,7)	7 (31,8)	18,3±6,25	4,2±3,33	12,5±5,91
	Yoğun bakım	20 (48,8)	15 (36,6)	6 (14,6)	13,4±9,01	4,0±4,25	14,9±10,49
	Yatan hasta	56 (55,4)	20 (19,8)	25 (24,8)	22,0±7,41	7,4±4,98	10,2±6,07
	Poliklinik	11 (61,1)	4 (22,2,0)	3 (16,7)	17,9±5,74	6,4±4,09	8,8±6,05

Cinsiyet, medeni durum, mesleki kıdem süresi ve mesleği isteyerek seçme durumu kategorilerine göre SF-36 ve MTÖ’nden alınan puanlar arasında fark olup olmadığı *MWU* testi kullanılarak analiz edilmiş ve ölçek alt boyutlarına göre, gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı fark bulunmuş olan karşılaştırmalar Tablo 3’te sunulmuştur. Elde edilen bulgulara göre, SF-36 ölçeğinin fiziksel fonksiyon alt boyutunda, erkek-kadın, evli-bekar ve kıdem yılı 1-9 yıl olanlar ile 10 yıl ve üzeri olanların puanları arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür. Fiziksel fonksiyon puanlarında erkeklerin kadınlardan ($p<0,01$), bekarların evlilerden ($p=0,02$) ve kıdem yılı az olanların, kıdem yılı fazla olanlardan ($p<0,01$) daha yüksek fiziksel fonksiyon puanlarına sahip oldukları görülmüştür. Emosyonel rol güçlüğü, enerji/canlılık/vitalite, sosyal işlevsellik, ağrı ve genel sağlık algısı alt boyutlarında, erkeklerin puanları kadınların puanlarından daha yüksektir ($p<0,05$). Sosyal işlevsellik ve ruhsal sağlık alt boyutlarında, mesleği isteyerek seçenlerin, diğerlerine (mesleği isteyerek seçmiş olmayanlar ve kararsızlar) kıyasla daha yüksek puanlara sahip olduğu bulunmuştur ($p<0,05$). MTÖ puanlarına bakıldığında, duygusal tükenme alt boyutunda mesleği isteyerek seçenlerin puanlarının daha düşük ($p<0,05$) olduğu, kişisel başarı eksikliği alt boyutunda ise kıdem süresi düşük olanlar ile bekar olanların puanlarının daha yüksek olduğu görülmektedir ($p<0,05$).

Tablo 3. Ölçeklerden elde edilen puanların *MWU* testi ile değerlendirilmesi

Ölçek (Boyut)	Grup	n	Ort±SS	Sıra ort.	Sıralar top.	MWU	Z	p*
SF-36 (Fiziksel fonksiyon)	Erkek	65	92,7±16,80	137,56	8941,5	2758,5	-5,08	0,00
	Kadın	147	78,7±23,76	92,77	13636,5			
	Evli	128	80,3±24,44	99,11	12685,5	4429,5	-2,24	0,02
	Bekar	84	87,1±19,38	117,77	9892,5			
	1-9 yıl	109	88,3±17,81	119,59	13035,0	4187,0	-3,31	0,00
10 yıl ve üzeri	103	77,3±25,94	92,65	9543,0				
SF-36 (Emosyonel rol güçlüğü)	Erkek	65	66,7±39,97	119,69	7780,0	3920,0	-2,20	0,03
	Kadın	147	52,6±43,08	100,67	14798,0			
SF-36 Enerji/canlılık/vitalite	Erkek	65	50,6±19,35	119,05	7738,0	3962,0	-1,99	0,047
	Kadın	147	45,9±17,87	100,95	14840,0			
SF-36 (Sosyal işlevsellik)	Erkek	65	59,1±20,76	125,42	8152,5	3547,5	-3,00	0,00
	Kadın	147	49,5±21,68	98,13	14425,5			
	İsteyerek seçen	117	54,9±22,26	114,21	13362,0	4656,0	-2,04	0,04
	Diğer	95	49,4±20,99	97,01	9216,0			
SF-36 (Ağrı)	Erkek	65	70,0±19,00	125,75	8173,5	3526,5	-3,05	0,00
	Kadın	147	58,6±26,36	97,99	14404,5			
SF-36 (Genel sağlık algısı)	Erkek	65	61,1±17,62	126,36	8213,5	3486,5	-3,15	0,00
	Kadın	147	51,3±19,35	97,72	14364,5			
	1-9 yıl	109	57,7±19,00	118,08	12871,0	4351,0	-2,84	0,00
10 yıl ve üzeri	103	50,7±19,13	94,24	9707,0				
SF-36 (Ruhsal sağlık)	İsteyerek seçen	117	57,3±15,14	115,32	13492,5	4525,5	-2,33	0,02
	Diğer	95	52,2±16,98	95,64	9085,5			
Maslach Tükenmişlik (Duygusal tükenme)	İsteyerek seçen	117	17,7±7,92	98,02	11468,0	4565,0	-2,24	0,03
	Diğer	95	20,3±8,06	116,95	11110,0			
Maslach Tükenmişlik (Kişisel başarı eksikliği)	1-9 yıl	109	13,5±7,75	122,50	13352,0	3870,0	-3,91	0,00
	10 yıl ve üzeri	103	9,6±6,51	89,57	9226,0			
	Evli	128	10,6±7,16	97,07	12424,5	4168,5	-2,77	0,01
Bekar	84	13,2±7,56	120,88	10153,5				

* $p<0,05$

Katılımcıların ölçeklerden elde ettikleri puanların BKİ düzeyi ve görev yapılan birim değişkenlerinden etkilenme durumu, *KWH* testi ile analiz edilmiştir. Elde edilen bulgulara göre, SF-36 alt boyutlarından fiziksel fonksiyon, fiziksel rol güçlüğü, emosyonel rol güçlüğü ve ağrı alt boyutlarında gruplar arasında fark olduğu ($p<0,05$), MTÖ alt boyutlarının tamamında, görev yapılan birim değişkenine göre fark olduğu ($p<0,05$) saptanmıştır. Ortaya çıkan farkların hangi gruplar arasında olduğunun incelenmesi için *MWU* testi kullanılarak ikili karşılaştırmalar yapılmıştır. Çoklu gruplar arasında görülen farkların tespiti için yapılan ikili karşılaştırmalarda, anlamlılık düzeyinin yeniden belirlenmesi için Bonferroni düzeltmesi uygulanmıştır. Buna göre, BKİ düzeyi değişkeni için yeniden hesaplanan anlamlılık düzeyi $0,05/3=0,0167$ (BKİ düzeyi için 3 kategori olduğundan, toplam 3 adet ikili karşılaştırma yapılacaktır); görev yeri değişkeni için $0,05/10=0,005$ (görev yeri için 5 kategori olduğundan, toplam 10 adet ikili karşılaştırma yapılacaktır) olarak bulunmuştur.

Tablo 4. KWH testi sonuçlarına göre aralarında anlamlı fark bulunan grupların MWU testi

Ölçek (Boyut)	Grup	n	Ort±SS	Sıra ort.	Sıralar top.	MWU	Z	p
Fiziksel fonksiyon	Normal	138	87,4±19,23	108,27	14941,0	3344,0	-2,72	0,007*
	Kilolu	63	75,9±26,04	85,08	5360,0			
	Acil servis	30	96,20±6,11	91,20	2736,0	759,0	5910,0	0,000**
	Yatan hasta servisleri	101	78,1±23,67	58,51	5910,0			
	Acil servis	30	96,20±6,11	28,73	862,0	143,0	-2,88	0,004**
Fiziksel rol güçlüğü	Poliklinik	18	81,4±24,66	17,44	314,0			
	Acil servis	30	67,5±41,08	83,60	2508,0	987,0	6138,0	0,003**
	Yatan hasta servisleri	101	41,6±38,77	60,77	6138,0			
	Yoğun bakım ünitesi	41	65,9±40,99	88,32	3621,0	1381,0	6532,0	0,001**
Emosyonel rol güçlüğü	Yatan hasta servisleri	101	41,6±38,77	64,67	6532,0			
	Normal	138	59,4±42,19	77,37	10677,0	432,0	-2,52	0,012*
Ağrı	Obez	11	24,2±39,69	45,27	498,0			
	Acil servis	30	70,8±19,14	83,40	2502,0	993,0	-2,87	0,004**
Kişisel başarı eksikliği	Yatan hasta servisleri	101	56,8±24,78	60,83	6144,0			
	Normal	138	12,7±7,45	109,85	15159,0	3126,0	-3,20	0,001*
Duygusal tükenme	Kilolu	63	9,5±7,07	81,62	5142,0			
	Yoğun bakım ünitesi	41	13,4±9,01	45,09	1848,5	987,5	-4,88	0,000**
	Yatan hasta servisleri	101	22,0±7,41	82,22	8304,5			
	Acil servis	30	17,0±6,73	44,97	1349,0	884,0	-3,46	0,001**
Duyarsızlaşma	Yatan hasta servisleri	101	22,0±7,41	72,25	7297,0			
	Yoğun bakım ünitesi	41	4,0±4,25	51,38	2106,5	1245,5	-3,73	0,000**
	Yatan hasta servisleri	101	7,4±4,98	79,67	8046,5			
	Ameliyathane	22	4,2±3,33	42,27	930,0	677,0	-2,87	0,004**
	Yatan hasta servisleri	101	7,4±4,98	66,30	6696,0			
	Acil servis	30	7,3±3,81	45,10	1353,0	342,0	-3,21	0,001**
Duyarsızlaşma	Yoğun bakım ünitesi	41	4,0±4,25	29,34	1203,0			
	Acil servis	30	7,3±3,81	31,77	953,0	172,0	-2,94	0,003**
	Ameliyathane	22	4,2±3,33	19,32	425,0			

* $p < 0,0167$; ** $p < 0,005$ (Bonferroni düzeltmesi sonucunda hesaplanan anlamlılık düzeyleri)

Değişkenlere ait kategoriler, ikili gruplar halinde karşılaştırılmış ve gruplar arasında anlamlı fark bulunmuş olanlar Tablo 4'te verilmiştir. SF-36 fiziksel fonksiyon alt boyutunda, BKİ kategorisi normal olanların kilolu olanlara göre daha yüksek puanlara sahip olduğu ($p=0,007$), emosyonel rol güçlüğü alt boyutunda ise normal ve obez kategorileri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark bulunduğu ($p=0,012$) ve bu farkın normal BKİ kategorisindeki katılımcıların lehine olduğu bulunmuştur. Fiziksel fonksiyon, fiziksel rol güçlüğü ve ağrı puanlarına göre acil servis çalışanlarının puanlarının yatan hasta servislerinde çalışan hemşirelerin puanlarından daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p < 0,0167$). Ayrıca, fiziksel fonksiyon puanlarına göre, acil servis çalışanlarının puanları, yatan hasta servislerindeki hemşirelerin puanlarından daha yüksektir ($p=0,004$). Fiziksel rol güçlüğü puanlarında, yoğun bakım ünitesi çalışanlarının puanlarının yatan hasta servislerinde çalışanlardan daha yüksek olduğu da görülmüştür ($p=0,001$). MTÖ alt boyutlarına göre, kişisel başarı eksikliği puanlarında normal BKİ düzeyinde olan hemşirelerin puanlarının, kilolu kategorisinde yer alan hemşirelerin puanlarından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir ($p=0,001$). Duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında, yatan hasta servisinde çalışan hemşirelerin puanları, yoğun bakım ünitesinde çalışan hemşirelerin puanlarından daha yüksektir ($p < 0,005$). Ayrıca, yatan hasta servisindeki hemşirelerin duygusal tükenme puanları, acil serviste görev yapan hemşirelerin puanlarından daha yüksek olarak bulunmuştur ($p=0,001$). Duyarsızlaşma alt boyutunda, acil servis çalışanlarının hem yoğun bakım ünitesinde hem de ameliyathanede çalışan hemşirelerden daha yüksek puanlar elde ettikleri görülmektedir ($p < 0,0167$). Yatan

hasta servislerinde görev yapanların duyarsızlaşma puanları, ameliyathanede görev yapan hemşirelerin puanlarına göre daha yüksektir ($p=0,004$).

Tablo 5. Ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki ilişkilerin Spearman korelasyon testi ile incelenmesi

Değişkenler		Fiziksel aktivite	Duygusal	Duyarsızlaşma	Kişisel başarı
Fiziksel fonksiyon	<i>rho</i>	0,147*	-0,253*	-0,015	-0,006
	<i>p</i>	0,032	0,000	0,826	0,931
Fiziksel rol güçlüğü	<i>rho</i>	0,000	-0,343*	-0,162**	0,010
	<i>p</i>	0,998	0,000	0,018	0,885
Emosyonel rol güçlüğü	<i>rho</i>	-0,009	-0,298*	-0,077	-0,038
	<i>p</i>	0,896	0,000	0,263	0,587
Enerji/canlılık/vitalite	<i>rho</i>	0,026	-0,390*	-0,025	-0,110
	<i>p</i>	0,707	0,000	0,720	0,110
Ruhsal sağlık	<i>rho</i>	0,074	-0,328*	-0,171**	-0,84*
	<i>p</i>	0,283	0,000	0,013	0,007
Sosyal işlevsellik	<i>rho</i>	0,012	-0,402*	-0,084	-0,037
	<i>p</i>	0,863	0,000	0,221	0,593
Ağrı	<i>rho</i>	0,012	-0,376*	-0,114	0,046
	<i>p</i>	0,868	0,000	0,098	0,502
Genel sağlık algısı	<i>rho</i>	0,097	-0,222*	-0,006	-0,105
	<i>p</i>	0,161	0,001	0,930	0,128
Fiziksel aktivite düzeyi	<i>rho</i>		0,080	0,017	-0,074
	<i>p</i>		0,244	0,810	0,285
Duygusal tükenme	<i>rho</i>			0,522*	-0,113
	<i>p</i>			0,000	0,101
Duyarsızlaşma	<i>rho</i>				0,138**
	<i>p</i>				0,044

* $p<0,01$; ** $p<0,05$

Ölçeklerden elde edilen puanlar arasındaki ilişkiler, Spearman sıra sayılar korelasyon katsayısı kullanılarak incelenmiş ve bulgular Tablo 5'te verilmiştir. Buna göre, fiziksel aktivite düzeyi ile MTÖ puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur ($p>0,05$). Benzer şekilde fiziksel aktivite puanları ile SF-36 puanları arasında fiziksel fonksiyon alt boyutu hariç olmak üzere diğer alt boyutlarda anlamlı bir ilişki görülmemiştir. Fiziksel fonksiyon alt boyutu ile fiziksel aktivite düzeyi arasında pozitif yönlü düşük düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir ($rho=0,147$; $p=0,032$). Ölçeğe ait tüm alt boyutlardan elde edilen puanların ortalaması alınarak SF-36 puanı hesaplanmıştır. MTÖ alt boyutlarından biri olan duygusal tükenme ile SF-36 puanları arasında negatif yönlü, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu ($rho=-0,439$; $p<0,001$) görülmüştür. Duygusal tükenme ile duyarsızlaşma alt boyutları arasında pozitif yönlü, orta düzeyde ve istatistiksel olarak anlamlı ilişki ($rho=0,522$; $p<0,001$) tespit edilmiştir. Kişisel başarı eksikliği ile duyarsızlaşma alt boyutları arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin var olduğu ancak bu ilişkinin çok düşük düzeyde gerçekleştiği ($rho=0,138$; $p=0,044$) bulunmuştur. Diğer değişkenler arasında ise, istatistiksel olarak anlamlı olmaya yetecek düzeyde ilişki bulunmadığı görülmüştür ($p>0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışma, hemşirelerin fiziksel ativite düzeyleri ile yaşam kalitesi ve tükenmişlik düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Yapılan çalışmadan elde edilen bulgulara göre, hemşirelerin fiziksel aktivite düzeylerinin istenen düzeyin oldukça altında olduğu ve yalnızca %22,2'lik kısmının çok aktif kategoride yer aldığı tespit edilmiştir. Fiziksel aktivite düzeyi ile yaşam kalitesi arasındaki ilişki incelendiğinde, yalnızca fiziksel fonksiyon alt boyutu ile düşük düzeyde pozitif yönlü bir ilişkinin oluşu belirlenmiştir. Hemşirelerin fiziksel aktivite düzeyleri ile tükenmişlik düzeyleri arasında herhangi bir anlamlı ilişkiye rastlanılmamıştır.

Literatürde, günlük olarak en az 30 dakika yapılan düzenli fiziksel aktivitenin birçok sağlık sorununun ortaya çıkışının engellenmesinde etkisinin olduğu bildirilmektedir (Alves vd., 2016). Hemşireler yoğun iş temposunda çalışan meslek grupları içerisinde yer almakta ve yoğun çalışma temposu, ağır iş yükü, stres ve vardiya sistemine göre çalışma zorunluluğu gibi nedenlerle hemşirelerin yeterli düzeyde fiziksel aktivite yapma imkanı kısıtlanmaktadır (Oliver vd., 2017; Oshodi vd., 2019). Ancak, tüm bireyler için önemli olan, fiziksel aktiviteye katılım imkanlarının oluşturulması, hemşireler için de mümkün hale getirilmeli ve hemşirelerin fiziksel aktiviteye katılım sağlamaları desteklenmelidir.

Hemşirelerin ve sağlık personelinin fiziksel aktivite düzeylerinin incelendiği çalışmalardan elde edilen sonuçlar değerlendirildiğinde, sağlık çalışanlarının fiziksel aktivite düzeylerinin genel olarak oldukça düşük ve inaktivite düzeyinin yüksek olduğu görülmektedir (Kılınç ve Tosun, 2020). Sağlık çalışanlarının aktivite düzeylerinin incelendiği bir çalışmada, sağlık personelinin %51,6'sının aktif olmadığı ve sadece %6,9'unun yeterli düzeyde fiziksel aktivite yaptıkları bulunmuştur (Yetim, 2017). Hemşire personel üzerinde yapılan bir çalışmada, hemşirelerin yalnızca %4,3'lük kısmının düzenli egzersiz yaptıkları bildirilmiştir (Özkan ve Yılmaz, 2008). Bu çalışmada, hemşirelerin fiziksel aktivite düzeyleri incelenmiş ve hemşirelerin %52,8'sinin inaktif, %25,0'inin minimal aktif ve %22,2'sinin çok aktif düzeyde olduğu saptanmıştır. Literatürde yer alan çalışmalarda elde edilen bulgular ile mevcut çalışmadan elde edilen bulguların uyum gösterdiği ve genel olarak hemşirelerin fiziksel aktivite düzeylerinin arzu edilen düzeyin altında olduğu görülmektedir. Hemşirelerin fiziksel aktivite düzeylerinin düşük olmasının; yoğun iş temposu, vardiyalı çalışma sisteminin getirdiği zorluklar, işten arta kalan zamanın azlığı ve hemşirelik mesleğinin fiziksel olarak yorucu bir meslek olması nedeniyle kaynaklandığı düşünülmektedir.

Çalışmada elde edilen bulgulara göre, erkek hemşirelerin %46,2; kadın hemşirelerin ise %55,8 oranında inaktif oldukları tespit edilmiştir. Kadın ve erkek hemşirelerin fiziksel aktivite düzeylerinin incelendiği bir araştırmada, kadın hemşirelerin sadece %15,7'sinin, erkek hemşirelerin ise yalnızca %45,9'unun yeterli fiziksel aktivite düzeyinde oldukları tespit edilmiştir (Kılınç, 2018). Sağlık personelinin fiziksel aktivite durumlarını değerlendirildiği diğer bir çalışmada da benzer sonuca ulaşılmış ve erkeklerin kadınlardan daha aktif olduğu bulunmuştur (Kürklü, 2014). Literatür incelendiğinde, erkeklerin kadınlardan daha aktif olduklarını ortaya koyan çalışmaların olması (Özüdoğru, 2013), elde edilen bulguların literatür bilgileriyle uyumlu olduğunu göstermektedir.

Bu çalışmada evli olanların bekarlara kıyasla daha aktif oldukları bulunmuştur. Literatürde, hemşirelerin fiziksel aktivite düzeylerini medeni hal değişkenine göre inceleyen araştırmaların

sayısı fazla değildir. Evli hemşirelerin yalnızca %14,1'inin ve bekar hemşirelerin ise yalnızca %31,7'sinin fiziksel aktivite düzeyinin yeterli olduğunun bildirildiği çalışmanın sonuçlarına göre, evli hemşirelerin mesai saatleri dışında harcadıkları sürenin büyük bir kısmını evde geçirmesinin bu bireylerin fiziksel aktivite düzeylerini düşürmüş olabileceği belirtilmiştir (Kılınç ve Tosun, 2020). Sağlık personeli üzerinde yapılan başka bir çalışmada, bekarların evlilerden daha aktif oldukları ve bunun bekar bireylerin kendilerine ayırabildikleri zamanın daha fazla olmasından kaynaklanmış olabileceği bildirilmiştir (Yıldırım, Yıldırım ve Eryılmaz, 2019). Farklı meslek grupları üzerinde yapılan araştırmalar incelendiğinde, evli üniversite çalışanlarının, bekar olanlara göre daha aktif oldukları görülmektedir (Özüdoğru, 2013). Başka bir çalışmada, evli beden eğitimi öğretmenlerinin bekarlara göre fiziksel aktivite seviyelerinin daha fazla olduğu gösterilmiştir (Arabacı ve Çankaya, 2007). Medeni hal değişkenine göre fiziksel aktivite düzeyini inceleyen çalışmalar değerlendirildiğinde, hemşirelerde bekar olanların evlilere göre daha yüksek aktivite düzeyine sahip oldukları, ancak diğer meslek gruplarında, bunun tersinin görülebildiği tespit edilmiştir. Bu durumun, hemşirelerin çalışma ve sosyal yaşam koşullarının diğer meslek gruplarından farklı olması nedeniyle kaynaklanmış olabileceği değerlendirilmektedir.

Hemşirelerin yaşam kalitesi puanları incelendiğinde, en yüksek puanın fiziksel fonksiyon ve en düşük puanın enerji/canlılık/vitalite alt boyutunda alındığı bulunmuştur. Benzer birçok araştırma sonuçlarına göre, hemşirelerin en yüksek yaşam kalitesi puanlarının fiziksel fonksiyon ve en düşük puanlarının ise canlılık/enerji alt boyutlarında olduğu gösterilmiştir (Erkiral, 2014; Kılınç ve Tosun, 2020; Yıldırım, Yıldırım ve Eryılmaz, 2019). Literatürde, hemşirelerin yaşadığı yoğun iş yükü, vardiyalar, iş yerindeki sorunlar, fazla mesai, ağır hastalara verilen bakım gibi etkenlerin yarattığı stres ve gerginliğin enerji/canlılık/vitalite alt boyut puanlarını düşürebileceği belirtilmiştir. Elde edilen bulgular incelendiğinde, literatürde yer alan çalışmaların sonuçları ile benzerlik gösterdiği görülmektedir. Hemşirelerin yoğun ve stresli çalışma koşulları nedeniyle, yaşam kalitesi puanlarının oldukça düşük olduğu enerji/canlılık/vitalite puanlarının azalmasında önemli bir etken olabileceği ve bu nedenle düşük puanların elde edildiği düşünülmektedir.

SF-36 puanlarının cinsiyete göre farklılık gösterip göstermediği de çalışma kapsamında incelenmiş ve bütün alt boyutlarda erkeklerin daha yüksek puanlar aldığı görülmüştür. Daha önce yapılan çalışmalarda benzer sonuçlar elde edilmiş ve erkek hemşirelerin yaşam kalitesi ortalama ölçek puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu bildirilmiştir (Kılınç ve Tosun, 2020; Şahin, Önal, Sütü, Kılınç ve Mutluay, 2014). Mevcut çalışma sonucu ile literatürde yer alan bilgilerin benzerlik gösterdiği görülmektedir. Cinsiyetler arasında meydana çıkan bu farklılığın, toplumda kadınlara verilen aile içi sorumluluğun fazla olması, aşırı iş yükünün fiziksel ve duygusal olarak kadınları daha fazla zorlamasından kaynaklanmış olabileceği düşünülmektedir.

Fiziksel fonksiyon alt boyutunda, bekarların evlilerden daha yüksek puana sahip olduğu tespit edilmiştir. Literatürde bu çalışmayı destekleyen bulgular mevcut olmasına karşın, evli hemşirelerin yaşam kalitesi puanlarının daha yüksek olduğunu bildiren çalışmalar da mevcuttur (Avcı ve Pala, 2004; Erkiral, 2014; Kılınç, 2018). Diğer yandan, medeni durum değişkenine göre hemşirelerin yaşam kalitesi puanlarında anlamlı bir fark olmadığı da gösterilmiştir (Başkale, Günüşen ve Serçekuş, 2016). Literatür bilgileri ile bu çalışma sonucunda elde edilen

bulgular arasındaki fark, yapılan çalışmalarda katılımcıların sosyokültürel düzeylerindeki farklılıklarından kaynaklanmış olabilir.

SF-36 puanlarının BKİ kategorilerine göre farklılık gösterip göstermediğinin incelenmesi sonucunda normal kilodaki hemşireler ile kilolu ve obez grubundaki hemşirelerin fiziksel fonksiyon ve emosyonel rol gücülüğü alt boyutlarında anlamlı farklılıklar bulunmuştur. Obez olan hemşirelerde fiziksel fonksiyon ve bedensel ağrı alt boyutlarının olumsuz etkilendiği daha önce gösterilmiştir (Kılınç ve Tosun, 2020). Sağlık çalışanlarında BKİ artışı ile birlikte fiziksel aktivite düzeyinin azaldığı da bildirilmiştir (Yıldırım, Yıldırım ve Eryılmaz, 2019). Literatürde yer alan bilgiler ile elde edilen bulgular birbirini desteklemektedir. Obez/fazla kilolu hemşirelerin normal kilodaki hemşirelerden daha inaktif olmalarının doğal olarak beklenen bir sonuç olduğu ve inaktivite ile obezite arasındaki var olduğu bilinen kuvvetli ilişkinin hemşireler için de mevcut olduğu görülmüştür.

Kıdem süresine göre SF-36 puanları incelendiğinde, yalnızca fiziksel fonksiyon alt boyutunda fark olduğu ve bu farkın kıdem düzeyi düşük olanların lehine olduğu bulunmuştur. Kıdem süresi arttıkça yaşam kalitesi içerisinde fiziksel fonksiyon boyutundan elde edilen puanların azaldığı daha önce bildirilmiştir (Kılınç, 2018). Hemşirelerin meslekte çalışma süresi arttıkça genel sağlık ve sosyal fonksiyon puanlarının azaldığı da tespit edilmiştir (Şahin vd., 2014).

Çalışma kapsamında, hemşirelerin görev yerlerine göre (acil servis, ameliyathane, yoğun bakım ünitesi, yatan hasta servisleri ve poliklinik) göre SF-36 puanlarında fark olup olmadığı da incelenmiştir. Buna göre, yatan hasta servislerinde çalışan hemşirelerin fiziksel fonksiyon, fiziksel rol gücülüğü ve ağrı alt boyutlarında en düşük puanları aldığı bulunmuştur. Fiziksel fonksiyon alt boyutunda, acil serviste görev yapan hemşirelerin poliklinikte görev yapanlardan daha yüksek puan elde ettikleri görülmüştür. Serviste çalışan hemşirelerin genel olarak SF-36 alt boyutları puanlarının diğer birimlerde çalışanlara göre düşük olduğu daha önce bildirilmiştir (Akbolat, Turgut ve Över, 2015). Dahili, acil, yoğun bakım birimlerinde görev yapan hemşirelerin yaşam kalitesi puan ortalamalarının, cerrahi biriminde çalışanlardan düşük olduğu da belirlenmiştir (Durmuş, Gerçek ve Çiftçi, 2018). Acil servis ve yoğun bakımda çalışan hemşirelerin canlılık ve genel sağlık alt boyutlarına göre yaşam kalitesi puanları düşük olarak bulunmuştur (Şahin vd., 2014). Primer hasta bakımında rol alan hemşirelerin diğer gruplar ile karşılaştırıldığında belirgin derecede düşük bir yaşam kalite düzeyi ortalamasına sahip oldukları bildirilmiştir (Erkiral, 2014). Çalışmadan elde edilen bulguların, literatürdeki bilgilerle uyum gösterdiği tespit edilmiştir. Yapılan çalışmada yatan hasta kliniklerinde çalışan hemşirelerin SF-36 puanlarının daha düşük olmasının sebebinin personel sayısının yetersiz olması, yeteri kadar izin kullanılamaması ve acil servis, yoğun bakım, ameliyathane gibi birimlerde ödenen ücret farkı gibi nedenlerle ortaya çıktığı düşünülmektedir. Birim fark etmeksizin bütün hemşirelerin yaşam kalitesi puanlarının düşük olması, genel olarak hemşirelerin yaşam kalitesinin, görev yapılan birimden bağımsız olarak, düşük olduğunu düşündürmektedir.

Elde edilen bulgular incelendiğinde, hemşirelerin duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında orta düzeyde tükenmişlik olduğu bulunurken, kişisel başarı eksikliği alt boyutundaki tükenmenin yüksek düzeyde olduğu saptanmıştır. Farklı meslek gruplarının incelendiği bir çalışmada, hemşirelerin duygusal tükenme alt boyut puanlarının diğer meslek gruplarından daha fazla olduğu, başka bir çalışmada ise, hemşirelerin bütün tükenmişlik alt

boyutlarında yüksek oranda tükenmişlik düzeyine sahip oldukları bulunmuştur (Durmuş, Gerçek ve Çiftçi, 2018; Oğuzberk ve Aydın, 2008). Hemşirelerin duygusal tükenme puanlarının yüksek, duyarsızlaşma ve kişisel başarı puan ortalamalarının ise orta düzeyde tükenmişlik düzeyini ortaya koyduğunu gösteren çalışma da mevcuttur (Altay, Gönener ve Demirkıran, 2010). Hemşirelerin tükenmişlik puanlarının literatürde yer alan düzeylerden farklı olarak daha düşük olduğu bildirilmiş ve bu farka gerekçe olarak, yapılan çalışmanın üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerle kısıtlı olması ve üniversite hastanelerinin gelişmeye daha açık olması nedeniyle diğer sağlık kurumlarından farklı bir çalışma yapısına sahip olması gösterilmiştir (Taycan, Kutlu, Çimen ve Aydın, 2006). Literatür bulguları incelendiğinde, hemşirelik mesleğinde genel olarak tükenmişlik düzeyinin yüksek olduğu ve elde edilen bulguların da bunu desteklediği görülmüştür.

Çalışmaya katılan hemşirelerin MTÖ puanları incelendiğinde, kişisel başarı eksikliği boyutunda evli olanların daha fazla tükenmişlik düzeyine sahip oldukları görülmüştür. Hemşirelerin kişisel başarı eksikliği puanlarının bekarlarda, evlilere göre daha düşük olduğu bildirilmiştir (Taycan vd., 2006). Bununla birlikte, literatürde hemşirelerin MTÖ puanlarının medeni durum değişkeninden etkilenmediğini belirten çalışmalar da mevcuttur (Durmuş, Gerçek ve çiftçi, 2018). Literatür bilgileri ve bu çalışmadan elde edilen bulgular birlikte değerlendirildiğinde, medeni durum ve tükenmişlik arasındaki ilişkinin ne olduğu ile ilgili olarak bir mutabakata varılamadığı ve farklı sonuçların bildirildiği görülmektedir.

Düzenli fiziksel aktivitenin iş kaynaklı olumsuz psikolojik durumdan uzaklaşmaya yardım ettiği, tükenmişlik düzeyini azalttığı, öz yeterlilik duygusunu arttırdığı ve stresle daha kolay başa çıkabilmeyi kolaylaştırdığı gösterilmiştir (Joseph vd., 2014). Hemşirelerin MTÖ puanlarının BKİ kategorilerine göre incelenmesi sonucunda, duygusal tükenme ve duyarsızlaşma alt boyutlarında anlamlı fark bulunmazken, kişisel başarı eksikliği puanları arasında anlamlı fark bulunmuştur. Kişisel başarı eksikliği alt boyutunda BKİ kategorisinde normal kiloda olanların kilolu olanlardan daha az tükenmiş olduğu bulunmuştur. BKİ düzeyi arttıkça inaktivite oranının arttığı ve normal kilodakilerin istenilen düzeyde daha fazla aktiviteyi yaptıkları tespit edilmiştir (Macera vd., 2005). Sağlık kurumu çalışanlarında fiziksel aktivitenin mesleki tükenmişliğe etkisinin incelendiği başka bir araştırmada, fiziksel aktivite düzeyi düşük olanlarda duygusal tükenmişlik ve kişisel başarı duygusunda azalma riskinin iki kat yüksek olduğu bulunmuştur (Yalçın, 2016). Düzenli fiziksel aktivite ve tükenmişlik arasındaki ilişkinin araştırıldığı diğer çalışmalarda da, düzenli fiziksel aktivite yapanların daha az duygusal tükenme yaşadığı ve kişisel başarı duygusunun daha fazla olduğu bulunmuştur (Yıldız, Gürer ve Esentaş, 2015). Yapılan çalışmada elde edilen bulgular literatür bulguları ile paralellik göstermektedir.

Bu çalışmada hemşirelerin MTÖ puanlarının kıdem süresi değişkenine göre farklılık gösterip göstermediği incelendiğinde, kişisel başarı alt boyutunda anlamlı fark tespit edilmiştir. Kıdem süresi düşük olan hemşirelerin kişisel başarı eksikliği puanlarının, kıdem süresi yüksek olanlardan daha yüksek olduğu bulunmuştur. Sağlık çalışanlarında uzun süredir çalışma hayatına sahip kişilerde karşılaşılan problemlerin fazla olmasının daha fazla tükenmişliğe ve mesleğe bağlı daha fazla strese neden olabileceği bildirilmiştir (Sivrikaya ve Erişen, 2019). Literatür bulguları incelendiğinde yapılan çalışmayı destekleyen bulgular olmasına karşın bunun aksini iddia eden çalışmalar da mevcuttur (Kaya, Kaya, Ayık ve Uygur, 2010). Literatürde yer alan bulgular ile mevcut çalışmadan elde edilen sonuçların uyumlu

olmamasının, araştırmaların gerçekleştirildiği zamanların birbirinden farklı olması nedeniyle ortaya çıkmış olabileceği düşünülmektedir.

Hemşirelerin çalışma biriminin tükenmişlik puanları üzerine etkisi incelendiğinde, görev yapılan birimlere göre tükenmişlik alt boyut puanlarında anlamlı farklar bulunmuştur. Elde edilen bulgular incelendiğinde, duygusal tükenme alt boyutunda, yatan hasta servislerinde çalışan hemşirelerin acil servis ve yoğun bakım birimlerinde çalışan hemşirelerden daha yüksek puana sahip oldukları bulunmuştur. Duyarsızlaşma alt boyutunda, acil serviste çalışan hemşirelerin puanları, yoğun bakım ünitesi ve ameliyathanede çalışan hemşirelerin puanlarından; yatan hasta servisinde çalışan hemşirelerin puanları ise, yoğun bakım ünitesinde ve ameliyathanede çalışanların puanlarından daha yüksektir. Acil serviste çalışan hemşirelerin yoğun bakım, cerrahi birimler ve dahili birimlerde çalışan hemşirelere kıyasla duygusal tükenme alt boyutundan aldıkları puanların daha düşük, dahili birimlerde çalışan hemşirelere kıyasla duyarsızlaşma alt boyutundan aldıkları puanların daha düşük; diğer tüm birimlerde çalışan hemşirelere kıyasla kişisel başarı alt boyutundan aldıkları puanların ise daha yüksek olduğu bulunmuştur (Kaçan, Örsal ve Köşgeroğlu, 2016). Fiziksel, duygusal ve genel tükenme boyutlarında en yüksek puanların yoğun bakım ünitesinde çalışan hemşireler tarafından alındığı fakat bu farkın istatistiksel olarak anlamlı olmaya yetecek düzeyde olmadığı bildirilmiştir (Kaya, Kaya, Ayık ve Uygur, 2010). Yapılan literatür taraması sonucunda, bu çalışmadan elde edilen bulgulara benzer sonuçların yer almasına karşın, farklı bulguların elde edildiği çalışmaların da mevcut olduğu görülmüştür. Elde edilen bulguların farklı olmasının, örneklem gruplarındaki farklılıklardan kaynaklanmış olabileceği değerlendirilmektedir. Bu çalışmadan elde edilen bulgulara göre, görev yaptığı birim fark etmeksizin tüm birimlerde çalışan hemşirelerin tükenmişlik alt boyut puanlarının düşük olduğu tespit edilmiştir. Bu bulgu, hemşirelerin yaşadığı tükenmişlik hissini, görev yapılan birimden bağımsız olarak ortaya çıktığı ve genel olarak hemşirelerin üzerindeki iş yükünün oldukça fazla olmasından kaynaklandığı yargısını düşündürmektedir.

Yapılan çalışma sonucunda, tükenmişlik düzeyi ile fiziksel aktivite düzeyi arasında herhangi bir ilişkinin tespit edilmediği ancak duygusal tükenme ve duyarsızlaşma arasında ise pozitif yönlü ve orta düzeyde korelasyon olduğu bulunmuştur. Hemşirelerin BKİ kategorisi, cinsiyet, medeni hal, görev yeri ve mesleki tecrübe değişkenlerine göre SF-36 puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı fark olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların tükenmişlik ölçeği alt boyutlarından elde ettikleri puanların; medeni hal, BKİ kategorisi, mesleği isteyerek seçme durumu, kıdem yılı ve görev yeri değişkenlerine göre anlamlı farklılıklara sahip olduğu tespit edilmiştir. Elde edilen bulgular neticesinde, hemşirelerin çalışma koşullarının yoğun olduğu, fiziksel aktivite düzeylerinin istenilen düzeyde olmadığı, kıdem yılı fazla olanların yaşam kalitesi düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur.

Bireylerde fiziksel aktivitenin yeterli düzeyde yapılmasının sağlığın korunmasında (Bulut, 2013; Batty ve Lee, 2002), hastalıkların tedavi edilmesinde (Donnelly vd., 2009), sosyal hayata uyumun kolaylaştırılmasında (WHO, 2006), psikolojik olarak iyi hissetmekte ve yaşam kalitesinin artırılmasındaki (Balboa-Castillo vd., 2011) olumlu etkisi çalışmalarla ortaya konmuştur. Mevcut çalışmadan elde edilen verilere göre, hemşirelerin yeterli düzeyde fiziksel aktivite yapmadığı bulunmuştur. Ayrıca hemşirelerin yaşam kaliteleri düşük ve tükenmişlik puanları da yüksektir.

Çalışmadan elde edilen bulgular sonucunda, hemşirelerin yaşam kalitesi düzeylerinin artırılması ve tükenmişlik düzeylerinin azaltılması açısından, hemşirelerin mesai saatleri dışında kendilerine ayıracakları zamanın yaratılabilmesi ve bu yolla sağlık hizmetlerinin kalitesinin artırılmasına katkı sağlaması açısından, hemşirelerin fazla mesai sürelerinin azaltılması, gerekli mali düzenlenmeler yapılarak hemşirelerin motivasyonlarının artırılması ve hastanelerde fiziksel aktivite/egzersiz için oluşturulabilecek spor salonları, eğitimler, kurslar, etkinlikler gibi olanakların geliştirilmesinin hemşirelere fizyolojik ve ruhsal olarak olumlu katkı sağlayacağı değerlendirildiğinden, Sağlık Bakanlığı ve idari birimlerin bu olanakları sunacak girişimlerde bulunması önerilmektedir.

Çıkar Çatışması: Yazarlar çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması olmadığını beyan ederler.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı-YA; YUK, Verilerin Toplanması-YA, İstatistik Analiz- YUK, Makalenin Hazırlanması YA; YUK.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Hitit Üniversitesi Girişimsel Olmayan Araştırmalar Etik Kurulu

Tarih: 28/11/2019

Sayı/Karar No: 2019-233

KAYNAKLAR

- Abu-Omar, K., Rütten, A. & Robine, J.M. (2004). Self-rated health and physical activity in the European Union. *Sozial- und Präventivmedizin*, 49, 235–242. <https://doi.org/10.1007/s00038-004-3107-x>
- Akbolat, M., Turgut, M. ve Över, G. (2015). Hemşirelerin yaşam kalitesi algılarının motivasyonlarına etkisi: bir kamu hastanesi örneği. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 4(2), 65-82.
- Altay, B., Gönener, D. ve Demirkıran, C. (2010). Bir üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerin tükenmişlik düzeyleri ve aile desteğinin etkisi. *Fırat Tıp Dergisi*, 15(1), 10-16.
- Al-Thobaity, A. & Alshammari, F. (2020). Nurses on the frontline against the covid-19 pandemic: an integrative review. *Dubai Medical Journal*, 3(87), 87-92. <https://doi.org/10.1159/000509361>
- Alves, A.J., Viana, J.L., Cavalcante, S.L., Oliveira, N.L., Duarte, J.A., Mota, J. et al. (2016). Physical activity in primary and secondary prevention of cardiovascular disease: overview updated. *World Journal of Cardiology*, 8(10), 575-583. <https://doi.org/10.4330/wjc.v8.i10.575>
- Arabacı, R. ve Çankaya, C. (2007). Beden eğitimi öğretmenlerinin fiziksel aktivite düzeylerinin araştırılması. *Eğitim Fakültesi Dergisi*, 20(1), 1-15.
- Avcı, K. ve Pala, K. (2004). Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi'nde çalışan araştırma görevlisi ve uzman doktorların yaşam kalitesinin değerlendirilmesi. *Uludağ Üniversitesi Tıp Fakültesi Dergisi*, 30(2), 81-85.
- Balboa-Castillo, T., Leon-Munoz, L. M., Graciani, A., Rodríguez-Artalejo, F. & Guallar-Castillon, P. (2011). Longitudinal association of physical activity and sedentary behavior during leisure time with health-related quality of life in community-dwelling older adults. *Health and Quality of Life Outcomes*, 9(1), 47. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-9-47>
- Başkale, H., Günüşen, N.P. ve Serçekuş, P. (2016). Bir devlet hastanesinde görev yapan hemşirelerin çalışan yaşam kalitesi düzeylerinin ve etkileyen faktörlerin incelenmesi. *Pamukkale Tıp Dergisi*, 9(2), 125-133. <https://doi.org/10.5505/ptd.2016.03779>
- Batty, G.D. & Lee, I.M. (2002). Physical activity for preventing strokes. *BMJ*, 325:350-351.
- Bulut, S. (2013). A social determinants of health, physical activity. *Turkish Bulletin of Hygiene and Experimental Biology*, 70(4), 205–214. <https://doi.org/10.5505/turkhijyen.2013.67442>
- Donnelly, J.E., Blair, S.N., Jakicic, J.M., Manore, M.M., Rankin, J.W. & Smith, B.K. (2009). Appropriate physical activity intervention strategies for weight loss and prevention of weight regain for adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 41(2), 459–471. <https://doi.org/10.1249/mss.0b013e3181949333>
- Durmuş, M., Gerçek, A. ve Çiftçi, N. (2018). Hemşirelerin yaşam kaliteleri ile tükenmişlik düzeylerinin değerlendirilmesine yönelik bir araştırma. *Anemon Muş Alparslan Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(2), 279-286. <https://doi.org/10.18506/anemon.325977>
- Ergin, C. (1992). 7. *Ulusal psikoloji kongresi bilimsel çalışmaları*. Ankara: Türk Psikologlar Derneği Yayınları.
- Erkiral, C. (2014). *Hemşirelerin yaşam kalitesini etkileyen faktörlerin belirlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Haliç Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Fernandez, M.D.R., Amo R.O., Galan A.M.O., Masero O.I., Salvador M.M.R. & Pichardo J.D.R. (2019). Mindfulness therapies on health professionals. *International Journal of Mental Health Nursing*, 29(2), 127-140. <https://doi.org/10.1111/inm.12652>

Aydın, Y. ve Kamuk, Y.U. (2021). Hemşirelerin fiziksel aktivite düzeylerinin, yaşam kalitesi ve tükenmişlik düzeylerine etkisi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 88-105.

Feuerhahn, N., Sonnentag, S. & Woll, A. (2014). Exercise after work, psychological mediators, and affect: a day-level study. *European Journal of Work and Organizational Psychology*, 23(1), 62-79. <https://doi.org/10.1080/1359432X.2012.709965>

Goodinson, S.M. & Singleton, J. (1989). Quality of Life: A critical review of current concepts, measures and their clinical implications. *International Journal of Nursing Studies*, 26(4), 327-341.

Joseph, R.P., Royse, K.E., Benitez, T.J. & Pekmezi, D.W. (2014). Physical activity and quality of life among university students: exploring self-efficacy, self-esteem, and affect as potential mediators. *Quality of Life Research*, 23(2), 659-667. <https://doi.org/10.1007/s11136-013-0492-8>

Kaçan, C.Y., Örsal, Ö. ve Köşgeroğlu, N. (2016). Hemşirelerde tükenmişlik düzeyinin incelenmesi. *Cumhuriyet Hemşirelik Dergisi*, 5(2), 65-74.

Kaptan, S. (1995). *Bilimsel araştırma ve istatistik teknikleri*. Ankara: Tek Işık Web Ofset.

Kaya, N., Kaya, H., Ayık, S.E. ve Uygur, E. (2010). Bir devlet hastanesinde çalışan hemşirelerde tükenmişlik. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 7(1), 401-419.

Kılınç, F. (2018). *Hemşirelerde fiziksel aktivite düzeyi ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin değerlendirilmesi*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hasan Kalyoncu Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, Gaziantep.

Kılınç, F. ve Tosun, N. (2020). Hemşirelerin fiziksel aktivite düzeyleri ile yaşam kaliteleri arasındaki ilişkinin incelenmesi: tanımlayıcı bir araştırma. *Adıyaman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Dergisi*, 6(2), 207-215. <https://doi.org/10.30569.adiyamansaglik.709435>

Koçyiğit, H., Aydemir, Ö., Fişek, G., Ölmez, N. ve Memiş A. (1999). Kısa form-36 (KF-36)'nın Türkçe versiyonunun güvenilirliği ve geçerliliği. *İlaç ve Tedavi Dergisi*, 12(2), 102-106.

Kürklü, S. (2014). *Bir eğitim ve araştırma hastanesinde görev yapan sağlık çalışanlarında fiziksel aktivite düzeyinin yaşam kalitesine olası etkilerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Türk Hava Kurumu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İşletme Anabilim Dalı, Ankara.

Macera, C.A., Ham, S.A., Yore, M.M., Jones, D.A., Ainsworth, B.E., Kimsey, D. et al. (2005). Prevalence of physical activity in the United States: behavioral risk factor surveillance system, 2001. *Preventing Chronic Disease*, 2(2), 1-10.

Maslach, C. & Jackson, S.E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Occupational Behavior*, 2, 99-113.

McLaughlin, M., Atkin, A.J., Starr, L., Hall, A., Wolfenden, L., Sutherland, R. et al. (2020). Worldwide surveillance of self-reported sitting time: a scoping review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 17(111), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12966-020-01008-4>

Oğuzberk, M. ve Aydın, A. (2008). Ruh sağlığı çalışanlarında tükenmişlik. *Klinik Psikiyatri*, 11(1), 167-179.

Oliver, A., Sanso, N., Galiana, L., Tomas, J.M. & Benito, E. (2017). Evaluacion psicométrica en profesionales de enfermería de cuidados paliativos. *Aquichan*, 17(2), 183-194. <https://doi.org/10.5294/aqui.2017.17.2.7>

Oshodi, T.O., Bruneau, B., Crockett, R., Kinchington, F., Nayar, S. & West, E. (2019). The nursing work environment and quality of care: content analysis of comments made by registered nurses, responding to the essentials of Magnetism II scale. *Nursing Open*, 6(3), 878-888. <https://doi.org/10.1002/nop2.268>

Aydın, Y. ve Kamuk, Y.U. (2021). Hemşirelerin fiziksel aktivite düzeylerinin, yaşam kalitesi ve tükenmişlik düzeylerine etkisi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 88-105.

Özkan, S. ve Yılmaz, E. (2008). Hastanede çalışan hemşirelerin sağlıklı yaşam biçimi davranışları. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 3(7), 89-105.

Öztürk, M. (2005). *Üniversitede eğitim-öğretim gören öğrencilerde uluslararası fiziksel aktivite anketinin geçerliliği ve güvenilirliği ve fiziksel aktivite düzeylerinin belirlenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara.

Özüdoğru, E. (2013). *Üniversite personelinin fiziksel aktivite düzeyi ile yaşam kalitesi arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur, Türkiye.

Ramirez-Baena, L., Ortega-Campos, E., Gomez-Urquiza, J.L., Fuente, G.R.C., Fuente-Solana, E.I. & Fuente, G.A.C. (2019). A multicentre study of burnout prevalence and related psychological variables in medical area hospital nurses. *Journal of Clinical Medicine*, 8(92), 1-12. <https://doi.org/10.3390/jcm8010092>

Şahin, D.S., Önal, Ö., Sütü, S.P., Kılınç, A.S. ve Mutluay, D. (2014). Acil servis ve yoğun bakımda çalışan hemşirelerde yaşam kalitesinin değerlendirilmesi. *Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Dergisi*, 2(2), 81-92.

Sivrikaya, S.K. ve Erişen, M. (2019). Sağlık çalışanlarının tükenmişlik ve işe bağlı gerginlik düzeylerinin incelenmesi. *Anadolu Hemşirelik ve Sağlık Bilimleri Dergisi*, 22(2), 121-129.

Taycan, O., Kutlu, L., Çimen, S. ve Aydın, N. (2006). Bir üniversite hastanesinde çalışan hemşirelerde depresyon ve tükenmişlik düzeyinin sosyodemografik özelliklerle ilişkisi. *Anatolian Journal of Psychiatry*, 7, 100-108.

Wang, L., Wang, X., Liu S. & Wang, B. (2020). Analysis and strategy research on quality of nursing work life. *Medicine*, 99(6), 1-5. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000019172>

Ware, J.E. & Sherbourne, C.D. (1992). The MOS 36-item short-form health survey (SF-36): I. conceptual framework and item selection. *Medical Care*, 30(6), 473-483.

World Health Organization (WHO). (2006). *Physical activity and health in Europe: Evidence for action*. (Editörler: Nick Cavill, Sonja Kahlmeier ve Francesca Racioppi). Danimarka: WHO.

Yalçın, R. (2016). *İzmir İl Sağlık Müdürlüğü çalışanlarında fiziksel aktivite düzeyinin mesleki tükenmişliğe etkisi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Dokuz Eylül Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir.

Yazıcıoğlu, Y. ve Erdoğan, S. (2011). *SPSS uygulamalı bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Detay Yayıncılık.

Yetim, M. (2017). *Sağlık çalışanlarının genel sağlık durumu fiziksel aktivite düzeyleri ve etkileyen faktörler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Marmara Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Hemşirelik Anabilim Dalı, İstanbul.

Yıldırım, D.İ., Yıldırım, A. ve Eryılmaz, M.A. (2019). Sağlık çalışanlarında fiziksel aktivite ile yaşam kalitesi ilişkisi. *Cukurova Medical Journal*, 44(2), 325-333. <https://doi.org/10.17826/cumj.451087>

Yıldız, M.E., Gürer, B. ve Esentaş, M. (2015). Ortaokul öğretmenlerinin spora ilişkin tutumları ile tükenmişlik düzeyleri ilişkisi. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 2(3), 14-26.



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

Investigation of Secondary School Students' Metaphorical Perceptions for Physical Education Teachers*

Büşra CİRİT^{1†}, Sebiha GÖLÜNÜK BAŞPINAR²

¹ Olukpınar Secondary School, Afyonkarahisar, Turkey.

² Faculty of Sport Sciences, Afyon Kocatepe University, Turkey.

Original Article

Received: 31.03.2021

Accepted: 02.05.2021

DOI: 10.25307/jssr.907270

Online Publishing: 30.06.2021

Abstract

In this study, it was aimed to investigate secondary school students' metaphorical perceptions about their physical education teachers (PETs). In this study, the phenomenology model from qualitative research methods and maximum variation sampling method from purposeful sampling methods were used. A total of 381 students, 2 state and 2 private schools, from Afyonkarahisar city center, participated in the research. The students participating in the study were asked to complete the sentence "PET is similar to " " because" and draw a picture portraying their thoughts on the concept of PET. Percentage values, frequency, and chi-square analysis were used in data analysis. While the students produced 23 metaphors from the pictures they drew, sentence completion created 22 categories according to common characteristics. The most frequently produced metaphors for PETs by the participants in the study were sportive and physical power factor (f = 122; 32.02%), being a source of information (f = 35; 9.18%), being a funny person (f = 30; 7.87%), and being a good person (f = 24; 29%). When the conceptual categories of the drawings were examined, it was seen that the students' PETs are mostly used as a sportive person (f=85; 22.65%) as an angry person (f=31; 7.89%), and as an element of love (f=30; %7.73). It was observed that the number of positive metaphors of students studying in private schools for PETs were higher than that of public schools (p<0.01). As a result of the research, it was determined that secondary school students produced positive metaphors for PETs and were defined as a sportive person and/or mostly element of sportive and physical power. As a result, we suggest that negative metaphors regarding PETs should be re-examined by PETs and translated into positive metaphors.

Keywords: Attitude, Metaphoric perception, Secondary school students, Physical education teacher.

Ortaokul Öğrencilerinin Beden Eğitimi Öğretmenlerine Yönelik Metaforlarının İncelenmesi

Öz

Bu araştırmada ortaokul öğrencilerinin Beden Eğitimi Öğretmeni (BEÖ)'ne ilişkin metaforik algılarının araştırılması amaçlanmıştır. Nitel araştırma yöntemlerinden olgu bilim modelinin kullanıldığı bu çalışmada, amaçlı örnekleme yöntemlerinden, maksimum çeşitleme örnekleme kullanılmıştır. Araştırmaya Afyonkarahisar il merkezinden 2 devlet ve 2 özel okul olmak üzere toplamda 381 öğrenci katılmıştır. Araştırmaya katılan öğrencilerden "Beden Eğitimi öğretmeni 'ya benzer çünkü" cümlesini tamamlamaları ve Beden Eğitimi öğretmeni kavramına ilişkin düşüncelerini yansıtan bir resim çizmeleri istenmiştir. Veri analizinde yüzde değerleri, frekans ve ki-kare analizleri kullanılmıştır. Öğrenciler çizdikleri resimlerden 23 metafor üretirken, cümle tamamlama da ortak özelliklere göre 22 kategori oluşturmuştur. Araştırmada BEÖ için üretilen metaforlarından en çok sportif ve fiziksel güç unsuru olarak (f = 122; %32.02), bilgi kaynağı olarak (f = 35; %9.18), eğlenceli bir insan olarak (f = 30; %7.87), ve iyi bir insan olarak (f= 24; %29) gördüklerini belirten metaforlar ürettikleri görülmüştür. Yapılan çizimler kategorilerinde ise öğrencilerin BEÖ'lerini en çok sportif bir insan olarak (f = 85; %22,65) sınırlı bir insan olarak (f = 31; % 7,89), sevgi unsuru olarak (f= 30, %7,73) kategorilerine ait çizimler yaptıkları görülmüştür. BEÖ için özel okullarda okuyan öğrencilerin olumlu metafor sayısı devlet okuluna göre daha yüksek olduğu görülmüştür (p<0.01). Araştırma sonucunda, ortaokul öğrencilerinin BEÖ'lerine karşı olumlu metaforlar ürettikleri, BEÖ'lerini çoğunlukla sportif ve fiziksel güç unsuru ile sportif bir insan olarak tanımlamışlardır. Sonuç olarak, BEÖ'lerine ilişkin olumsuz metaforların BEÖ'leri tarafından tekrar incelenerek, olumlu metaforlara çevrilmesi önermekteyiz.

Anahtar kelimeler: Tutum, Metaforik algı, Ortaokul öğrencileri, Beden eğitimi öğretmeni.

* This study was obtained from Büşra CİRİT's master thesis.

† **Corresponding Author:** Büşra CİRİT, e-mail: busra.cirit@hotmail.com, Phone: +902722281363

INTRODUCTION

Metaphors have always been useful means of education that help students make connections between situations and solve problems (Sanchez, Barreiro & Maojo, 2000). Metaphors set students' minds free and allow them to approach problems from a different point of view. Through metaphors, students can express themselves in a variety of ways and use a few words to convey a lot of information (Tompkins & Lawley, 2002).

Using metaphors in teaching can motivate students to explore the unknown, think critically, and achieve learning goals. Students use their prior knowledge and make connections between different concepts to learn new information (Marzano, Gaddy, Görücü, Köksal & Uslu, 2000). Physical education teachers (PETs) should provide high-quality education to turn their students into strong and independent learners because they significantly impact what kind of attitude students develop towards courses. Teachers are role models for students, and therefore, how the latter perceive, learn, and respond to class content depends on how good the former are at managing the classroom environment (Cerit, 2008).

Countries pay special attention to physical education because it turns students into motivated, confident, and capable people with desired skills and desired behaviors (Hekim, 2015). Physical education also allows them to get to know themselves better and see their own strengths and weaknesses. Physical activities help students cope with stress and anxiety, build up mental strength, and find practical solutions to their problems (Açak, 2005). Teachers are responsible for transforming students into people who know what is best for them and their communities. Teachers are expected to carry out teaching activities in line with learning goals. Therefore, they should have a sound knowledge of their specific fields of expertise and communicate new knowledge to students (Toprakçı, 2012). Metaphors are a way of identifying what teachers' roles are and what students expect of them (Ben-Peretz, Mendelson, & Kron, 2003).

Not only should physical education teachers encourage students to develop skills, but they should also become role models for them to become successful citizens in the future. They should share their knowledge and experience to guide their students towards success. Students are likely to think more highly of PETs with those qualities (Martens, 1997). Besides, students who engage in activities that meet their needs become more motivated (NASPE & American Heart Association, 2006). There is a large body of research on metaphors in different education fields, but few studies address metaphors in sports sciences (Saban, Koçbeker & Saban, 2006; Cerit, 2008; Özcan, 2010; Şengül, Katrancı & Cantımer, 2014; Kalyoncu, 2012; Görücü, Köksal & Uslu, 2016; Kurtipek and Sönmezoglu, 2018; Kurtipek, 2019). Metaphor studies allow us to determine what students think of teachers and what kind of attitudes teachers have. Therefore, this study investigated secondary school students' (aged 10-14 years) metaphorical perceptions for PETs.

METHOD

Research Model

This qualitative study employed phenomenology, which is used to investigate thoughts and behaviors which we cannot fully understand but to which we are not entirely alien (Yıldırım & Şimşek, 2013). Phenomenology was the design of choice for this study because it focused on secondary school students' metaphors and drawings to look into how they perceived PETs.

Participants

A total of 400 students, 2 state and 2 private schools, from Afyonkarahisar city center, participated in this research voluntarily. Nineteen responses that contain expressions that cannot be considered as metaphors, where a connection cannot be established between the metaphor and its explanation, or where there is no explanation about the produced metaphor were eliminated. For this reason, the research was completed with 381 participants.

Research Ethic

The study was approved by the ethics committee (Meeting Number: 2019/2; Committee code 2011-KAEK-2), and permission was obtained from the Clinical Research Ethics Committee of Afyonkarahisar Health Sciences University.

Data Collection Tools

Firstly, descriptive data (gender, age, etc.) were collected using a demographic characteristics questionnaire. Secondary, participants completed the sentence "PETs are like, because" and then drew pictures depicting PETs.

Statistical Analysis

The data were analyzed in six stages using content analysis on the Statistical Package for Social Sciences (SPSS, version 20) at a significance level of 0.05. Chi-square, frequency, and percentiles were used for analysis. Content analysis is a systematic analysis of written and oral materials (Simon & Burstain, 1985). It is also used to encode and categorize written or verbal statements and convert them into numerical values for detailed analysis (Balci, 2011). The researcher first coded the data and then developed themes out of them. Afterward, she identified shared features, which is also known as thematic coding. According to Yıldırım and Şimşek (2013), if there are too many themes, they can be grouped under meta themes based on their shared features. Therefore, the researcher consulted with two other researchers to check to which categories the metaphors, and drawings belonged and whether they represented those categories. The researcher and two other researchers compared the categories and then calculated interrater reliability using the formula suggested by Miles and Huberman (1994):

[Reliability = (Number of Agreements) / (Number of Agreements + Number of Disagreements) *100]

The metaphors were analyzed in six stages (Özcan, 2010): (1) naming, (2) eliminating, (3) developing categories, (4) establishing validity and reliability, (5) calculating and interpreting metaphor frequency, and (6) evaluating the drawings.

1. *Naming*: The metaphors were listed in alphabetical order, and the frequency of each metaphor was identified.
2. *Eliminating*: Metaphors with no or irrelevant explanation and those that made no sense or had nothing to do with the research purpose were removed (n=19).
3. *Developing Categories*: The metaphors were grouped based on shared characteristics. Some of them were included in more than one category because participants provided different explanations to the same metaphors.
4. *Establishing validity and reliability*: One of the most important ways of ensuring validity in qualitative research is explaining the data collection process and reporting data in detail (Yıldırım & Şimşek, 2013).

Qualitative research assumes that individual and environmental factors affect phenomena, and different studies on similar groups yield the same results. The qualitative approach to internal reliability also assumes that the way the researcher understands and interprets facts can produce different results (Yıldırım & Şimşek, 2013). Therefore, the researcher consulted with two academics (one from the department of physical education and sports teaching and the other from the department of child and mental health) to determine whether participants' metaphors and drawings represented the conceptual categories. The academics checked 127 randomly selected questionnaires. Interrater reliability was calculated using the formula suggested by Miles and Huberman (1994) (Table 2).

5. *Calculating and interpreting metaphor frequency*: The frequency of metaphors and drawings was presented as percentages in Tables. All participants were assigned codes. For example, the code "132 PU5F" indicated that the participant was a female (F) fifth-grader (5) from a public school (PU) who completed questionnaire No 132. On the other hand, the code "378 PR8M" indicated that the participant was a male (M) eight-grader (8) from a private school (PR) who completed questionnaire No 378.

6. *Evaluating the drawings*: The drawings were assigned to relevant categories, while those that did not mean anything were eliminated (n = 19).

RESULTS

Table 1. Distribution of Metaphors by Gender

Metaphor Categories	Gender				χ^2	p
	Female		Male			
	F	%	F	%		
Positive	158	85.86	165	83.75		
Negative	26	14.13	32	16.24	1.241	0.265
Total	184	100.00	197	100.00		

There was no significant difference in the frequency of positive and negative metaphors between male and female participants ($p>0.05$).

Table 2. Themes and Codes for Metaphors

Conceptual Themes	Codes	f	%
PETs as fair people	Lawyer (1), equal-arm balance (4), weighing scale (1), judge (3), ruler (1)	10	2.62
PETs as unfair people	Unfair (2)	2	0.52
PETs as family members	Mother (6), father (3), sister and brother (1), family (1)	11	2.88
PETs as trainers	Trainer (10), basketball coach (3)	13	3.41
PETs as friends	Friend (8), fellow (2)	10	2.62
PETs as sources of information	Book (9) , star (1), light (1), bright spark (1),dictionary (2), sun (4), tree (3), scholar (1), treasure (2), lamp (1), magic carpet (1), light-up shoes (1), owl (1), computer (1), streetlamp (1),	30	7.87
PETs as energetic people	Tea (1), light (1), rose (2), devil with angel wings (2), leaf (1), goat(1), hypocrite (2), teazel (1), chameleon (3), surprise box (1)	16	4.19
PETs as self-disciplined and hardworking people	Soldier (2), maestro (1), octopus (1), sultan (1),beehive (1), commander (5), machine (1), willpower(1), coffee (1), disciplinary paper (3), watch (1), gym manager (1), medal (1)	20	5.24
PETs as fun people	Color (1), playfield (3), play (3), rainbow(2), fairy-tale book (1), stand up show (1), video game (1), funny tool (1), Kemal Sunal (1), clown (3), chimpanzee (1), rabbit (1), juggler (1), sport (1), funfair (2), child (2), bike (1), TV (1), man(1), competitor (1), monkey (1)	30	7.87
PETs as authoritarian people	Commander (3), referee (1), king (2), whistle (2), traffic sign (1), colonel (1)	10	2.62
PETs as loving and friendly people	Sun (1), flower (3), smiling heart (1), rose (2), love flower (1), happiness (1), smiling emoji (1), ladybug (1), strawberry (1), candy (1), angel (2), heart (1) smiling face (1)	17	4.46
PETs as good people	Flower (3), diamond (1), queen (1), fairy godmother (2), sun (1), fire (1), eraser and pen (1), mirror (1), angel (5), like sign (1), cactus without thorns (1), cotton (1), papa smurf (1), curtain (1), heart (1), child (1), baby (1)	24	6.29

Table 2 (Continue). Themes and Codes for Metaphors

Conceptual Themes	Codes	f	%
PETs as rude people who put one to shame	Wood (2), putting one to shame (1)	3	0.78
PETs as heroes	Superman (2) Prince (1), savior (1) hero (2), king (1)	7	1.83
PETs as instructive people	Teacher (1) book (1), professor (1) sport book (2),	5	1.31
PETs as guides	Star (1), lion (1), psychologist (1), door (1), compass (2), light (1), traffic lamp (1)	8	2.09
PETs as calm and patient people	Patience stone (3), river (1)	4	1.04
PETs as short-tempered people	volcano (2), ice-mass (1), rock (2), lion (6), monster (1), tiger (2), dragon (1), dinosaur (1), volcano mountain (1), dog (1), devil (1), fireball (1) a bag of nerves (1)	21	5.51
PETs as athletic and physically strong people	Lion (5), steel (2), Hercules (4), model (2), treadmill (2), sportswear (2) stone (2), tiger (1), rubber (3), cheetah (11), sportsman (27), ball (5), someone fit (1), basketball player (6), basketball (2), plastic bottle (1), artist (1), branded car (1), football (2), school (1), basketball hoop (6), gymnast (1), tree (2), stick (1), pole (1), giraffe (3), rocket (3), iron (2), tennis racquet (3), sniper (1), door (1), athlete (2), barbell (1), rhino (1), cougar (1), Transformers movie character (1), football player (2), Lebron James- basketball player (2), camel (2), giant (1), goal (2), Stepher Curry – basketball player (1), octopus (1)	122	32.02
PETs as molders	Axe (1), saw (1)	2	0.52
PETs as lazy and indifferent peop	Sofa (1), cat (1), wooden skewer (1) cicada (1), panda (2)	6	1.57
PETs as helpful people	First aid kit (2), walking stick (1), doctor (2), skeleton (1), elevator (1)	7	1.83
PETs as sources of life	forest (1), tree (1), water (1)	3	0.78
Total		381	100

The most common metaphors were “PETs as athletic and physically strong people” (f=122; 32.02%), “PETs as sources of information” (f= 35; 9.18%), “PETs as fun people” (f=30; 7.87%), “PETs as good people” (f=24; 6.29%), and “PETs as short-tempered people” (f= 21; 5.51%). Most metaphors were positive (f=323; 84.77%). Some examples of metaphors are as follows:

PETs as athletic and physically strong people:

Student 1. “PETs are like **lions** because they are as strong and tough as them.” (Student 15 PU5F2)

Student 2. “PETs are like **Hercules** because they have huge muscles just like he does.” (Student 138 PU7M1)

Student 3. “PETs are like **cheetahs** because they are as fast and swift as them.”(Student 112 PU7F1)

PETs as molders

Student 4. “PETs are like **saws** because they use their knowledge to shape us.” (Student 165 PU8F2)

Student 5. “PETs are like **axes** because an ax shapes a tree by cutting it, and our PET shapes us, too.” (Student 389 PU8F1)

PETs as helpful people:

Student 6. “PETs are like **first aid kits** because we sometimes fall and hurt ourselves, and they cure us right away” (Student 137 PU7F1)

Student 7. “PETs are like **doctors** because they help us without a second thought whenever something bad happens to us.” (Student 182 PU8M1).

PETs as sources of life:

Student 8. “PETs are like **forest** because they use sports to help us breathe.” (Student 197 PU8F2).

Table 3. Themes and Codes for Drawings

Category	f	%
PETs as fair people	6	1.54
PETs as unfair people	6	1.54
PETs as friends	3	0.77
PETs as family members	8	2.06
PETs as sources of information	20	5.15
PETs as dynamic people	24	6.18
PETs as self-disciplined and hardworking people	25	6.44
PETs as fun people	10	0.25
PETs as commanding people	14	3.60
PETs as loving and friendly people	23	5.92
PETs as good people	15	3.86
PETs as rude people who put one to shame	5	1.28
PETs as heroes	8	2.06
PETs as motivating people	4	1.03
PETs as playmates	25	6.44
PETs as instructive people	19	4.89
PETs as guides	15	3.86
PETs as beloved people	30	7.73
PETs as short-tempered people	31	7.98
PETs as athletic and physically strong people	88	22.68
PETs as molders	2	0.51
PETs as lazy and indifferent people	8	2.06
PETs as helpful people	12	3.09
Total	388	100.0

Participants portrayed PETs as “athletic and physically strong” (f=88; 22.68%), “short-tempered” (f=31; 7.98%), or “beloved” people (f=30; 7.73%). Only two participants depicted PETs as “molders” (f=2; 0.51%). Most drawings portrayed PETs in a positive fashion (f=323; 83.25%).

Sample Drawings

Student 9. PETs as fair people

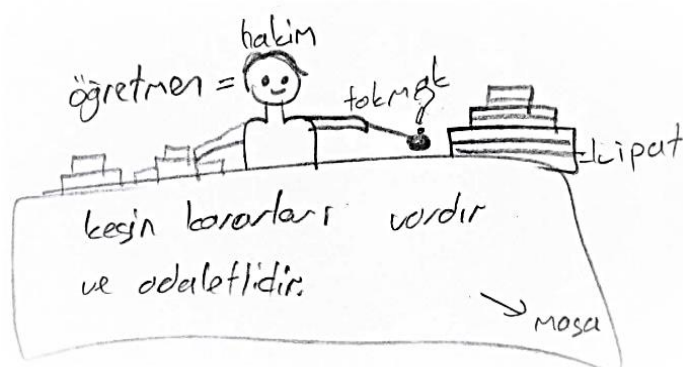


Figure 1. Student 148 PU8M1

Turkish comment in the picture: There is a final decision of my PET and he / she is fair.

Student 10. PETs as family members

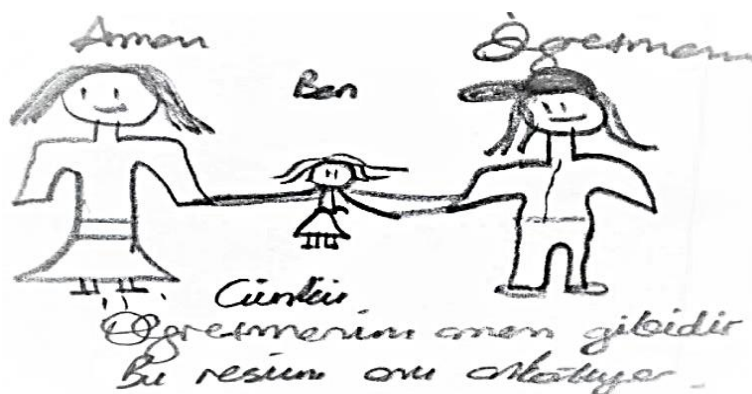


Figure 2. Student 376 PR8F1

Turkish comment in the picture: For Miss PET, my teacher is like my mother.

Table 4. Distribution of metaphors by school type

Metaphor Categories	Type of School				χ^2	p
	Public		Private			
	f	%	f	%		
Positive	143	75.26	180	94.24	26.581	0.01**
Negative	47	24.73	11	5.75		
Total	190	100.00	191	100.00		

**p<0.01

Most participants generated the metaphor of “PETs as athletic and physically strong people.” There was a significant difference in the frequency of positive and negative metaphors between private and public school students. The former (f=180; 94.24%) generated more positive metaphors than the latter (f=143; 75.26%) (p<0.01).

Table 5. Distribution of metaphors by grade level

Metaphor Categories	Grade Level								χ^2	p
	5		6		7		8			
	f	%	f	%	f	%	f	%		
Positive	74	93.82	87	85.29	0	85.36	92	79.31	5.448	0.142
Negative	7	8.64	15	14.70	2	14.63	24	20.68		
Total	81	100.00	102	100.00	2	100.00	116	100.00		

The frequency of positive and negative metaphors did not significantly differ by grade level ($p>0.05$).

DISCUSSION and CONCLUSION

There was no significant difference in the frequency of positive and negative metaphors between male and female participants (Table 1), which is consistent with the literature (Görücü, Köksal & Uslu, 2016; Kardeşinoğlu, 2015; Şengül, Katrancı & Cantimer, 2014). Sözen and Korur (2019) reported that female students generated more negative metaphors than males but that the difference was statistically insignificant. Köksal and Görücü (2015) also found no gender effect on seventh graders' ($n = 393$) metaphors for a physical education class, which is probably because seventh graders are in a developmental period where gender does not yet affect their perceptions.

Most metaphors were under the category of "PETs as athletic and physically strong people" (32.2%). In their explanations, most participants made an analogy between PETs and athletes. The second and third categories with the highest number of metaphors were "PETs as sources of information" (7.8%) and "PETs as fun people" (7.8%), respectively. Sözen and Korur (2019) also found that most secondary school students ($n = 200$) generated metaphors that portrayed PETs as athletic and physically strong (16%) and good people (12.5%) who guided them to the right path (9.5%). In general, research shows that students perceive teachers in a positive fashion (Kalyoncu, 2012). Ryan, Fleming, and Maina (2003) found that secondary school students ($n = 611$) had positive attitudes towards PETs. Görücü, Köksal and Uslu (2016) reported that sixth graders ($n = 356$) created 67 metaphors for PETs, mostly under the category of "PETs as someone needed." Most of our participants also generated positive metaphors for PETs. Koç et al. (2015) determined that most seventh graders (93.07%) used positive metaphors, while only 6.97% used negative metaphors to describe sports.

Our participants' negative metaphors were grouped under the category of "PETs as short-tempered people." Their explanations suggested that they saw their PETs as short-tempered people who were always shouting and yelling at them. Kardeşinoğlu (2015) also reported that teacher behavior caused fear and anxiety, resulting in student alienation. In general, research shows that students use a wide range of metaphors to express their thoughts about teachers (De Guerreo & Villamil, 2002; Saban, Koçbeker & Saban, 2006).

Most of our participants' drawings fell under the category of "PETs as athletic and physically strong people." Their drawings were consistent with their metaphors, suggesting that they had perceived PETs positively fashion. However, some participants used negative metaphors to describe PETs and made drawings depicting them negatively, which begs for a more in-depth analysis. Aykaç (2012) found that most secondary school students made very positive drawings to express what they thought about their teachers. Most of our participants also positively

portrayed PETs in their drawings, which is consistent with the results reported by Sözen and Korur (2019). Overall, most of our participants had a favorable perception of PETs as they regarded them as caring, funny, talented, hardworking, and strong mentors. This result is consistent with the literature (Yılmaz, Esenturk, Tekkursun Demir & Ilhan, 2017).

Private school students generated more metaphors than public school students (Table 2). However, Karaşahinoğlu (2015) found no difference in the number of metaphors between private and public school students. This may be due to differences in PET attitudes and physical conditions between the two types of schools. However, more research is warranted to better understand the effects of school type on students' perceptions of teachers.

Görücü, Köksal and Uslu (2016) determined that public school students (184 girls and 172 boys) generated 67 metaphors for their teachers, which were grouped under seven categories: "someone needed", "guides", "motivators", "bossy", "sources of fun" "intimate", and "rude". Although the researchers found no effect of grade level on the frequency of metaphors, they reported that the higher the grade level, the more negative the metaphors (fifth-graders =8.64%, sixth-graders = 14.70%, seventh-graders = 14.63%, eighth-graders =20.68%). Sözen and Korur (2019) and Karaşahinoğlu (2015) also found no effect of grade level on the frequency of metaphors generated by secondary school students for PETs.

Adolescence is a period of transition between childhood and adulthood. Secondary schools develop self-centered attitudes, exercise their new reasoning capabilities, and seek strong friendships and independence, which affects their relationships with adults. Secondary schools may not respond well to authority and tend to criticize and question adults' rules (Aydın, 2013). This may explain why students think less highly of PETs as they move up to the next grade level.

In conclusion, participants generated positive metaphors that depicted PETs as athletic, physically strong, funny, and good people, whereas few used negative metaphors, indicating that they saw PETs as short-tempered people who were always shouting and yelling. Participants also made drawings portraying PETs as athletic, physically strong, and beloved people, whereas some drawings illustrated PETs as short-tempered people. Private school students had more positive metaphors than public school students.

Although positive metaphors were prevalent, some participants still used negative metaphors to describe their PETs. Therefore, we recommend that PETs formulate and implement strategies to eliminate the negative perceptions that some students have of them.

Conflicts of Interest: The authors declare that they have no conflict of interest.

Author Contributions: Both authors contributed equally to the preparation of this article and approved it for publication.

Research Ethic

Ethics Committee : Clinical Research Ethics Committee of Afyonkarahisar Health Sciences University, Turkey

Date : Jan., 18, 2019

Decision / Protocol number : 2019/2-2011-KAEK-2

REFERENCES

- Açak, M. (2006). *Beden Eğitimi Öğretmeninin el kitabı [Physical Education Teacher Handbook]*. Ankara: Morpa Culture.
- Aydın, B. (2013). *Çocuk ve ergen psikolojisi*. 4. baskı, Ankara: Nobel.
- Aykaç, N. (2012). Perceptions of the teacher and teaching process in the drawings of elementary school students. *Education and Science*, 37(164), 298-315.
- Balcı, A. (2011). *Sosyal bilimlerde araştırma yöntem, teknik ve ilkeler*. Ankara: Pegem.
- Ben-Peretz, M., Mendelson, N. & Kron, F.W. (2003). How teachers in different educational context view the irroles. *Teaching and Teacher Education*, 19, 277-290. [https://doi.org/10.1016/S0742-051X\(02\)00100-2](https://doi.org/10.1016/S0742-051X(02)00100-2)
- Cerit, Y. (2008). Students, Teachers and Administrators' on metaphors with respect to the concept of teacher. *The Journal of Turkish Educational Sciences*, 6(4), 693-712.
- De Guerrero, M.C. & Villamil, O.S. (2002). Metaphorical conceptualizations of ESL teaching and learning. *Language teaching research*, 6(2), 95-120. <https://doi.org/10.1191/1362168802lr101oa>
- Görücü, A., Köksal, O. & Uslu, M. (2016). Related metaphor perceptions of secondary school students. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 18(2), 128-139.
- Hekim, M. (2015). *Çocuk gelişimi ve eğitiminde beden eğitimi derslerinin yeri ve önemi*. VII. International Congress of Educational Research, May 28-31. Muğla. http://www.eab.org.tr/eab/media/kitap/EAB_Kongre_Kitap_2015.Pdf
- Kalyoncu, R. (2012). Visual arts teacher candidates' metaphors related to concept of "Teaching." *Mustafa Kemal University Journal of Social Sciences Institute*, 9(20), 471-484.
- Karavaşinoğlu, T. (2015). *Ortaokullarda Beden Eğitimi Öğretmenine İlişkin Metaforik Algular [Metaphoric Perceptions of Physical Education Teacher in Secondary Schools]*. Gazi University Education Sciences Institute Master Thesis.
- Koç, M., Murathan, F., Yetiş, Ü. & Murathan, T. (2015). Perceptions of 7th grade elementary students about Sports Concept. *The journal of Academic Social Sciences*, 3(9), 294- 303.
- Köksal, O. & Görücü, A. (2015). Examining secondary student' metaphor perceptions of the concept of physical education lesson. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 17(1). 105-113.
- Kurtipek, S. (2019). Spor kulüplerine üye bireylerin spor kulübü kavramına ilişkin algılarının belirlenmesi: Bir metafor analizi çalışması. *Sportre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 209-145.
- Kurtipek, S. & Sönmezoglu, U. (2018). Determination of the perceptions of sports managers about sport concept: A metaphor analysis study. *International Journal of Higher Education*, 7(4), 17-25.
- Martens, R. (1997). *Successful coaching [Başarılı Antrenörlük]*, (Çeviri: Tuncer Büyükonat), 1. Baskı, Beyaz Yayınevi.
- Marzano, R.J., Gaddy, B.B., Görücü A, Köksal, O. & Uslu, M. (2016). Related metaphor perceptions of secondary school students. *Turkish Journal of Sport and Exercise*, 18(2), 128-139.
- Miles, M.B. & Huberman, A.M. (1994). *An expanded sourcebook qualitative data analysis*. California: Sage Publications.
- National Association for Sport and Physical Education (NASPE) and American Heart Association (AHA) (2006). *Shape of the nation report: Status of physical education in the USA*. Reston, Va: NASPE.
- Özcan, A. (2010). *İlköğretim öğrencilerinin ingilizce öğrenmeye yükledikleri anlamlar: Metaforik bir analiz*. (Yayınlanmış) Yüksek Lisans Tezi, Gaziosmanpaşa Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Tokat.

- Cirit, B. & Gölünük Başpınar, S. (2021). Investigation of secondary school students' metaphorical perceptions for physical education teachers. *Journal of Sport Sciences Researches*, 6(1), 106-117.
- Ryan, S., Fleming, D. & Maina, M. (2003) Attitudes of secondary school student toward their physical education teachers and class. *Physical Educator*, 60(2), 28-42.
- Saban, A. Koçbeker, B.N. & Saban, A. (2006). Examining of teacher candidates' perceptions towards "teacher" concept through metaphor analysis. *Educational Sciences in Theory and Practice*, 6(2), 461-522.
- Sanchez, A., Barreiro, J.M. & Maojo, V. (2000). Design of virtual reality systems for education: A Cognitive approach. *Education and Information Technologies*, 5, 345-362. <https://doi.org/10.1023/A:1012061809603>
- Şengül, S., Katrancı, Y. & Cantimer, G. (2014). Metaphor perceptions of secondary school students about "Mathematics Teacher". *The Journal of Academic Social Science Studies*, 25(1), 89-111. <https://doi.org/10.9761/JASSS2155>
- Simon, J.L. & Burstein, P. (1985). *Basic research methods in social sciences*. NewYork: Random House.
- Sözen, H. & Korur, E.N. (2019). "A physical edication teacher is like...." Examining Turkish studensts, perceptions of physical education teachers through metaphor analysis. *International Electronic Journal of Elementary Education*, 12(2), 183-188. <https://doi.org/10.26822/iejee.2019257665>
- Tompkins, P. & Lawley, J. (2002). Themagic of metaphor. Thecaroline news letter, March. <https://www.cleanlanguage.co.uk/Magic-of-Metaphor.html>
- Toprakçı, E. (2012) Rethin king classroom management: A New perspective, a new horizon. *e-International Journal of Educational Research*, 3(3), 84-110.
- Yıldırım, A. & Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimler denitel araştırma yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Yılmaz, A., Esenturk, O.K., Tekkursun Demir, G. & Ilhan E.L. (2017). Metaphoric perception of gifted students about physical education course and physical education teachers. *Journal of Education and Learning*, 6(2), 220- 234. <https://doi.org/10.5539/jel.v6n2p220>



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International license**.

Güçlü ve Zayıf Yönleri ile Espor: Yönetici ve Akademisyen Bakış Açısına Dayalı Nitel Bir Çalışma*

Tunahan ASLAN[†], Dilşad ÇOKNAZ²

¹Gazi Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Ankara

²Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Bolu

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 28.03.2021

Kabul Tarihi: 03.05.2021

DOI:10.25307/jssr.904500

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Gelişen teknoloji ile hayatımıza dahil olan oyun konsolları ve video oyunları 1980'li yıllardan itibaren giderek popülerliğini arttırmıştır. Video oyunlarına gösterilen bu ilgi ve alaka oyun sektörünün gelişimine neden olmuş ve "espor" olarak adlandırdığımız kavramın ortaya çıkmasına sebep olmuştur. İzleyici ve katılımcı sayının günden güne artmasının yanı sıra birçok spor kulübü ve şirketin bu alana yatırımlar yapması esporun bir spor türü olup olmadığı hakkındaki tartışmaları yoğunlaştırmıştır. Bu çalışmanın amacı Türkiye'de espor yöneticileri ve spor yönetimi akademisyenlerinin bakış açısına dayalı olarak esporun güçlü ve zayıf yönlerinin incelenmesidir. Araştırma nitel araştırma desenlerinden olgubilim (fenomenoloji) desenine göre tasarlanmış ve veri toplama yöntemi olarak "yarı yapılandırılmış görüşme" yaklaşımı kullanılmıştır. Araştırmada 11 katılımcı yer almış (5 espor yöneticisi 6 spor yönetimi akademisyeni) ve katılımcıların belirlenmesinde ölçüt örnekleme kullanılmıştır. Analizler tümevarım yöntemi kullanılarak yapılmış ve bu aşamada Nvivo 10 programından yararlanılmıştır. Esporun güçlü yönleri düşük maliyet, kolay ulaşılabilirlik, kariyer imkânı, ülke tanıtımı, devlet desteği, taraftarlık olgusu, yeni jenerasyon, teknoloji, gelişim potansiyeli, bireysel ve sosyal kazanımlardır. Esporun zayıf yönleri ise tanıtım, hukuki problemler, güvenlik problemleri, sağlık problemleri, tüketicilerin çabuk sıkılması, kariyer süresi, internet altyapısı ve kötü amaçtır. Espor yeni bir alan olmasına karşın yakaladığı büyük gelişme ivmesiyle çoğu geleneksel sporu geride bırakmıştır. Fakat zayıflıkları sebebiyle eksik noktalarının giderilmesine yönelik adımlar atılması gerekmektedir.

Anahtar kelimeler: Espor, Nitel çalışma, Güçlü yönler, Zayıf yönler.

Esports with Its Strengths and Weaknesses: A Qualitative Study Based on the Managerial and Academic Perspective

Abstract

From the beginning of 1980s, video games and gaming consoles have grown popularity with advancing new technologies. This attention towards video games has led to improvement of video game industry and emerged "E-sports" concept. Not just growing numbers of viewers, participants and also investments of various companies, sports clubs have blazed up the discussion whether E-sports is a real sports or not. The purpose of this study was to investigate the strengths and weaknesses of eSports in Turkey with point of eSport managers and sport scientists. Qualitative research methods and phenomenology design were used in this research. The data were collected by semi-structured interviews. 11 participants (5 eSport managers and 6 sports scientists) included the research and were selected by the method of criterion sampling. Inductive data analysis was used for data analysis and data was transferred into NVIVO 10 software. The strengths of esports were low cost, accessibility, career opportunity, publicity of country, support of government, fanship, being new generation, technology, developmental potential, and individual and social gains. In addition weaknesses of eSports were determined as recognition, legal problems, cybersecurity problems, health problems, quick boredom of the consumers, career period, internet infrastructure and badly purposes. Despite of eSport's being a new field, it's evolution has gained such a momentum that it surpassed many conventional sports fields. But because of its weaknesses, there needs to be an effort to fix the flawed points of it.

Keywords: eSport, Qualitative study, Strengths, Weaknesses.

*Bu araştırma Tunahan Aslan'ın 2019 yılında tamamladığı "Yönetimsel ve Akademik Bakış Açısıyla Espor" isimli yayınlanmamış yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

† **Sorumlu Yazar:** Doktora Öğrencisi Tunahan Aslan, **E-posta:** tunahanaslan@hotmail.com

GİRİŞ

Son dönemlerde oldukça popüler olan espor geleneksel sporun en güçlü rakiplerinden biri olarak görünmektedir. Kuşkusuz esporun popüler olmasında dijital yerlilerin teknolojiye bağlı yaşam tarzının etkisi büyüktür. Prensky'nin (2001) deyişiyle "dijital yerliler" bilgisayar donanımları ve video oyunları gibi dijital çağın teknolojik araçlarıyla çevrili bir dünyanın içine doğan ve halihazırda bu dünyanın içinde yaşayan bir popülasyonu temsil etmektedir. Bu grup teknolojiye dayalı günlük yaşam pratikleriyle esporun en iyi tüketicileri olarak görünmektedir. Dolayısıyla esporun hızlı yükselişinde lokomotif görevi üstlendiklerini söylemek hiç de yanlış olmayacaktır.

Kendi ekosistemini de oluşturan espor, Covid-19 Pandemisi ile birlikte daha güçlü bir ivme kazanmıştır. 2018 yılında yapılan espor pazar araştırmalarında espor farkındalığı 1 milyar 586,1 milyon kişi, hayran sayısı 165 milyon kişi, espordan elde edilen gelirler 905,6 milyon dolar ve espor organizasyonlarının online platformlarda izlenme süresi ilk 25 oyun için toplam 959,3 milyon saattir (Newzoo, 2018). 2020 yılı için ortaya konan rakamlar dünya çapındaki espor farkındalığının 1 milyar 955,5 milyon kişiye, espor hayranlarının sayısının 222,9 milyona ulaştığını, sponsorluk, reklam, yayın hakları, ürün ve bilet satışı gibi kaynaklardan elde edilen gelirlerin 1 milyar 100,1 milyon dolara çıktığını göstermektedir (Newzoo, 2020). Espor organizasyonlarının canlı olarak yayımlandığı Youtube, Twitch ve Mixer gibi dijital platformlarda en çok izlenen üç oyunun izlenme saatlerine bakıldığında; League of Legends'in 348,8 milyon, Counter Strike: Global Offensive'in 215 milyon ve DOTA 2'nin 198,9 milyon saat olduğu, sıralamadaki ilk 25 oyunun toplam izlenme süresinin ise 1 milyar 209,6 milyon saat gibi inanılmaz denilebilecek bir süreye ulaştığı anlaşılmaktadır (Newzoo, 2020). 2018 ve 2020 yılları arasında basitçe bir karşılaştırma yapıldığında büyümenin ne denli güçlü olduğu rahatlıkla fark edilebilmektedir. Sadece iki yıl gibi kısa bir sürede espor farkındalığının 369,4 milyon kişi arttığı, bu süre içerisinde esporun 57,9 milyon yeni hayran edindiği anlaşılmaktadır. Bu artışların gelirlere ve izlenme saatlerine de yansıdığı, 2018-2020 yılları arasında gelirlere 194,5 milyon dolar, izlenme süresinde ise 250,3 milyon saatlik 2020 yılı lehine bir farklılık olduğu görülmektedir.

Espor büyüdükçe espor üzerindeki tartışmalar da hiç azalmadan devam etmektedir. "Espor" veya "Elektronik spor" terimi 1990'lı yıllarda hayatımıza dâhil olmuştur. Terimin ilk kullanıldığı yer, 1999 yılında yapılan eski ve güvenilir bir kaynak olan Online Gamers Association'ın lansmanıdır (Wagner, 2006). Yaklaşık otuz yıllık bir tarihe sahip olmasına rağmen esporun literatürde belirlenmiş tek bir tanımı bulunmamaktadır. Yine de literatürde yapılmış olan çeşitli tanımlar esporu açıklamak için kullanılabilir. Bir tanıma göre espor, siber ortam içerisindeki rekabetçi video veya bilgisayar oyunları, yeni gelişen bir spor dalı olarak tanımlanmaktadır (Jonasson ve Thiborg, 2010). Hamilton (2012) ise elektronik spor veya esporu, "dijital video oyunlarının üst düzey oynanmasına ve gösterimine işaret eder" şeklinde tanımlamıştır (aktaran: Kozachuk ve diğerleri, 2016). Son olarak Keach (2015) espor için "video oyunlarının profesyonelleştirilmesi" şeklinde kısa ve basit bir tanım yapmıştır (aktaran: Özbıçakçı, 2016). Ancak tüm bu tanımlamalara rağmen esporun akademik düzeyde belirli tek bir tanımı yoktur ve esporun eğitim programlarına dahil olduğu günümüzde espor için başlıca problemlerden biri budur. Başka bir ifadeyle esporun ne olduğu ya da olmadığı güncel tartışma konularından biri olmaya devam etmektedir.

Hamari ve Sjöblom (2017) esporun gerçekten bir spor olarak kabul edilip edilemeyeceğine yönelik hala var olan bir dirençten bahsetmektedir. Olimpik eğitim çalışmaları ile bilinen Jim Parry 2019 yılında yazdığı “Espor Spor Değildir” başlıklı çalışmasında belki de bu konudaki en sert yaklaşımı sergileyerek, esporun sporla benzeşik yönleri tanımlanabilse bile, fiziksel aktiviteden yoksun olması sebebiyle kesinlikle spor olarak nitelendirilemeyeceğini, bilgisayar oyununa sadece oyun denmesi gerektiğini vurgulamaktadır. Jenny, Manning, Keiper ve Olrich (2017) de benzer biçimde oyun, rekabet, kurallar, beceri gerektirme gibi özelliklere sahip olsa da esporu fiziksel etkinlikten ve kurumsallaşmadan oldukça yoksun bir alan olarak görmektedir. Hallmann ve Giel (2018) ise rekreasyon açısından bir tartışmaya öncülük ederek espor'un spora yakın ancak henüz eşdeğer olmadığını, fiziksel aktiviteleri açısından dart veya satranç gibi alanlar ile karşılaştırılabileceğini ifade etmektedir.

Spor yönetimi ve spor pazarlaması alanında çalışanlar ise esporu bu pedagojik yaklaşımlardan daha farklı şekilde ele almaktadır. Örneğin Funk ve diğerleri (2018) esporu genel fiziksel aktivite ile özdeşleşen spor şeklinde değil, rekabetçi bir sonuca karar vermek için insan vücudunun fiziksel eylemlerini gerektiren modern ve oldukça yapılandırılmış bir faaliyet olarak ele almak gerektiğini ileri sürmektedir. Heere (2018) spor endüstrisinin esporu bir spor olarak benimsemesi sebebi ile akademisyenlerin de esporu, sporlaşmanın bir tezahürü olarak benimsemesi ve endüstri üzerindeki olumlu ve olumsuz etkilerinin incelemesi gerektiğini belirtmektedir. Hallmann ve Giel'in (2018) büyük olasılıkla esporun resmi bir spor olarak kabul edileceği ve hatta en sonunda olimpik programa da dahil edileceği öngörüsü çoktan gerçekleşmiştir. Espor 2022 Asya Oyunlarının resmi dallarından biridir. Tavrı merakla beklenen Uluslararası Olimpiyat Komitesi (UOK) ise espora yönelik mesafesini korumaya devam etmektedir. Sporun en üst yönetsel organının bu tavrı belki de espora yönelik tartışmaların ardındaki itici güç olarak ele alınabilir.

Türkiye açısından espor konusuna döndüğümüzde, ülkemizde esporun 2000'li yıllarda genellikle Dota ve Counter Strike üzerinden yapılan organizasyonlar ve kafe turnuvaları ile kendini gösterdiğini söylemek mümkündür. League of Legends (LOL) piyasaya çıkana ve Türkiye'de popülerliği artana kadar ise çok büyük bir gelişme göstermemiştir. Bu süre içerisinde World Cyber Games (WCB) elemelerinin ülkemizde gerçekleştirilmiş olması Türkiye'de esporun temellerini atan ana unsur olarak görülebilir. Yine Beşiktaş, Fenerbahçe, Galatasaray ve Bursaspor gibi önde gelen spor kulüplerinin espor takımları kurarak, mücadele etmeye veya yatırım yapmaya başlaması önemli dönüm noktalarındandır. Türkiye'de kulüp bazında yatırımlar 2003 yılında “Dark Passage” espor kulübünün kurulmasıyla başlamıştır (Tarakçı, 2020). Kurumsal anlamda bakıldığında ise 2011 yılında Gençlik ve Spor Bakanlığı altında Türkiye Dijital Oyunlar Federasyonu (TÜDOF) kurulmuştur. Fakat bu federasyon 2013 yılında kapatılmış, ardından Gelişmekte Olan Spor Branşları Federasyonu bünyesinde Dijital Oyunlar As Başkanlığı adı altında tekrar faaliyete geçirilmiştir. Ülkemizdeki ilk resmi espor organizasyonu 2014 yılında League of Legends Şampiyonluk Ligi ve Yükselme Ligi'nin kurulması ile olmuştur (Ntv.com.tr, 2014). Bu ligler bugün hala Türkiye'nin tek profesyonel espor ligleri olma unvanını korumaktadırlar. Bu liglerde mücadele eden sporculara ise yine 2014 yılından beri Gençlik ve Spor Bakanlığı tarafından sporcu lisansı verilmektedir. Ayrıca bu oyuncular profesyonel oyuncu olarak kabul edilmektedir. Bu gelişmelerin ve esporun ülkemizdeki popüleritesinin artışından sonra “Türkiye E-spor Federasyonu” adıyla sadece espor için bir federasyon kurulmuştur.

Araştırmanın Amacı ve Önemi

Atılan tüm bu adımlara rağmen esporda hem Türkiye, hem dünya genelinde birçok belirsizlik ve eksiklikler bulunmaktadır. Uluslararası bir federasyonu (IeSF) bulunan, birçok ülkede (Güney Kore, Malezya, İngiltere vb.) resmi spor dalı olarak kabul edilen bir alanda halâ esporun bir spor dalı olup olmadığı gibi tartışmaların devam etmesi espor adına en büyük eksikliklerdendir. Ayrıca esporculara sporcu lisansı, sporcu vizesi verilmesi gibi destekler sunulmasına karşın espor liglerinin oyunların yapımcısı olan firmanın sorumluluğunda olması organizasyonun denetiminin, düzenlemelerinin nasıl ve nelere göre yapıldığı gibi soru işaretleri oluşturmaktadır. Yapılan incelemelerde yeni olmasına rağmen çok hızlı gelişen esporun tanımlama, yönetim ve kurumsallaşma ile ilgili sorunları olduğu açıktır. Bu bağlamda esporun araştırılması ve aydınlatılması gereken birçok yönü bulunmaktadır. Türkiye’de yönetsel anlamda konunun uzmanları ve uygulayıcıları ile az sayıda çalışma yapılmış olması da çalışmanın temel gerekçelerinden biridir. Tüm bu bilgiler ışığında mevcut çalışmada Türkiye’de espor yöneticileri ve spor yönetimi akademisyenlerinin bakış açısına dayalı olarak esporun güçlü ve zayıf yönlerinin incelenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Bu araştırma betimsel bir araştırma olup, araştırmada nitel araştırma tekniklerinden yararlanılmıştır. Araştırma deseni olgubilim (fenomenoloji) dir. Olgubilim (fenomenoloji) farkında olunan ancak derinlemesine ve ayrıntılı bir anlayışa sahip olunmayan, olaylar, deneyimler, algılar, yönelimler, kavramlar ve durumlar gibi çeşitli biçimlerde şekillenen olgulara odaklı bir desen olup, tamamıyla yabancı olunmayan ama aynı zamanda da tam olarak anlamı kavranamayan olguları araştırmayı amaçlayan çalışmalar için uygun bir araştırma zemini oluşturur (Yıldırım ve Şimşek, 2013). Olgubilim deseni araştırma kapsamında yer alan insanlar için araştırılan olgunun kaynağı ve yapısı nedir sorusuna yanıt arayabilen (Patton, 1990) bir yaklaşıma sahiptir. Bu araştırmanın olgubilim deseni ile tasarlanmasının nedeni öncelikle dünyada esporun anlamı üzerine yürütülen tartışmalardan yola çıkarak, kavramın ülkemizde ilgili çevrelerce nasıl ele alındığını anlamak ve yine tüm dünyaya paralel şekilde ülkemizde henüz şekillenen bir alan olması itibarı ile esporun güçlü ve zayıf yönlerine dair derinlemesine bir anlayış ortaya koyabilmektir.

Katılımcılar

Bu araştırmadaki katılımcılar amaçlı örneklem yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve kolay örnekleme yöntemine göre seçilmiştir. Creswell (1998) olgubilim araştırmalarında ölçüt örnekleminin ideal olduğunu, Patton (1990) ise ölçüt örnekleme mantığı ile daha önce belirlenmiş bazı önemli kriterleri karşılayan tüm olguları gözden geçirmek ve araştırmaya odaklanmak gerektiğini söyler. Çalışma konusu güçlü ve zayıf yönleri ile esporun incelemek olduğu için esporu yöneten, espor konusunda akademik çalışmalar üreten yönetici ve akademisyenlerin çalışma için iyi birer veri kaynağı olacağı düşünülmüştür. Bu doğrultuda çalışmada yer alacak katılımcılarda;

- Türkiye’de espor branşında faaliyet göstermiş/gösteren kulüp, takım, lig yöneticisi/temsilcisi olmak,
- Espor alanında akademik çalışmalar yapan spor yönetimi akademisyeni olmak,

- Türkiye E-spor Federasyonu'nda yönetici/çalışan olmak, ölçütlerinden birine sahip olmasına dikkat edilmiştir.

Devam eden süreçte bu ölçütlere uyanlar arasından kolay örneklem yöntemiyle ulaşılabilenler araştırma kapsamına dâhil edilmiştir. Kolay örneklem araştırmaya hız ve pratiklik kazandırması ve aynı zamanda daha ekonomik olması sebebi ile tercih edilmiştir. 5'i yönetici 6'sı akademisyen olmak üzere araştırmada toplam 11 katılımcı yer almıştır. Araştırmaya katılan yönetici grubunun tamamı erkek katılımcılardan oluşurken akademisyen grubu 4 kadın ve 2 erkek katılımcıdan oluşmaktadır. Araştırmada yer alan katılımcılara ait bilgiler Tablo 1.'de sunulmuştur. Tablo 1.'de katılımcı sütunundaki YK kısaltması yönetici katılımcıları, AK kısaltması ise akademisyen katılımcıları ifade etmektedir. Bu kısaltmalar araştırmanın devam eden bölümlerinde ifadelerin kime ait olduğunu belirtmek için kullanılmıştır.

Tablo 1. Katılımcı profilleri

Katılımcı	Cinsiyet	Eğitim Durumu	Meslek
YK1	E	Lisans	Yönetici
YK2	E	Lisans	Yönetici
YK3	E	Lisans	Yönetici
YK4	E	Lisans	Yönetici
YK5	E	Lisans	Yönetici
AK1	E	Lisansüstü	Akademisyen
AK2	K	Lisansüstü	Akademisyen
AK3	E	Lisansüstü	Akademisyen
AK4	K	Lisansüstü	Akademisyen
AK5	K	Lisansüstü	Akademisyen
AK6	K	Lisansüstü	Akademisyen

Araştırma Yayın Etiği

Bu çalışma Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'nun 27.12.2018 tarihli 2018/11 (Protokol NO. 2018/312) toplantısında Etik onam almıştır.

Verilerin Toplanması

Veri toplama yöntemi olarak “yarı yapılandırılmış görüşme” yaklaşımı kullanılmıştır. Bu yöntemde görüşmeci katılımcılara konu ve alan ile ilgili olmak üzere önceden hazırlanmış soruları sorabilirken aynı zamanda ek ve ayrıntılı bilgi almak amacıyla ilave sorular sorma özgürlüğüne sahiptir. Bu kapsamda esporun güçlü ve zayıf yönlerini belirleyebilmek için 12 açık uçlu sorudan oluşan bir görüşme formu hazırlanmıştır. Görüşme formu hazırlanırken soruların katılımcılar tarafından anlaşılabilirliğini ölçmek, ilave edilmesi ya da çıkarılması gereken soruları anlamak için bir espor takımının yöneticisi ile deneme görüşmesi yapılmış ve formdaki sorulara son hali verilmiştir.

Katılımcılarla yüz yüze gerçekleştirilen görüşmeler ses kayıt cihazı aracılığıyla, katılımcıların onayı dâhilinde kaydedilmiştir. Araştırma esnasında yapılan bütün görüşmeler katılımcılara önceden ulaşılarak araştırmaya katılmak isteyenlerle katılımcıların belirlediği gün, saat ve yerde yüz yüze gerçekleştirilmiştir. Görüşmeler ortalama olarak 20 dakika sürmüştür ve

araştırma problemi ile ilgili mümkün olduğunca ayrıntılı veri toplanmaya çalışılmıştır. Görüşme sorularında görüşme esnasında herhangi bir kısaltma yapılmamıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde tümevarım analizi kullanılmıştır. Yıldırım ve Şimşek (2013) tümevarımcı analizi, kodlama yoluyla verilerin altında yatan kavramları ve bu kavramlar arasındaki ilişkileri ortaya çıkarmak şeklinde açıklar. Patton (2002) tümevarım analizini “veriden gelen analiz” olarak tanımlarken, veriler arasındaki örüntüleri, temaları ve kategorileri ortaya çıkarmaktan bahsetmektedir. Kısaca tümevarımcı analiz kodlama ve temalaştırma süreci çerçevesinde ilerleyen bir yapı sergiler. Bu çalışmadan elde edilen verilerin analizinde görüşmeler yolu ile elde edilen veriler, ses kaydından dinlenerek bilgisayar ortamında düz yazı haline getirilmiştir. Metinler dört farklı kişi tarafından birbirinden bağımsız kodlanmıştır. İlk kodlama sürecinden sonra bu çalışmanın araştırmacıları bir araya gelmiş ve analiz sürecini devam ettirerek temalar oluşturulmuştur. Analizler sırasında NVIVO 10 programı kullanılmıştır.

Geçerlik ve Güvenirlik

Alan yazın nitel araştırmalarda geçerlik ve güvenirlilik yerine kullanılması gereken inandırıcılık, aktarılabilirlik, tutarlık ve teyit edilebilirlik stratejilerinden bahsetmektedir (Yıldırım ve Şimşek, 2013). İnanırıcılık için kullanılacak yöntemler uzun süreli etkileşim, derin odaklı veri toplama, çeşitleme, uzman incelemesi ve katılımcı teyididir. Bu çalışmadaki araştırmacılarından birinin 2010 yılından beri amatör olarak espor ile ilgilenmesi ve alanı yakından takip etmesi uzun süreli etkileşim koşulunu sağlamaktadır. Derin odaklı veri toplama koşulu için araştırmacılar elde ettikleri sonuçları birbiri ile sürekli karşılaştırarak yorumlayıp, bulgular arasında örüntüleri ortaya koymaya çalışarak sağlamıştır. Akademisyen ve yöneticiler olmak üzere iki farklı birimden elde edilen veriler veri çeşitlenmesini, analiz aşamasında dört farklı kişinin analiz yapması analiz çeşitlenmesini sağlamıştır. Araştırmacılar en başından sonuna kadar tüm süreçlerde gerek yüz yüze toplantılar yaparak gerekse farklı iletişim yöntemlerini kullanarak her aşamada fikir alışverişinde bulunmuştur.

Okuyucunun herhangi bir yönlendirilme yapılmaksızın, yansız değerlendirip kavramlarla ilişkinin nasıl kurulduğunun gözlemlenmesi adına verilerin kısmen ham ve en yalın hali ile sunulmasına dikkat edilerek ayrıntılı betimleme ile araştırmanın aktarılabilirliği güçlendirilmiştir. Yine amaçlı örneklem yöntemlerinden ölçüt örnekleme ve kolay örnekleme birlikte kullanılarak araştırmaya dahil edilen veri kaynaklarının, bu farklılığı yansıtacak biçimde seçilmesine dikkat edilmiş ve aktarılabilirlik sağlanmıştır. Araştırmada esporun farklı yönleri ile incelenmesi amaçlandığı için bu konu hakkında bilgi sahibi olan, esporu yöneten, espor konusunda akademik çalışmalar üreten yönetici ve akademisyenlerin çalışma için iyi birer veri kaynağı olacağı düşünülmüştür.

Araştırmada tutarlığın sağlanabilmesi için katılımcılara verilerin bilimsel amaçla toplandığı ve elde edilen kayıtların gizli kalacağı beyan edilmiştir. Böylece katılımcıların samimi ve güvenilir bir şekilde cevap verebilmeleri sağlanmıştır. Araştırma için Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu’ndan izin alınmıştır (Protokol No: 2018/312). Ayrıca kodlayıcılar arası tutarlık hesaplanmıştır. Miles ve Huberman’ın (1994) “Görüş Birliği / (Görüş Birliği + Görüş Ayrılığı)” formülüne göre yapılan hesaplamalar

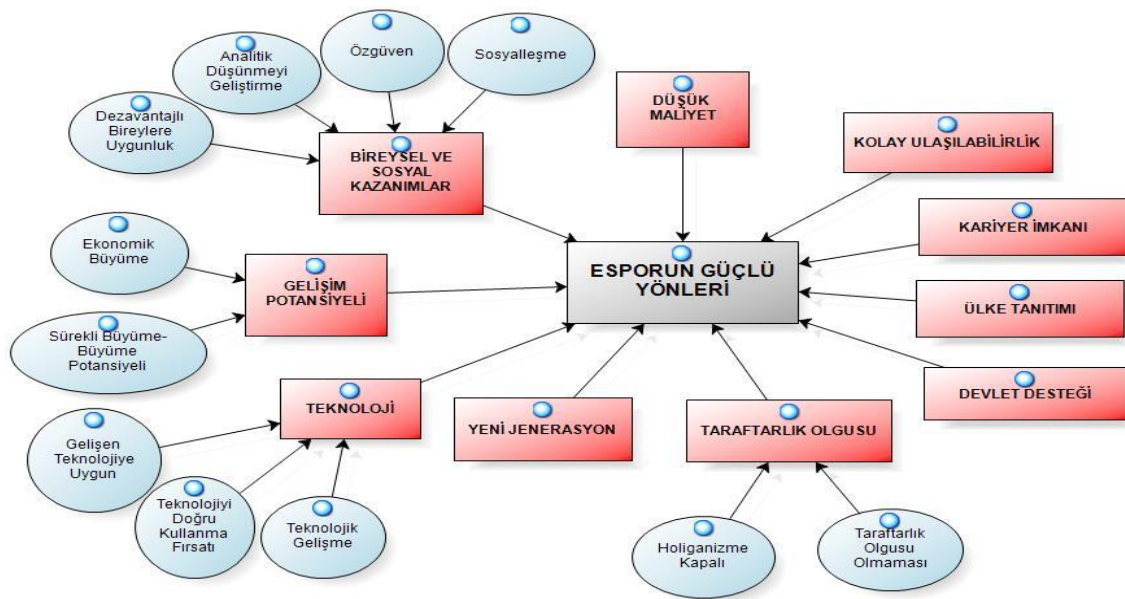
sonucu kodlayıcılar arasındaki tutarlılık %71 olarak tespit edilmiştir. Son olarak teyit edilebilirlik koşulunu sağlamak üzere araştırmacıların elde ettiği ham veriler, yapılan kodlamalar daha sonra incelenebilmesi adına muhafaza edilmektedir.

BULGULAR

Araştırma bulguları iki ana başlık altında sunulmuştur. İlk bölümde olumlu yönler olarak ifade edilebilecek esporun güçlü yönleri yer almaktadır. İkinci bölümde ise olumsuzlukları ifade eden zayıflıklar sunulmuştur.

Yönetici ve Akademisyenlerin Bakış Açısına Göre Esporun Güçlü Yönleri

Esporun güçlü yönleri ile ilgili olarak spor yöneticileri ve spor yönetimi akademisyenlerinin ifadelerine dayalı ortaya çıkan tüm temalar Şekil 1.'de sunulmuştur. Katılımcıların bakış açılarına dayalı olarak esporun; düşük maliyet, kolay ulaşılabilirlik, kariyer imkânı, ülke tanıtımı, devlet desteği, taraftarlık olgusu, yeni jenerasyon, teknoloji, gelişim potansiyeli, bireysel ve sosyal kazanımlar gibi güçlü yönlerle sahip olduğu tespit edilmiştir.



Şekil 1. Akademisyen ve yöneticilere göre esporun güçlü yönleri

Düşük Maliyet

Araştırmada yer alan katılımcılardan YK-2'ye göre espor maliyeti bakımından oldukça ucuz bir etkinlik alanıdır. Katılımcı "diğer aktivitelerle kıyasladığımız zaman oyunun her zaman ucuz olması" ifadesi ile esporun ekonomikliğine vurgu yapmakta ve esporu maliyetleri anlamında bireyi zorlamayan, kişiye yüklenen maliyet açısından daha makul bir etkinlik olarak değerlendirmektedir.

Kolay Ulaşılabilirlik

Katılımcı AK-5 ve YK-4'e göre esporun güçlü yönlerinden biri de kolay ulaşılabilir olmasıdır. AK-5 *"her zaman ulaşılabilir olması açısından elektronik spor avantajlı"* derken zaman açısından kolay ulaşılabilirliğe dikkat çekmektedir. YK-4 ise *"Futbol oynayacaksınız mesela 11 kişi bulmanız lazım ya da basit halı saha maçı 6'ya 6 kişi ... Esporda squad diye tabir ettiğimiz 5 kişi, 4 kişi, 3 kişi ya da duo dediğimiz 2 kişi mevcuttur. Dolayısıyla 10 kişinin ya da 6 kişinin organize olmasından, 2 kişinin organize olması daha hızlı ve kolay olduğu için diğer sporlara göre daha kolay bir takım oluşmaktadır"* ifadesi ile zamansal ve organizasyonel kolaylıkları güçlü yön olarak değerlendirmiştir.

Kariyer İmkânı

Hızla büyüyen bir ekosisteme sahip esporun, yeni iş fırsatları yaratma potansiyeli güçlü yönlerinden biridir. Katılımcılardan AK-3 *"birçok kişiye hem yönetim anlamında hem antrenörlük anlamında farklı iş imkânları sağlayacağını, aynı zamanda sporcu olarak da bireylere bir iş ortamı yaratacağı fikrine sahibim"* ifadesinde bu kariyer imkanlarının sporculuk, antrenörlük ve yöneticilik alanlarında olabileceği ifade edilirken, YK-2 *"Artık kariyerleri sadece Türkiye'de veyahut buldukları şehir veya kasabada değil dünyanın her yerinde devam ettirebilme imkânı sağlıyor espor"* ifadesinde kariyer imkanlarının evrenselleştiği anlaşılmaktadır.

Ülke Tanıtımına Katkısı

Katılımcılardan YK-2'nin, *"Ülkeyi tanıtmak, ülkenin gençliğini tanıtmak için çok değerli"* ifadesi, esporun diğer sporlara atfedilen tanıtım ve reklam gibi güçlü bir yönünün olduğunu ortaya koymaktadır.

Devlet Desteği

Araştırmadaki katılımcılardan YK-3 ülkemizde espora verilen devlet desteğinin güçlü bir yön olduğunu şu ifadeyle açıklamaktadır: *"Geçen Kasım ayında, yurt dışında Uluslararası Espor Federasyonunun bir toplantısı vardı, oraya katıldık. Oradaki birçok espor federasyonu veya kuruluşu dernek adı altında, devletten bir destek görmemiş, devlet kabul etmemişti. Ama Türkiye'de devletin kabul ettiği bir federasyon olmuş. Devlet sayesinde, devlet imkânlarıyla kurulmuş bir federasyon var. Bence bu önemli bir nokta"*.

Taraftarlık Olgusu

Araştırmada günümüzde neredeyse tüm sporların mustarip olduğu şiddet, holiganizm gibi kavramların esporda olmaması esporun güçlü yönlerinden biri olarak öne çıkarılmıştır. Bu durum YK-5'in *"Esporda ben bu fanatikliğin çok fazla olmadığını düşünüyorum."*, *"Fakat esporun bir güzel tarafı spor algısına böyle bir etki olması. Hani insanlar aslında bir oyun izlediklerini ve bu oyunun amacının eğlence olduğunu daha rahat fark edebiliyorlar"* şeklindeki ifadesinde görülmektedir.

Yeni Jenerasyon

Esporun güçlü yönlerinden biri yeni jenerasyona uygun, yeni jenerasyon bir etkinlik alanı olmasıdır. *"Günümüzde artık çocuklar sokakta oynamıyorlar. Bunlar büyüdülerinde de bugün maç izleyerek, futbol maçı izleyerek zaman geçiren kitle kalmayacak artık. Bunlar espor müsabakaları izleyerek zaman geçiren kitleye dönüşüyor"* tespiti ile YK-1; *"Espor"*

şöyle inanılmaz, yeni nesil z kuşağı diyelim, şu an yetişen çocuklarımıza baktığımız zaman 3 yaşında Ipad'lerle, Iphone'larla oyun oynayarak, dolayısıyla da motor becerileri de çok yüksek seviyede oluyor bu arkadaşlarımızın, kardeşlerimizin, böyle bir jenerasyonun böyle bir insanlığın buraya gittiği bir noktada esporun gelişmemesi mümkün değil.” tespiti ile YK-3 esporun gelecek nesillerin izleyeceği ve yapacağı ve bu gidişattan kaçınmanın mümkün olmadığını bir alan olduğunu anlatmaktadır. Yine AK-4 “Geleneksel sporlara, ona doğan jenerasyonlar zaten çok da fazla yönelmiyorlar” ifadesi ile günümüz dünyasında yetişen yeni jenerasyonların espordan önceki spor dallarını pek takip etmediklerini, yeni nesil arasında yaygın olanın espor olduğunu vurgulamış ve bunu da espor açısından bir avantaj olarak değerlendirmiştir.

Ayrıca YK-2 ve AK-3; “Bizim gibi genç popülasyonu olan bir ülke için ayrıca değerli buluyorum” ve “Mevcut olarak ülkemiz adına önemli bir fırsat var çünkü genç bir nüfusa sahibiz. Genç nüfus içerisinde oyun oynama alışkanlığı yüksek” şeklindeki ifadeleri ile yeni jenerasyon bağlamında ülkemize özgü bir güçlü yönden bahsetmişlerdir.

Teknoloji

Her geçen gün biraz daha hayatın odağı haline gelen teknolojinin esporun insan yaşamına girmesini kolaylaştırdığı ve kolaylaştıracağı, daha hızlı yayılmasını sağlayacağı ve esporun bu teknolojilere uyum sağlama konusundaki gücü katılımcıların;

“...teknoloji çok hızlı ilerliyor. Dolayısıyla esporun ileride çok daha yaygın olabileceğini, bir aileyi, işte çekirdek aileyi anne, baba, çocuklar, dört kişi olarak farz edersek oyun oynamayan bir kimsenin on sene içerisinde kalmayacağını değerlendiriyorum.” (AK-1)

“Teknoloji linear değil, iki üzeri iki şeklinde gelişiyor sürekli. Yarınki teknolojiyi bugünden yakalayamıyoruz çok hızlı gelişiyor ve bu hızlı gelişen teknolojinin bir ürünü aslında espor, bizim için ve onun da bu kadar hızlı gelişmesini bekliyoruz.” (AK-4),

“hem akademik anlamda hem de özel hayatlarındaki teknoloji zaten hayatımızın her alanını sarmış, bizi sarmış durumda, bunu doğru şekilde kullanmak adına iyi bir araç olduğunu düşünüyorum” (AK-6),

“Dünyada teknolojinin çok çok hızlı ilerlemesi ve bu teknolojiyi yakalayabilecek sayılı alanlardan biri espor. Yani sadece spor olarak bakmıyorum genel olarak bütün sektörlerle baktığın zaman dünyadaki teknolojik gelişme hızını yakalayabilecek sayılı alanlardan biri espor” (YK-5) ifadelerinde şekillenmiştir.

Gelişim Potansiyeli

Katılımcılar YK-1, YK-3, AK-4 ve YK-4 espor alanının sürekli büyüyen bir ekonomiye ve ivmeye sahip olduğunu belirtmişlerdir. Katılımcıların değerlendirmeleri analiz edildiğinde “sürekli büyüme-büyüme potansiyeli”, “ekonomik büyüme” kodları ile “gelişim potansiyeli” teması oluşturulmuştur. Katılımcılardan YK-1’in “Sektörde önümüzdeki 10 yılda tahmin bile edemeyeceğimiz kadar futbol veya işte Superbowl'dan bile daha büyük bir yerlere gelecek”; YK-3'ün “espor zaten şu anda her sene %30-%40'lık olarak büyüyor hem izleyici hem ekonomik boyut olarak söylüyorum bunu”; YK-4'ün: “... 50 sene önce futbola bakış açısı nasılsa bugün espora bakış açısının o şekilde olduğunu düşünüyorum. Bundan 20 sene sonra esporun futbolun yerini alabilecek kapasitede bir spor ve ekosistem olacağını düşünmekteyim” ve AK-4'ün “Bence espor yaklaşık 10 sene içerisinde geleneksel sporları

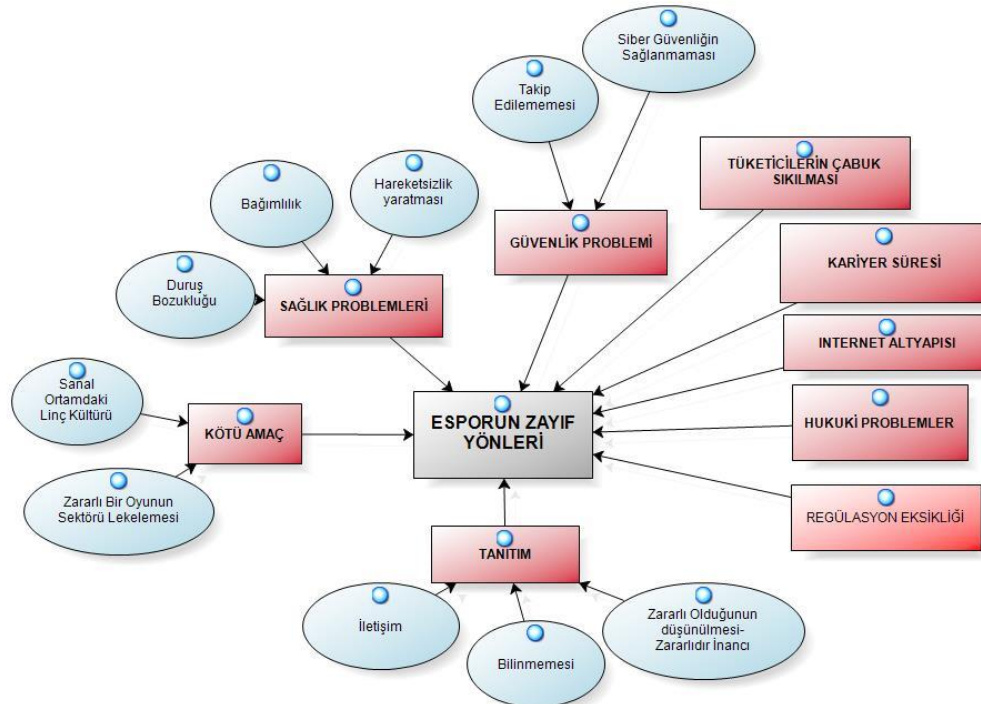
hani piyasadan silecek gibi büyük bir terim kullanmayayım da çok çok önüne geçecek piyasanın” ifadeleri gelişim potansiyelini açıklayan ifadelerdir.

Bireysel ve Sosyal Kazanımlar

Güçlü yönlerden sonuncusu “bireysel ve sosyal kazanımlar” esporun kişilerin sosyalleşmesine katkıda bulunması, özgüven ve analitik düşünme becerisini geliştirmesi ayrıca dezavantajlı bireyler için de uygun olması ile ilgilidir. Katılımcıların konuyla ilgili ifadelerine bakıldığında YK-2'nin dezavantajlı bireylerden “*Espor şöyle bir kere dünyaları birbirine bağlıyor. Yani siz önünüzdeki bilgisayar veya oyunu icra ettiğiniz konsol veya her neyse platform üzerinden dünyaya bağlanıyorsunuz. Dünyada birçok arkadaşınız olabiliyor, hiç yüz yüze görüşmediğiniz sadece sesini duyduğunuz veya yüzünü de görse yan yana bulunmadığınız*” şeklindeki ifadesinde, özgüvenden ise “*Gençlerimizin kendine bu konuda özgüvenini pekiştiriyor*” ifadesinde bahsettiği görülmektedir. Yine AK-5 “*En büyük yarattığı avantajı ve yarattığı fırsat dezavantajlı bireyler yani yardıma muhtaç, evde bakıma muhtaç, eve kapalı kalmış engelli çocuklar işte ne bileyim herhangi bir eğitim-öğretim sportif anlamda bir eğitim-öğretime maddi durumu yetmeyen çocuklar bu tür sanal ortamlarda her zaman bir fırsat bulabiliyor*” şeklindeki ifadesinde dezavantajlı bireyler açısından esporun avantajlarına dikkat çekmektedir. Son olarak AK-6 “*espor bireylerin bilişsel anlamda, farkındalık anlamında, analitik düşünme anlamında özellikle analitik anlamda çok geliştiren bir aktiviteler bütünü*” ifadesi ile analitik düşünme kazanımına vurgu yapmaktadır.

Yönetici ve Akademisyenlerin Bakış Açısına Göre Esporun Zayıf Yönleri

Çalışmada esporun olumsuz tarafları olarak da nitelendirilebilecek ve katılımcı ifadelerinin analizi sonucu belirlenen zayıf yönler Şekil 2.'de sunulmuştur. Bu zayıf yönler; tanıtım, hukuki problemler, güvenlik problemleri, sağlık problemleri, tüketicilerin çabuk sıkılması, kariyer süresi, internet altyapısı, regülasyon eksikliği ve kötü amaçtır.



Şekil 2. Akademisyen ve yöneticilere göre esporun zayıf yönleri

Tanıtım

Katılımcıların “*Bence en zayıf yanı esporun bilinmemesi, ... en büyük sıkıntı yanlış bir şey olduğunu düşünüyor insanlar. Dezavantajının o olduğunu düşünüyorum*”(AK-1); “*Esporun şöyle bir zayıf yanı diyebiliriz. Burada şeyi çok doğru anlatmak gerekiyor insanlara biliyorsun ebeveynler, espor yapan arkadaşlarımızın genellikle yaş ortalaması 15-22 diyelim bu aralığa genç bir kitlesi var espor oyuncularının. Dolayısıyla hala ebeveynin kontrolünde olan kişiler oynuyor bu oyunu ve ebeveynlerin haklı olarak bazı kaygıları oluyor. Bilgisayar oyunu olarak gözüktüğü için espor bilgisayar oyunlarına zaman harcanması, kişisel gelişimi etkilediği düşünülüyor.*”(YK-3) şeklindeki ifadeleri aileler ile gerekli iletişimlerin kurulmamasının, espor kavramının ve kendisinin tam olarak bilinmemesinin yanı sıra zararlı olduğuna yönelik inançların esporun tanıtıma dair zayıf bir yönü olduğunu ortaya koymaktadır.

Hukuki Problemler

Katılımcı YK-1’in “*oyun şirketlerine ait olması bunlar çözülemez yani çözülecek zaman içinde ama böyle tam anlamıyla anonimleşmeyecek.*” ifadesine dayalı olarak hukuki problemler esporun zayıf yönlerinden biri olarak değerlendirilmiştir.

Regülasyon Eksikliği

Katılımcı AK-4 “*esporun şu anda ne ulusal ne de uluslararası belirli bir regülasyonu yok*” ifadesi ile esporun zayıf yönü olarak düzenleme eksiklikleri üzerinde durmuştur. Katılımcının bu değerlendirmesi çerçevesinde “regülasyon eksikliği” teması tanımlanmıştır.

Güvenlik Problemi

Araştırmada AK-2 esporun zayıf yönlerinden bahsederken “*Zayıf yönleri..... takip edilememesi, siber güvenliğinin sağlanamaması*” ifadelerini kullanmıştır. Katılımcının ifadeleri analiz edildiğinde ortaya “takip edilememesi”, “siber güvenliğinin sağlanmaması” kodları ile “güvenlik problemleri” teması oluşturulmuştur.

Sağlık Problemleri

Katılımcılar YK-1, YK-2, AK-3, AK-5, YK-4 ve AK-6 yaptıkları değerlendirmelerde esporun oyun platformları karşısında yapılmak zorunda oluşunun bireyleri hareketsiz bir yaşama itme olasılığından bahsetmişlerdir. Ayrıca oyun oynama alışkanlığının bir bağımlılığa dönme tehlikesi üzerinde dururlarken, fiziksel olarak duruş bozuklukları gibi sağlık sorunları oluşturabileceğini belirtmişlerdir. Katılımcı görüşlerine dayalı olarak sağlık problemleri esporun zayıf yanlarından biri olarak değerlendirilmiştir. Bu zayıf yön ile ilgili katılımcı ifadelerine bakıldığında katılımcı YK-1’in düşüncesini “*kendini disipline edemeyen insanları bilgisayarın başına bağımlı bir hayata sürükleyebilir belki.*”; YK-2’nin “*bir bağımlılığa dönüşebilir, oyun bağımlılıkları vs. gibi şeyler de var.*”; AK-3’ün “*Eğer doğru yönetilmezse, yani bu bireylere müsabakalar esnasında ya da bunun dışında antrenman programları içerisinde bir egzersiz programı, aktif olarak katılabilecekleri bir egzersiz programı ve oluşturulmazsa önemli sorunlara yol açabilir.*”; AK-5’in “*burada bir farklılık öne çıkıyor. Elektronik sporu düşündüğümde sadece bilgisayar oyunları ya da kişilerin çok uzun sürelerle bilgisayar başında ekran karşısında sabit kalmaları evet bir bozukluk. Yani duruş bozukluğu ortaya çıkabilir, burada beslenme bozukluğu ortaya çıkabilir. İşte internet hastanelerinin kurulması, Hollanda’da bunların en büyük göstergesi maalesef. İnsanların su bile içmeyerek*

sadece klavye ve bilgisayarla haşır neşir olması saatlerce, bunlar hep sakıncalı diyebileceğimiz şeyler.”; YK-4’ün “Şimdi burada hep en çok eleştiri ... teknoloji bağımlılığı ve hareket etmeme.” ve AK-6’nın “Şimdi o açıdan baktığımızda da tabii biraz daha fiziksel aktiviteden uzaklaşma söz konusu olabiliyor. Daha durağan ve işte bilgisayar başında uzun saatler geçirilmesi dolayısıyla hareketsizlikle ortaya çıkan problemler yaşanabilir.” ifadeleri ile açıklamışlardır.

Tüketicilerin Çabuk Sıkılması

Diğer bir zayıf yön olarak tüketim alışkanlıklarının bir sonucu olarak esporun popülaritesini kaybetme ihtimali katılımcının verdiği “tüketim çağının getirdiği bizdeki bu sıkılma eğilimi esporu da tehdit eder mi hani hep böyle insanlar yeni yeni oyunlara eğilir ve bir süre sonra acaba bunun bir spor olur mu olmaz mı sorularını getirebilir. (YK-2)” ifadesi ile ortaya konmuştur.

Kariyer Süresi

Profesyonel espor ile uğraşan sporcuların geleneksel sporlardaki sporcular ile karşılaştırıldığında çok daha erken yaşta emekliye ayrılması, esporun zayıf ve eksik bir yönü olarak üzerinde durulan konular arasında yer almıştır. Katılımcılardan AK-2 bu zayıflığı “22-23 yaşında bırakıyorlar esporculuğu. En zayıf yanlarından biri o.” şeklinde ifade etmiştir. YK-5 ise “Şöyle bir zayıf yan görülebilir. Nasıl diyeyim, esporcular genç yaşta, çünkü refleksler ve oyuncuların hani beyinsel, zihinsel gelişimi, fiziksel gelişimi en hızlı 16-24 yaş aralarında oluyor. Tabii ki en yaşlı oyuncu 27 yaşında şu an dünyada ama bu uç bir örnek.” ve “bütün takım harıl harıl bir daha yeni oyuna alışmaya çalışıyorlar, onun hakkında strateji üretmeye çalışıyorlar. Bu aslında bizim oyuncularımızın dünyadaki bütün espor oyuncularının çabuk “burnout” diye bir tabir vardır çabuk kafalarının yanmasına neden oluyor. Hani kariyerlerinin kısa kalmasındaki bir şey bu bence, ben böyle düşünüyorum.” şeklindeki ifadesi ile yaşa bağlı bir takım beceri kayıplarının esporda kariyeri kısalttığını dile getirmiştir.

İnternet Altyapısı

Esporun yapısal olarak internete bağımlılığı zayıf yönlerden bir diğeridir. AK-2 kodlu katılımcı bu durumu şu şekilde açıklamaktadır: “en zayıf yönü mesela müsabaka esnasında bulunduğunuz ülkenin internet sağlayıcısının size yeteri kadar hizmet edememesi.”

Kötü Amaç

Son olarak zayıf yönleri ifade eden “kötü amaç” teması, “sanal ortamdaki linç kültürü” ve “zararlı bir oyunun sektörü lekeleyesi” kodları ile belirginleşmiştir. Bu konuda katılımcılardan YK-3 “esporun bence en büyük sıkıntısı ... bir oyun bütün sektörü lekeleyebiliyor.” ifadesinde zararlı oyunlara dikkat çektiği görülmektedir. YK-5 ise “kötü bir oyunla beraber bir linç kültürü var sanal ortamda” ifadesi ile sosyal medyada olduğu gibi bu alanda da linç yönelik söylemlerin espor açısından zayıflık yarattığını ve geleceğini tehdit eden bir yön olduğunu belirtmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada spor yönetimi akademisyenlerinin ve espor yöneticilerinin bakış açısına dayalı olarak esporun güçlü ve zayıf yönleri incelenmeye çalışılmıştır. Tablo 2 akademisyen ve yöneticilerin bakış açısına dayalı belirlenen güçlü ve zayıf yönlerin bir özeti içermektedir.

Tablo 2. Esporun güçlü ve zayıf yönleri

ESPORUN GÜÇLÜ YÖNLERİ	ESPORUN ZAYIF YÖNLERİ
Düşük Maliyet	Tanıtım
Kolay Ulaşılabilirlik	Hukuki Problemler
Kariyer İmkânı	Güvenlik Problemi
Ülke Tanıtımına Katkı	Sağlık Problemleri
Devlet Desteği	Tüketicilerin Çabuk Sıkılması
Taraftarlık Olgusu	Kariyer Süresi
Yeni Jenerasyon	İnternet Alt Yapısı
Teknoloji	Kötü Amaç
Gelişim Potansiyeli	Regülasyon Eksikliği
Bireysel ve Sosyal Kazanımlar	

Katılımcıların bakış açısına dayalı belirlenen güçlü yönler düşük maliyet, kolay ulaşılabilirlik, kariyer imkanı, ülke tanıtımına katkı, devlet desteği, taraftarlık olgusu, yeni jenerasyon, teknoloji, gelişim potansiyeli, bireysel ve sosyal kazanımlardır. Bugün esporun güçlü yönlerini tartışırken Covid-19 ile birlikte bireylerin yaşam pratikleri ve tüketim biçimlerinin oldukça büyük bir değişime uğradığını ve şüphesiz ki bu değişimin espor gibi alanların yükselişini hızlandırdığını göz önünde bulundurmak gerekebilir. Ancak tüm ivmeyi son bir yılda yaşananlara bağlamak espor gibi alanlarda teknoloji ve dijitalleşmenin etkisini yok saymak anlamına da gelebilir. Son yıllarda pek çok hizmete zaten hiç dışarı çıkmadan erişim sağlanabilen bir ortamda kuşkusuz esporun da en güçlü yönlerinden biri katılımcıların üzerinde durduğu kolay ulaşılabilirlik ve buna bağlı olarak düşünülebilecek düşük maliyet olmuştur. Geleneksel spor dalları olarak tabir edilen sporların herhangi bir kişi tarafından yapılması için öncelikle ilgili sporla alakalı ekipmanlara sahip olması gerekmektedir. Ekipman gereksinimi bu sporu yapmak isteyen birey için ekonomik bir yük oluşturur. Bu bağlamda katılımcılar video oyunlarının diğer spor dalları için gerekli olan ekipmanlardan daha uygun fiyatlı olmasını bireylerin espora yönelmesini sağlayacak bir etken olarak değerlendirmiştir. Bakıldığı zaman espora konu olan oyunların çoğunun ücretsiz (Dota2, League of Legends, Heartstone, Counter Strike: Global Offensive vb.) ve bu oyunlar için gerekli olan oyun konsollarının dünya genelindeki fiyatlarının uygun oluşu esporun diğer spor dallarına göre daha fazla tercih edilmesini sağlayacak nedenler olarak düşünülebilir. Ayrıca geleneksel spor dallarını yapabilmek için gerekli ekipmanların dışında bir de o spor dalı ile ilgili diğer katılımcılara ve uygulama alanına (saha, kort vb.) sahip olmak gerekmekte ve tüm bunlara ulaşım zaman zaman kolay olmamaktadır. Oysa katılımcıların da dikkat çektiği gibi espor kolay ulaşılabilen, oyun konsolu, sabit bir internet bağlantısı ve ilgili oyuna sahip olunması dışında hemen hemen hiçbir şey istenmeyen bir özelliğe sahiptir. Ayrıca bu oyunlar günün herhangi bir saatinde oynanabilen, hava şartlarından bağımsız olarak yapılabilen ve katılımcı aramaya gerek kalınmayan, sadece oyunu oynamak için bekleyen kişilerle eşleştirmenin yeterli olduğu uygulamalardır. Bu durum diğer spor dalları ile kıyaslandığında esporun tercih edilmesini sağlayabilecek güçlü yönlerden biri olarak

değerlendirilebilir. Katılımcıların esporun güçlü yanı olarak gördükleri kariyer imkanlarından bahseden Türsen (2017) bu imkanlarla ilgili olarak “*espor’da kariyer yapmak isteyenler diğer sporlarda olduğu gibi antrenör de olabiliyorlar. As takım beşer kişiden oluşuyor. Yedekler, antrenörler ile beraber bir espor takımındakilerin sayısı 10’u geçiyor. Tüm dünyada yeni gelişen bir spor dalı olmasına rağmen espor’da kariyer yapmak isteyenlerin sayısı giderek artıyor. Türkiye’de yaklaşık 3.300 espor lisanslı oyuncu bulunuyor. ABD’de bazı üniversiteler espor bursları veriyor*” beyanı ile esporun iş imkanları açısından sahip olduğu potansiyeli vurgulamıştır.

Katılımcılar uygun yatırımlar ve uygulamalar ile esporda elde edilecek başarıların ülkemiz adına bir tanıtım fırsatı yarattığından bahsetmiştir. Türkiye 2016 yılında Counter Strike: Global Offensive dünya şampiyonasında birinci olmuştur (Ntv.com.tr, 2016). Ayrıca “Broken Blade” adıyla bilinen Sergen Çelik 2018 yılında League of Legends arenasının önemli ekiplerinden TeamSoloMid’e transfer olarak (Demirkol, 2018) bireysel anlamda gelecek vadettiğimizi göstermiştir. Bu gelişmeler dikkate alındığında ülkemizin espor alanında başarılı olma ihtimalinin yüksek olduğu ve bunun ülkemizin tanıtımı için bir fırsat oluşturduğu görülmektedir. Türkiye olarak sahip olduğumuz bu avantajın yanı sıra katılımcılardan YK-4’ün de bahsettiği gibi ülkemizde espora verilen devlet desteğinin diğer ülkelerle kıyaslandığı zaman güçlü bir yön olarak öne çıktığı görülmektedir.

Günümüzde profesyonel düzeydeki geleneksel sporların en sorunlu taraflarından biri holiganizmdir. Kötü davranışları ile bilinen holigan taraftarlar bir spor etkinliğinde istenmeyen olayların yaşanmasına neden olurlar. Katılımcıların ifade ettiğine göre esporda böyle bir durum yoktur çünkü espor taraftarı takımını desteklerken, izlediği aktivitenin eğlence amaçlı olduğunu unutmaz ve şiddet içerikli davranışlardan uzak duran bir yapıya sahiptir. Araştırmadaki katılımcılar takipçi kitlesi ile alakalı olarak yeni neslin geleneksel spordan ziyade esporu takip ettiğini ve bu sebeple her geçen gün esporun takipçi, izleyici ve uygulayıcı kişi sayısının artacağına dikkat çekmişlerdir. Konu hakkında Uluslararası Espor Federasyonu Genel Sekreteri Alex Lim, “*Bir jenerasyon top oynayarak büyümüştü, diğerleri ise oyunlar içerisinde tercih yaparak büyüyor. Bir dizi şey gibi spor da dijital kültürün içerisinde yeniden tanımlanıyor*” (Aktaran: Akgöl, 2018) ifadelerini kullanarak gençler arasında esporun yaygınlaşacağına işaret etmiştir.

Araştırmada katılımcıların üzerinde durduğu güçlü yönlerden bir diğeri espor ve teknoloji arasındaki uyumdur. Aslında geleneksel spor da bu teknolojik gelişmelere sıcak bakmakta, VAR teknolojisi gibi uygulamalar sporun teknolojidenden uzak kalamadığını ve uyum sağlamaya çalıştığını göstermektedir. Fakat espor teknolojiye dayalı ortaya çıkan bir spor dalı olarak bu konuda açık ara öndedir. Espor camiasının köklü kulüplerinden olan Cloud9 ve teknolojinin önde gelen şirketlerinden Microsoft’un yaptığı teknoloji anlaşması bunun en önemli göstergelerindedir. Microsoft Spor Teknolojileri Direktörü Mike Downey’in bu konudaki açıklaması; “*Bunun için Microsoft’a ait bir takım ticari ve tüketici hedefli ürün ve servisleri kullanacağız. Cloud9 ile birlikte çalışarak, daha etkili antrenman yapmalarını ve kazanmak için en iyi stratejilere karar vermelerini sağlayacak araçlar üreteceğiz*” şeklinde olmuştur (aktaran: Karahan, 2019).

Espor ortaya çıktığı günden bugüne sürekli hem ekonomik bakımdan hem de izleyici kitlesi bakımından gelişen bir yapıya sahiptir. Son yıllarda kazandığı popülerlik önemli marka, takım ve bireysel yatırımcıların ilgisini çekmektedir. Özenç ve Tınmazlar (2019)'a göre herhangi bir ürün ortaya çıktıktan sonra kendi piyasasını yaratır ve o ürüne ve piyasaya yapılacak yatırımlar artar çünkü popüler olan karlıdır ve kar, para kazanmak isteyenlerin, bilhassa da hali hazırda parası olan yatırımcıların dikkatini çeker. Bu açıdan bakıldığında espor sahip olduğu ekonomik değer ve potansiyel ile kendi içerisinde gelişimi için bir fırsat barındırmakta, bu da onu güçlü kılmaktadır.

Esporum güçlü yönlerinden sonuncusu bireysel ve sosyal kazanımlar olarak şekillenmiştir. Video oyunları insan hayatına girdiği günden bugüne asosyal kimlik oluşturma ya da genel olarak zararlı bir aktivite olarak eleştirilmektedir. Fakat araştırmada yer alan katılımcılar esporun özellikle dezavantajlı gruplar için değerlendirilebilir bir araç olmasını olumlu bulmuşlar, kişilerin sosyalleşmesine katkıda bulunması, özgüven ve analitik düşünme becerisini geliştirmesi bakımından güçlü yönler sahip olduğunu belirtmişlerdir.

Araştırmanın ikinci boyutu esporun olumsuzlukları da denilebilecek zayıf yönleri içermektedir. Katılımcıların bakış açısına dayalı belirlenen zayıf yönler; tanıtım, hukuki problemler, güvenlik problemi, sağlık problemleri, tüketicilerin çabuk sıkılması, kariyer süresi, internet alt yapısı, regülasyon eksikliği ve kötü amaçtır (Tablo 2). Espor gençler arasında çok yaygın olarak bilirse de yaşça büyük kişiler, özellikle ebeveynler için tartışmalı bir konu olmaya devam etmektedir. Ebeveynlerin esporu genellikle zararlı bir alışkanlık ve boşa zaman harcanan aktivite olarak görmesi, ayrıca içerik olarak esporu tam olarak bilmemeleri bu alanda yaşanan önemli sıkıntılardan biridir. Bunun yanı sıra katılımcıların yanıtlarına göre esporun bir diğer zayıf noktası alandaki regülasyon eksikliğidir. Her ne kadar turnuvaları düzenleyen, lisansları veren ve bunlarla ilgili kuralları belirlemeye çalışan yapılar olsa da henüz uluslararası platformda kuralları belirlemesi gereken ve koordinasyon sağlayacak bir federasyon bulunmamaktadır (Abanazir, 2019). Bu durumun yarattığı belirsizlik, esporun bir spor dalı olarak kabul görmesinde dikkate alınması gereken bir zayıflıktır. Araştırmadaki katılımcıların dikkat çektiği bir başka konu espor alanındaki hukuki problemlerdir. Yaşar'a (2018) göre esporun dünyada çok ciddi tartışmalara konu olmakta, doping, şike, bahis, fikri haklar, sporcuların hakları, uyuşmazlıkların çözümü, tahkim yargılaması ve devletin yargı yetkisi, adil yargılanma hakkı gibi konular belirsizlik taşımaktadır. Yasal olarak var olan bu boşlukların espor için oluşturduğu bağlantılı bir sorun da güvenlik problemleridir. Çoğu spor dalında olduğu gibi esporda da bahis oynanmakta fakat oynanan bahislerde "bitcoin" olarak bilinen sanal para kullanılmaktadır. Bunun dışında espor oyun konsolları başında gerçekleştiren bir spor olması sebebiyle uygulama sırasında sporcuların neler yaptığı ya da müsabaka esnasında rekabet ortamını bozacak bir uygulama (hile) kullanılıp kullanılmadığı anında tespit edilememektedir. Tüm bunlar geleneksel sporlar içerisinde bulunan doping, şike gibi spor ruhuyla bağdaşmayan fakat sporun içerisinde bulunan kavramlarla benzerlik gösterirken, esporun zayıf tarafları olarak geleceğini tehdit eden konuların başında gelmektedir.

Espora yönelik alan yazın içerisindeki en büyük eleştiri fiziksel aktivite eksikliğidir. Katılımcılar da bu konuya benzer biçimde yaklaşarak sağlık problemlerini zayıf yön olarak bildirmiştir. Cunnigham ve diğerleri (2018) esporun ne kadar fiziksel aktivite içerdiğinin

tartışmalı olduğunu söylemektedir. Yine Jenny ve diğerleri (2017) esporun fiziksel aktiviteden yoksun oluşunu eleştirmektedir. Yapılan araştırmalarda esporun bireye sağladığı katkıların yanı sıra bağımlılık, saldırganlık ve sosyal izolasyon gibi zararlı etkilerinin olabileceğine de ayrıca dikkat çekilmektedir (Johansson ve Thilborg, 2010).

Esporun yapısından kaynaklanmamasına karşın esporun geleceğini tehdit eden zayıf yönlerden biri de çağımızın tüketim alışkanlıklarından kaynaklanan sıkılma duygusudur. Günümüzde tüketicilerin herhangi bir ürüne ilgileri oldukça kısa sürmektedir. Bu yüzden pazarlama alanında tüketicilerin ilgilerini kaybetmemesine yönelik yeni stratejiler, yeni ürünler veya var olan ürünlere yönelik yenilemeler yapılmaktadır. Parry (2019) yaptığı çalışmada espor modasındaki hızlı değişimin bazı oyunların popülerliğini kaybetmesine ve organizatörlerin gündemde olan oyunların turnuvalarının düzenlemelerine neden olduğunu söylerken, bu hızlı değişen ortamın ticari gelişim, rekabet ortamı ve spor yönetimi konusunda kararlı bir organizasyonel yapının ortaya çıkmasına engel olduğunu belirtmektedir. Bu görüşler ışığında tüketicilerin sahip olduğu bu sıkılma ve günümüzdeki saf tüketim anlayışının esporun geleceğini tehdit ettiği anlaşılmaktadır.

Araştırmada katılımcıların dikkat çektiği bir konu da profesyonel esporcuların sporu erken yaşta bırakmalarınıdır. Espor arenasında sporcuların yaş ortalaması genellikle 24-27 arasında iken aslında geleneksel sporda olduğu gibi teorik bir yaş sınırı bulunmamaktadır (Summerley, 2019). Ancak Hallmann ve Giel (2018) henüz deneysel kanıtlar olmasa da el-göz koordinasyonu ve hareket hızı ile stratejik ve taktiksel anlayış dahil olmak üzere bazı oyun becerilerinin zamanla kaybolduğuna, yirmili yaşlarının ortalarındaki espor oyuncularının özellikle tepki verme hızları azaldığı için yüksek seviyede rekabet edemediklerini söylemektedir. Erken biten bu spor kariyerleri nedeniyle profesyonel esporcu olmak isteyen kişiler çoğunlukla 15-16 yaşlarından bu camianın içine girerler. Fakat esporun sahip olduğu yoğun tempo bu kişilerin eğitim hayatları gibi hayatlarının diğer alanlarından geri kalmalarına neden olmaktadır. Kişiler üzerindeki bu olumsuz etkinin esporun zayıf yönlerinden biri olduğu anlaşılmaktadır.

Espor ile ilgili göze çarpan bir başka problem ise internet ile ilgilidir. İnternet bugün hayatımızın vazgeçilmezlerinden biri olsa da gelişmiş ülkeler dışında internet fiyatları ve altyapıları oldukça sorunlu, hatta bazı ülkeler için internete erişim sağlamak başlı başına bir sorundur. Gelişmekte olan ülkelerdeki internet altyapısı ve oyunların yayınlanacağı resmi kanalların eksikliğinin espor için bir sınırlılık olduğu belirtilmektedir (Summerley, 2019).

Esporun zayıf yönlerinden sonuncusu kötü amaçtır. Bu kötü amaç kendini kötü amaçlı oyunlarda ve oyunlar ile ilgili dijital platformlardaki linç kültüründe göstermektedir. Video oyunlar çok geniş bir kapsama sahipken, sadece belli bir bölümü espor olarak adlandırılmaktadır. Fakat insanlara maddi ya da manevi olarak zarar verme amaçlı oyunların varlığı (Mavi Balina, Momo vb. gibi) espor alanının imajını zedelemektedir. Ayrıca profesyonel esporcuların herhangi bir performans düşüklüğünde izleyicilerden aldığı aşırı ve kötü içerikli reaksiyon da spor ruhuyla bağdaşmayan bir konudur ve esporun algılanışı açısından olumsuzluklara ve şüphelere yol açmaktadır.

Sonuç olarak araştırmada yer alan spor yönetimi akademisyenleri ve espor yöneticilerinin bakış açısına dayalı ortaya çıkan güçlü ve zayıf yönlerin, esporun geleceği açısından önemli konular olduğunu söylemek mümkündür. Espor yeni bir alan olmasına karşın yakaladığı büyük gelişme ivmesiyle çoğu geleneksel sporu geride bırakmıştır. Fakat zayıflıkları sebebiyle eksik noktalarının giderilmesine yönelik adımlar atılması gerekmektedir. Belirlenen güçlü ve zayıf yönlerin kendi arasında çatışmalar içerdiği çok açıktır. Örneğin sporculuk anlamında hem kariyer fırsatı sunması hem de kariyerin sınırlı olması, kolay ulaşılabilirliğe rağmen internet erişimi ile ilgili olumsuzluklar kendi içinde tezat yaratmaktadır. Yeniye direnç göstermek ya da kuşku ile yaklaşmak insanın doğası gereğidir ancak belki de espor hakkındaki uzun süredir devam eden tartışmaların kaynağı kendisinin yansıttığı çelişkilerdir. Gelecek dijital yerlilerin geleceği olduğu için zamanla bu tartışmaların hız kaybedeceği tahmin edilmektedir.

Çıkar Çatışması: Bu makale ile ilgili yazarlar arasında ve yazarlar ile herhangi bir kurum arasında çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı- Tunahan Aslan ve Dilşad Çoknaz; Verilerin Toplanması- Tunahan Aslan; Analizler- Tunahan Aslan ve Dilşad Çoknaz; Makalenin hazırlanması- Tunahan Aslan ve Dilşad Çoknaz tarafından gerçekleştirilmiştir.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Bolu Abant İzzet Baysal Üniversitesi Sosyal Bilimlerde İnsan Araştırmaları Etik Kurulu

Tarih: 27/12/2018

Sayı/Karar No: 2018/1- Protokol No: 2018/312

KAYNAKLAR

- Abanazir, C. (2019). Institutionalisation in eSports. *Sport, Ethics and Philosophy*, 13(2), 117-131. DOI: 10.1080/17511321.2018.1453538
- Akgöl, O. (2018). *Spor endüstrisi ve dijitalleşme: Türkiye'de espor yapılanması üzerine bir inceleme* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). İstanbul Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Creswell, J.W. (1998). *Qualitative inquiry and research design*. California:Sage Publications.
- Creswell, J.W. (2013). *Nitel araştırma yöntemleri: Beş yaklaşıma göre nitel araştırma ve araştırma deseni*. Ankara: Siyasal Yayınevi.
- Cunningham, G.B., Fairley, S., Ferkins, L., Kerwin, S., Locke, D., Shaw, S. & Wicker, P. (2018). eSport: Construct specifications and implications for sport management. *Sport Management Review*, 21(1), 1-6. DOI:10.1016/j.smr.2017.11.002
- Demirkol, O. (2019, 20 Haziran). Broken Blade, TSM'e transfer oldu. Erişim adresi: <http://www.5mid.com/lol/broken-blade-tsm-transfer-oldu>.
- Funk, D.C., Pizzo, A.D. & Baker, B.J. (2018). eSport management: Embracing eSport education and research opportunities. *Sport Management Review*, 21(1), 7-13. DOI: 10.1016/j.smr.2017.07.008.
- Newzoo. (2018). *Global esports market report*. Erişim adresi: <https://newzoo.com/insights/trend-reports/global-esports-market-report-2018-light/>
- Newzoo. (2020). *Global esports market report*. Erişim adresi: <https://newzoo.com/insights/trend-reports/newzoo-global-esports-market-report-2020-light-version/>
- Hallmann, K. & Giel, T. (2018). eSports-Competitive sports or recreational activity. *Sport Management Review*, 21(1), 14-20. DOI: 10.1016/j.smr.2017.07.011
- Hamari, J. & Sjöblom, M. (2017). What is esports and why do people watch it? *Internet Research*, 27 (2), 211-232. DOI: 10.1108/IntR-04-2016-0085
- Heere, B. (2018). Embracing the sportification of society: Defining e-sports through a polymorphic view on sport. *Sport Management Review*, 21(1), 21-24. DOI: 10.1016/j.smr.2017.07.002
- Jenny, S.E., Manning, R.D., Keiper, M.C. & Olrich, T.W. (2017). Virtual(ly) athletes: Where eSports Fit Within the Definition of "Sport?". *Quest*, 69 (1), 1-18. DOI: 10.1080/00336297.2016.1144517
- Johansson, K. & Thilborg, J. (2010). Electronic sport and its impact on future sport, *Sport in Society*, 13(2), 287-299. DOI: 10.1080/17430430903522996
- Karahan, T. (2019). Cloud9 Microsoft ile Espor Teknolojileri Üretecek. Erişim adresi: <https://esporhit.com.tr/cloud9-microsoft-espor-teknolojileri-ortakligi/>
- Kozachuk, J., Foroughi, C.K. & Freeman, G. (2016). Exploring electronic sports: An interdisciplinary approach. *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society*, 60(1), 2118-2122. DOI: 10.1177/1541931213601479
- Miles, M.B. & Huberman, A.M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook*. Californi: SAGE Publications.

Ntv.com.tr. (2016, 10 Ekim) Türkiye CS: GO 2016 Dünya Şampiyonu oldu. Erişim adresi: <https://www.ntv.com.tr/teknoloji/turkiye-cs-go-2016-dunya-sampiyonu-oldu,VjwC04ViOEKDcxwgZ4Abrg>

Ntv.com.tr. (2014, 2 Nisan) Türkiye'nin ilk lisanslı LOL Espor Turnuvası sona erdi. Erişim adresi: <https://www.ntv.com.tr/turkiye/turkiyenin-ilk-lisansli-lol-espor-turnuvasi-sonaerdi,cSwOel53ykiIOIBMkHBFhg>

Özbıçakçı, S.T. (2016). *Esports: Alternative fandom research in Turkey* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Bilkent Üniversitesi, Ankara.

Özenç, O. E. ve Tınmazlar, A. (2019). *Dijital oyunlar serisi 3: Türkiye'de espor ve League of Legends* (3.Baskı). İstanbul: Profil Kitap.

Parry, J. (2019). E-sports are not sport. *Sport, Ethics and Philosophy*, 13(1), 3-18. DOI: 10.1080/17511321.2018.1489419

Patton, M.Q. (1990). *Qualitative evaluation and research methods*. California: Sage Publications.

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

Prensky, M. (2001). Digital natives, digital immigrants. *On the Horizon*, 9(5), 1-5.

Summerley, R. (2019). The development of sports: A comparative analysis of the early institutionalization of traditional sports and e-sports. *Games and Culture*, 15(1), 51-72. DOI: 10.1177/1555412019838094

Tarakçı E. (2020) Esporun Lokomotifleri I: Dark Passage Espor (2021, 26 Mart). Erişim adresi: <https://esportimes.com/tr/milli-gururlarimizdan-dark-passage-espor-kulubunu-kisaca-taniyalim/>.

Türsen, D. (2017). eSpor'da kariyer var. Erişim adresi: <http://www.hurriyet.com.tr/ik-yeniekonomi/espor-da-kariyer-var-29079553>.

Yaşar, M. (2018). Türkiye E-spor Federasyonu İki Talimat Yayınladı. Erişim adresi: <https://sporvehukuk.net/tag/e-sporcu/>

Yıldırım, A. ve Şimşek, H. (2013). *Sosyal bilimlerde nitel araştırma yöntemleri (9. Baskı)*. Ankara: Seçkin.

Wagner, M.G. (2006). On the scientific relevance of esports. International Conference on Internet Computing Conference Paper. Erişim adresi: <https://www.semanticscholar.org/paper/On-the-Scientific-Relevance-of-eSports-Wagner/5be4a1125a6c473259183698109e301c6c5309cd>.



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

Çocuklarda Antropometrik Özellikler ve Fiziksel Uygunluk Parametreleri Yüzme Performansı ile İlişkili midir?

Elzem BOZKURT¹ , Kemal GÖRAL^{2*} 

¹Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Muğla.

² Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Muğla.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 30.03.2021

Kabul Tarihi: 12.05.2021

DOI: 10.25307/jssr.905310

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Bu çalışmada, yüzme sporu yapan çocuklarda antropometrik özellikler, bazı fiziksel uygunluk parametreleri ve yüzme performansları arasındaki ilişkilerin ortaya konulması amaçlanmıştır. Bu çalışmada araştırma grubunu, yaş ortalamaları 10,00±0,83 yıl olan 24 lisanslı kız çocuk ile yaş ortalamaları 9,91±0,82 yıl olan 24 lisanslı yüzücü erkek çocuk oluşturmuştur. Araştırmada, yüzücü çocukların seçilmiş antropometrik özellikleri, bazı fiziksel uygunluk özellikleri ve 50 metre yüzme performansları ölçülmüştür. Kız çocukların, 50 metre serbest stil yüzme performansı ile el uzunluğu, el genişliği, oturma yüksekliği, kulaç ve ayak uzunluğu değişkenleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken ($p<0,05$), ayak genişliği ile 50 metre yüzme performansı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$). Kız çocukların, 50 metre serbest stil yüzme performansı ile sağ el kavrama kuvveti, sol el kavrama kuvveti, esneklik, durarak uzun atlama ve denge arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<0,05$). Erkek çocukların, 50 metre serbest stil yüzme performansı ile kulaç uzunluğu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken ($p<0,05$), diğer antropometrik özellikler ile 50 metre yüzme performansı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$). 50 metre serbest stil yüzme performansı ile durarak uzun atlama değerleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0,05$). Sonuç olarak, bu yaş grubu yüzücü çocuklarda antropometrik özellikler ile bazı fiziksel uygunluk özelliklerinin yüzme performansı üzerinde belirleyici rol oynadığı, yapılacak antrenmanlarda bu özelliklerin gelişimi üzerine düzenli şekilde uygulanacak çalışmalarla yüzme performansında da istenilen yönde bir gelişim sağlanabileceği söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Yüzme, Antropometri, Fiziksel Uygunluk, Performans.

Are Anthropometric Features and Physical Fitness Parameters Related to Swimming Performance in Children?

Abstract

The aim of this study is to investigate the relationship between anthropometric features, some physical fitness parameters and swimming performances in children who do swimming. In this study, the research group consisted of, 24 girls with a mean age of 10.00±0.83 years and 24 boys with a mean age of 9.91±0.82 years. In this research, the selected anthropometric features of swimmers, some physical features and 50-meter swimming performances are measured. There is negative relationship between right handgrip strength, left hand grip strength, flexibility, hand length, standing long jump and balance with 50-meter free style swimming performance of girls ($p<0,05$). There is not found any relationship foot width with 50-meter swimming performance ($p>0,05$). Significant negative correlations were found between 50 meters freestyle swimming performance of girls and right-hand grip strength, left hand grip strength, flexibility, standing long jump and balance ($p<0,05$). There was a significant negative correlation between 50-meter freestyle swimming performance and stroke length of boys, while no significant relationship was found between other anthropometric features and 50-meter swimming performance ($p<0,05$). A significant negative correlation was found between 50 meters freestyle swimming performance and standing long jump values ($p<0,05$). As a conclusion, based on the findings obtained from the study, it can be said that anthropometric features and some physical fitness characteristics play a determining role on swimming children, and that a desired improvement can be achieved in swimming performance with regular studies on the development of these features in training.

Keywords: Swimming, Anthropometry, Physical Fitness, Performance.

* **Sorumlu Yazar:** Elzem Bozkurt, E-posta: elzembozkurt@gmail.com

* Bu çalışma, Doç. Dr. Kemal GÖRAL danışmanlığında yürütülen, Elzem BOZKURT'un, 2020 yılında Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalında tamamlanan yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

GİRİŞ

Yüzme, organizmada bulunan tüm kasların harekete geçmesini sağlayan, tüm sistemlerin işlevsel bir şekilde çalışmasını, bilhassa kuvveti, kassal ve kardiyovasküler dayanıklılığı geliştiren bir spor dalıdır (Yfanti, Samara, Kazantzidis, Hasiotou ve Alexiou, 2014). Yüzme, kuvvet, esneklik, ritim, koordinasyon gibi motorik özellikler ile doğru teknik gibi birçok etkeni içinde barındıran bir spor dalıdır. Yüzme, insan hayatında oldukça önemli bir yere sahiptir. Yüzme sporu yapılırken, hemen hemen tüm kas gruplarında işlevsel bir durum ortaya çıkar. Bu duruma ek olarak bireyde güven duygusunun da gelişmesine katkı sağlar. Yüzme branşı, müsabakalarındaki rekabet olgusunun yanında rehabilitatif amaçlı olarak da yapılabilen bir aktivitedir (Alpar, 1994; Bozdoğan ve Özüak, 2003; Tüzen, Müniroğlu ve Tanılkan, 2005).

İnsan vücudunu ölçmek, bir bireyin veya bir popülasyonun genel sağlık ve beslenme durumunu değerlendirmenin yöntemlerinden biridir. İnsan vücudu ile ilgili ölçme çalışması ve tekniği antropometri olarak adlandırılır. Ölçümler, antropometrik bir ekipman yardımıyla ve belirli anatomik alanlardan gerçekleştirilir (Rinaldo ve Gualdi-Russo, 2015). Antropometri, ölçme yöntemleri kullanarak, insan vücudunun fiziksel yapısının genel özelliklerini, belirlenen ölçme yöntem ve ilkeleriyle boyut veya yapılarına göre sınıflandıran bir tekniktir. Gündelik yaşamımızda da vücut tipi ve boyutları alanlarında antropometri tekniği oldukça önemlidir (Özer, 1993; Özdemir, 2018). Antropometrik ölçümlerin değerlendirme sürecinde, vücut ağırlığının tespit edilmesi, genel olarak vücut yapısının ve vücut kompozisyonunun belirtilmesi, vücut bölgelerinin birbirlerine olan oranları, spor dalı ile fiziksel yapının uyum derecesinin değerlendirilmesi, spor branşının kişinin antropometrik yapısına etkileri gibi hususlar da önem arz etmektedir (Özer, 2009).

Hareketlerin doğru biçimde gerçekleştirilmesini ve fiziksel dayanıklılık ile ilişkili olarak vücudun sahip olduğu kondisyon durumunu ifade eden fiziksel uygunluk açısından en yüksek seviyede bulunan kişi yorulmadan en uzun süre hareket edebilmektedir. Diğer taraftan, fiziksel uygunluk yapılması istenen aktivitelerin başarılı bir şekilde yapabilme yeteneği olarak da tanımlanabilmektedir (Zorba ve Saygın, 2017). Bunun yanında, performans, yarışma ya da müsabaka anında, sonuç üzerinde etkili olan tüm etkenlerle birlikte görülmesi ve değerlendirilmesi gerekirken, sportif performans, yapılması gerekli olan bir görevin icra edildiği sırada, istenilen başarıya ulaşabilmek adına sergilenen tüm çabalar olarak ifade edilmektedir (Bayraktar ve Kurtoğlu, 2009). Serbest stil, kurbağalama, kelebek ve sırt üstü yüzme olmak üzere dört stilde gerçekleştirilmekte olan (Demirci, 1995) yüzme müsabakalarında, sporcunun performansını etkileyen birçok unsur bulunmaktadır. Yaş, cinsiyet, antropometrik özellikler, fiziksel uygunluk parametreleri gibi etkenler bu unsurlardan bazıları olarak gösterilebilir. Bu noktadan hareketle bu çalışmanın amacı, yüzme sporu yapan çocuklarda antropometrik özellikler, bazı fiziksel uygunluk parametreleri ve yüzme performansları arasındaki ilişkinin incelenmesidir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışma, nicel araştırma yöntemlerine bağlı olarak genel tarama modelinde gerçekleştirilmiştir. Betimsel olan bu çalışmada, genel tarama modelinin içerisinde yer alan ilişkisel tarama modelinden yararlanılmıştır. Tarama modelinde, geçmişte veya günümüzdeki bir durum mevcut haliyle ve olduğu gibi betimlenmektedir (Karasar, 2020).

Araştırma Grubu

Bu çalışmada araştırma grubunu, İstanbul Büyükşehir Belediyesi Spor Kulübünde düzenli olarak yüzme antrenmanlarına devam eden, $10,00 \pm 0,83$ yıl yaş ortalamasına sahip 24 kız çocuk ile $9,91 \pm 0,82$ yıl yaş ortalamasına sahip 24 erkek çocuk olmak üzere toplamda 48 lisanslı yüzücü çocuk oluşturmuştur.

Verilerin Toplanması

Araştırmaya katılan çocukların, antropometrik özellikleri (boy uzunluğu, vücut ağırlığı, kulaç sıklığı, oturma boyu uzunluğu, kulaç boyu uzunluğu, el uzunluğu, el genişliği, ayak uzunluğu), bazı fiziksel uygunluk özellikleri (sağ ve sol el kavrama kuvvetleri, esneklik, denge ve durarak uzun atlama) ve 50 metre yüzme performansları ile ilgili ölçümler, sporcuların antrenman saatlerinde (Akşam: 17.00-20.00 arası) araştırmacılar tarafından, İstanbul Büyükşehir Belediyesi Sefaköy Yüzme Havuzunda gerçekleştirilmiştir.

Araştırma Yayın Etiği

Araştırmaya başlamadan önce, İstanbul Büyükşehir Belediyesi Spor Kulübünden, sporcu çocuklar ile velilerinden gerekli izin ve onamlar alınmış olup, sporculara araştırmanın içeriği hakkında bilgiler de verilmiştir. Araştırmanın etik onayı ise, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu'ndan 14.01.2020 tarih ve 7 karar numarası ile sağlanmıştır.

Veri Toplama Araçları

Araştırma kapsamında, yüzücü çocukların seçilmiş antropometrik özellikleri, bazı fiziksel uygunluk özellikleri ve 50 metre yüzme performansları veri toplama araçları vasıtasıyla belirlenmiştir.

Araştırmaya katılan yüzücü çocukların vücut ağırlıkları ölçümleri 0,01 kg, boy uzunlukları ise 0,01 cm hassaslık derecesine sahip olan ölçüm araçlarından yararlanılarak gerçekleştirilmiştir (Günay vd., 2006). Esneklik ölçümleri otur uzan esneklik sehvası kullanılarak yapılmıştır. Sporculara gereken ısınma yaptırıldıktan sonra, ayaklarını esneklik sehvasına yerleştirmeleri istenmiştir. Sporcular, dizlerini bükmeden erişebildikleri noktaya uzanıp, sehpa üzerinde bulunan cetveli ileri itirmiş ve 1–2 saniyelik süre zarfında ulaşabildikleri en uç noktada beklemeye çalışmışlardır. Ölçümler 2'şer defa yapılmış ve en iyi derece cm cinsinden kaydedilmiştir (Tamer, 2000).

Durarak uzun atlama özelliklerinin belirlenmesinde, sporcular belirlenmiş çizginin arkasına geçerek sabit bir şekilde durmuşlar ve çift ayakla mümkün olan en uzağa atlamaya çalışmışlardır. Elde edilen değer metre cinsinden kayıt altına alınmıştır (Sevim, 2002). El kavrama kuvveti ölçümleri el dinamometresi (Hand Grip) yardımıyla yapılmıştır. Ölçümler sağ ve sol el için 3'er defa tekrarlanmış, en iyi değer kaydedilmiştir (Tamer, 2000).

Araştırmaya katılan çocukların denge özelliklerinin belirlenmesinde Flamingo Denge testinden yararlanılmış ve ölçümler dijital kronometre kullanılarak gerçekleştirilmiştir. Diğer taraftan, 50 metre serbest stil yüzme performansları da antrenman saatleri içerisinde yüzme havuzunda ve dijital kronometre yardımıyla ölçülmüştür.

Araştırmaya katılan çocukların oturma boyu ölçümleri, düz bir zemine ayaklar yere değecek şekilde oturtularak, mezuranın oturdukları yerden duvara sabitlenmesi ve sırtın duvara düz dayanacak biçimde oturma mesafesinden, kulaç boyu uzunlukları ise, çocuğun ayakta durur vaziyetteyken iki kolunu yere tamamen paralel şekilde açması ve üçüncü parmaklarının en uç noktaları arasındaki mesafenin mezura yardımı ile ölçülmesi ile gerçekleştirilmiştir. El uzunluğu ölçümleri, Radius'un Stiloid çıkıntısının distali ile en uzun parmağının ucu arasındaki mesafe, çocuğun bileğinde bükülme olmaksızın ölçülmüş, el genişliklerinin belirlenmesinde de çocuktan elini düz zemin üstünde sabit tutması istenmiş, bilek ile orta parmağın en uç noktası arasındaki mesafenin ölçümü kılavuzlu pergel yardımıyla ölçülmüştür. Ayak uzunluğu ölçümleri ise, topukla en uzun ayak parmağı arası mesafe alınarak gerçekleştirilmiştir (Akın, Tekdemir, Gültekin, Erol ve Bektaş, 2013; Mazıcıoğlu, 2011; Özer, 1993).

Verilerin Analizi

Verilerin normal dağılım gösterip göstermediğinin belirlenmesinde, SPSS programında Shapiro-Wilk testinden yararlanılmıştır. Gruplar arasındaki ikili karşılaştırmalarda Bağımsız Örneklem t testi, çoklu karşılaştırmalarda One Way ANOVA testi, farklılığı yaratan grup ya da grupların tespit edilmesinde post hoc Tukey HSD testi, değişkenler arasındaki ilişkilerin incelenmesinde de Pearson korelasyon testi kullanılmıştır. $p < 0,05$ düzeyinde anlamlılık kabul edilerek elde edilen bulgular yorumlanmıştır.

BULGULAR

Araştırma sonucunda elde edilen bulgulardan hareketle aşağıda yer verilen tablolar oluşturularak yorumlanmıştır.

Tablo 1. Çalışmaya katılan kız ve erkek çocukların yaş, vücut ağırlığı ve boy değerleri

Değişkenler	Cinsiyet	N	\bar{X}	S.S.
Yaş (yıl)	Kız	24	10,00	0,83
	Erkek	24	9,91	0,82
Vücut ağırlığı (kg)	Kız	24	35,35	8,25
	Erkek	24	36,25	7,09
Boy uzunluğu (cm)	Kız	24	142,29	8,57
	Erkek	24	140,91	6,92

Araştırmaya katılan, yaş ortalamaları $10,00 \pm 0,83$ yıl olan kız çocukların, vücut ağırlıkları $35,35 \pm 8,25$ kg ve boy uzunlukları $142,29 \pm 8,57$ cm; yaş ortalamaları $9,91 \pm 0,82$ yıl olan erkek çocukların, vücut ağırlıkları $36,25 \pm 8,25$ kg ve boy uzunlukları $140,91 \pm 6,92$ cm olarak tespit edilmiştir.

Tablo 2. Kız ve erkek çocukların bazı antropometrik özelliklerinin karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	N	\bar{X}	S	t	p
Kulaç uzunluğu (cm)	Kız	24	142,47	10,74	,732	,468
	Erkek	24	140,46	8,16		
Oturma yüksekliği (cm)	Kız	24	76,58	5,77	,107	,916
	Erkek	24	76,42	4,10		
El uzunluğu (cm)	Kız	24	15,17	1,12	,292	,772
	Erkek	24	15,08	,94		
El genişliği (cm)	Kız	24	7,08	,67	-,231	,818
	Erkek	24	7,12	,57		
Ayak uzunluğu (cm)	Kız	24	21,79	1,62	-,637	,527
	Erkek	24	22,16	2,38		
Ayak genişliği (cm)	Kız	24	8,37	,47	,415	,680
	Erkek	24	8,31	,56		

Araştırmaya katılan kız ve erkek çocukların, araştırma kapsamında incelenen antropometrik özellikleri karşılaştırıldığında, gruplar arasında istatistiksel açıdan herhangi anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$).

Tablo 3. Kız ve erkek çocukların bazı fiziksel uygunluk özellikleri ve yüzme performanslarının karşılaştırılması

Değişkenler	Cinsiyet	N	\bar{X}	S	t	p
Sağ El Kavrama Kuvveti (kg)	Kız	24	17,01	5,38	1,088	,282
	Erkek	24	15,64	3,01		
Sol El Kavrama Kuvveti (kg)	Kız	24	16,53	4,97	1,195	,238
	Erkek	24	15,07	3,37		
Esneklik (cm)	Kız	24	18,71	1,78	5,859	,000*
	Erkek	24	16,08	1,28		
Durarak Uzun Atlama (cm)	Kız	24	137,06	11,90	-1,159	,252
	Erkek	24	142,02	17,24		
Denge (puan)	Kız	24	5,95	3,89	-1,247	,219
	Erkek	24	7,58	5,05		
50 m. Serbest Yüzme (sn)	Kız	24	38,49	2,50	,312	,756
	Erkek	24	38,27	2,24		

* $p<.05$

Araştırmaya katılan yüzme sporu yapan kız ve erkek çocukların, incelenen fiziksel uygunluk özellikleri ve yüzme performansları karşılaştırıldığında, gruplar arasında sadece esneklik değerleri arasında anlamlı bir farklılık ($p<0,05$) bulunurken, diğer değişkenler arasında istatistiksel açıdan herhangi anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$).

Tablo 4. Yaş gruplarına göre kız çocukların antropometrik özelliklerinin karşılaştırılması

Değişkenler		N	\bar{X}	S	F	p	Tukey
Kulaç Uzunluğu (cm)	1 (9 yaş)	8	134,06	5,13	8,555	,002*	1-3
	2 (10 yaş)	8	142,06	8,35			
	3 (11 yaş)	8	151,31	10,62			
Oturma Yüksekliği(cm)	1 (9 yaş)	8	71,81	1,86	6,740	,005*	1-3
	2 (10 yaş)	8	77,68	5,83			
	3 (11 yaş)	8	80,25	5,39			
El Uzunluğu(cm)	1 (9 yaş)	8	14,37	,64	4,752	,020*	1-3
	2 (10 yaş)	8	15,26	1,02			
	3 (11 yaş)	8	15,87	1,18			
El Genişliği(cm)	1 (9 yaş)	8	6,81	,37	1,472	,252	-
	2 (10 yaş)	8	7,06	,56			
	3 (11 yaş)	8	7,37	,91			
Ayak Uzunluğu(cm)	1 (9 yaş)	8	20,93	1,01	4,114	,031*	1-3
	2 (10 yaş)	8	21,50	1,33			
	3 (11 yaş)	8	22,93	1,84			
Ayak Genişliği (cm)	1 (9 yaş)	8	7,93	,17	11,577	,000*	1-2, 1-3
	2 (10 yaş)	8	8,43	,41			
	3 (11 yaş)	8	8,75	,37			

* $p < .05$

Araştırmaya katılan yüzme sporu yapan kız çocuklarının yaş gruplarına göre antropometrik özellikleri karşılaştırıldığında, kulaç uzunluğu, oturma yüksekliği, el uzunluğu ve ayak uzunluğu değerlerinde, 9 ve 11 yaş kız çocukları arasında (1-3), ayak genişliği değerlerinde ise hem 9 ile 10 yaş (1-2) hem de 9 ile 11 yaş (1-3) kız çocukları arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur ($p < 0,05$). El genişliği değerlerinde ise istatistiksel olarak herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır ($p > 0,05$).

Tablo 5. Yaş gruplarına göre kız çocukların bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile yüzme performanslarının karşılaştırılması

Değişkenler		N	\bar{X}	S	F	p	Tukey
Sağ El Kavrama (kg)	1 (9 yaş)	8	14,52	2,52	2,834	,081	-
	2 (10 yaş)	8	16,20	3,80			
	3 (11 yaş)	8	20,31	7,36			
Sol El Kavrama (kg)	1 (9 yaş)	8	14,80	2,70	1,503	,245	-
	2 (10 yaş)	8	15,92	3,05			
	3 (11 yaş)	8	18,88	7,38			
Esneklik (cm)	1 (9 yaş)	8	18,25	1,16	,870	,730	-
	2 (10 yaş)	8	18,50	1,92			
	3 (11 yaş)	8	19,37	2,13			
Durarak Uzun Atlama (cm)	1 (9 yaş)	8	133,37	14,44	,594	,561	-
	2 (10 yaş)	8	138,06	12,30			
	3 (11 yaş)	8	139,75	8,97			
Denge (puan)	1 (9 yaş)	8	4,25	3,73	1,719	,204	-
	2 (10 yaş)	8	5,87	3,44			
	3 (11 yaş)	8	7,75	4,13			
50 m. Serbest Stil Yüzme Performansı (sn)	1 (9 yaş)	8	39,28	1,59	4,035	,033*	1-3, 2-3
	2 (10 yaş)	8	39,51	2,68			
	3 (11 yaş)	8	36,66	2,27			

* $p < .05$

Araştırmaya katılan yüzme sporu yapan kız çocuklarının yaş gruplarına göre bazı fiziksel uygunluk özellikleri ve 50 metre serbest stil yüzme performansları karşılaştırıldığında, sadece yüzme performansı dereceleri arasında anlamlı bir farklılık ($p < 0,05$) bulunurken, diğer değişkenler arasında istatistiksel açıdan herhangi anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p > 0,05$).

50 metre serbest stil yüzme performansları arasındaki farklılığı yaratan grup incelendiğinde ise, 11 yaş grubu kız çocukların hem 9 hem de 10 yaş grubundaki kız çocuklarına göre istatistiksel açıdan fark yaratan bir performans ortaya koydukları tespit edilmiştir.

Tablo 6. Yaş gruplarına göre erkek çocukların antropometrik özelliklerinin karşılaştırılması

Değişkenler		N	\bar{X}	S	F	p	Tukey
Kulaç Uzunluğu (cm)	1 (9 yaş)	9	135,45	3,83	6,714	,006*	1-3
	2 (10 yaş)	8	139,75	7,71			
	3 (11 yaş)	7	147,71	8,17			
Oturma Yüksekliği(cm)	1 (9 yaş)	9	73,58	2,37	4,957	,017*	1-2
	2 (10 yaş)	8	78,81	3,44			
	3 (11 yaş)	7	77,35	4,74			
El Uzunluğu(cm)	1 (9 yaş)	9	14,66	,43	2,904	,077	-
	2 (10 yaş)	8	15,00	1,10			
	3 (11 yaş)	7	15,71	,99			
El Genişliği(cm)	1 (9 yaş)	9	6,83	,35	2,094	,148	-
	2 (10 yaş)	8	7,25	,53			
	3 (11 yaş)	7	7,35	,74			
Ayak Uzunluğu(cm)	1 (9 yaş)	9	21,22	,66	4,039	,033*	1-3
	2 (10 yaş)	8	21,56	1,32			
	3 (11 yaş)	7	24,07	3,62			
Ayak Genişliği (cm)	1 (9 yaş)	9	8,16	,25	,659	,528	-
	2 (10 yaş)	8	8,31	,79			
	3 (11 yaş)	7	8,50	,57			

*p<.05

Araştırmaya katılan yüzme sporu yapan erkek çocuklarının yaş gruplarına göre antropometrik özellikleri karşılaştırıldığında, kulaç uzunluğu ve ayak uzunluğu değerlerinde 9 ve 11 yaş çocuklar arasında (1-3), oturma yüksekliği değerlerinde ise 9 ile 10 yaş (1-2) çocuklar arasında anlamlı farklılıklar bulunmuştur (p<0,05). Diğer değişkenler arasında ise istatistiksel olarak herhangi bir farklılığa rastlanmamıştır (p>0,05).

Tablo 7. Yaş gruplarına göre erkek çocukların bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile yüzme performanslarının karşılaştırılması

Değişkenler		N	\bar{X}	S	F	p	Tukey
Sağ El Kavrama (kg)	1 (9 yaş)	9	13,53	2,48	11,860	,000*	1-3, 2,3
	2 (10 yaş)	8	15,25	1,26			
	3 (11 yaş)	7	18,80	2,50			
Sol El Kavrama (kg)	1 (9 yaş)	9	13,19	2,44	6,490	,006*	1-3
	2 (10 yaş)	8	14,51	2,40			
	3 (11 yaş)	7	18,12	3,49			
Esneklik (cm)	1 (9 yaş)	9	16,00	1,00	2,374	,700	-
	2 (10 yaş)	8	15,50	1,51			
	3 (11 yaş)	7	16,85	1,07			
Durarak Uzun Atlama (cm)	1 (9 yaş)	9	138,00	13,84	3,157	,063	-
	2 (10 yaş)	8	135,56	18,05			
	3 (11 yaş)	7	154,57	15,52			
Denge (puan)	1 (9 yaş)	9	6,33	2,00	2,486	,107	-
	2 (10 yaş)	8	10,62	6,43			
	3 (11 yaş)	7	5,71	5,05			
50 m. Serbest Stil Yüzme Performansı (sn)	1 (9 yaş)	9	38,42	1,70	11,863	,000*	1-3, 2,3
	2 (10 yaş)	8	40,08	1,66			
	3 (11 yaş)	7	36,03	1,40			

*p<.05

Araştırmaya katılan yüzme sporu yapan erkek çocuklarının yaş gruplarına göre bazı fiziksel uygunluk özellikleri ve 50 metre serbest stil yüzme performansları karşılaştırıldığında, sol el

kavrama kuvveti değerlerinde 9 yaş ve 11 yaş (1-3) çocuklar arasında, sağ el kavrama kuvveti değerleri ve 50 metre serbest stil yüzme performansı değerlerinde ise 11 yaş grubu çocukların hem 9 hem de 10 yaş grubundaki (1-3, 2-3) erkek çocukları arasında anlamlı farklar bulunmuştur ($p<0,05$). Diğer değişkenler arasında istatistiksel açıdan herhangi anlamlı bir farklılık bulunamamıştır ($p>0,05$).

Tablo 8. Kız çocukların bazı antropometrik özellikleri ile yüzme performansları arasındaki ilişkiler

Değişkenler		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
50 m. Serbest Stil Yüzme (1)	P						
	r						
	N						
Kulaç Uzunluğu (2)	p	-,590*					
	r	0,002					
	N	24					
Oturma Yüksekliği (3)	p	-,493*	,740*				
	r	0,014	0,000				
	N	24	24				
El Uzunluğu (4)	p	-,530*	,892*	,573*			
	r	0,008	0,000	0,003			
	N	24	24	24			
El Genişliği (5)	p	-,445*	,707*	,510*	,654*		
	r	0,029	0,000	0,011	0,001		
	N	24	24	24	24		
Ayak Uzunluğu (6)	p	-,541*	,824*	,647*	,713*	,847*	
	r	0,006	0,000	0,001	0,000	0,000	
	N	24	24	24	24	24	
Ayak Genişliği (7)	p	-0,306	,554*	,479*	,508*	,550*	,518*
	r	0,146	0,005	0,018	0,011	0,005	0,009
	N	24	24	24	24	24	24

* $p<0,05$

Araştırmaya katılan yüzme sporu yapan kız çocuklarının bazı antropometrik özellikleri ile yüzme performansları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, 50 metre serbest stil yüzme performansı ile kulaç uzunluğu, oturma yüksekliği, el uzunluğu, el genişliği ve ayak uzunluğu değişkenleri arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunurken ($p<0,05$), ayak genişliği ile 50 metre yüzme performansı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$). Diğer taraftan kız çocukların incelenen antropometrik özelliklerinin birbiri arasındaki ilişkilere bakıldığında, tüm antropometrik özelliklerin birbirleri ile pozitif yönde anlamlı bir ilişki gösterdikleri tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 9. Kız çocukların bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile yüzme performansları arasındaki ilişkiler

Değişkenler		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
50 m. Serbest Stil Yüzme (1)	p					
	r					
	N					
Sağ El Kavrama (2)	p	-,709*				
	r	,000				
	N	24				
Sol El Kavrama (3)	p	-,596*	,928			
	r	,002	,000*			
	N	24	24			
Esneklik (4)	p	-,405*	,369	,475*		
	r	,049	,076	,019		
	N	24	24	24		
Durarak Uzun Atlama (5)	p	-,081	,206	,219	,270	
	r	,705	,334	,304	,203	
	N	24	24	24	24	
Denge (6)	p	-,504*	,582*	,546*	,236	,144
	r	,012	,003	,006	,266	,501
	N	24	24	24	24	24

* $p<0,05$

Araştırmaya katılan yüzme sporu yapan kız çocuklarının bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile yüzme performansları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, 50 metre serbest stil yüzme performansı ile sağ el kavrama kuvveti, sol el kavrama kuvveti, esneklik, durarak uzun atlama ve denge arasında negatif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<0,05$).

Diğer taraftan kız çocukların incelenen bazı fiziksel uygunluk özelliklerinin aralarındaki ilişkilere bakıldığında, sağ el kavrama kuvveti ile sol el kavrama kuvveti ve sağ el kavrama kuvveti ile denge arasında; sol el kavrama kuvveti ile esneklik ve sol el kavrama kuvveti ile denge arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<0,05$).

Tablo 10. Kız çocukların bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile antropometrik özellikleri arasındaki ilişkiler

Değişkenler	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)
Sağ El Kavrama (1)	p r N									
Sol El Kavrama (2)	p r N	,928*								
Esneklik (3)	p r N	,369 ,076 24	,475* ,019 24							
Durarak Uzun Atlama (4)	p r N	,206 ,334 24	,219 ,304 24	,270 ,203 24						
Denge (5)	p r N	,582* ,003 24	,546* ,006 24	,236 ,266 24	,144 ,501 24					
Kulaç Uzunluğu (6)	p r N	,795* ,000 24	,650* ,001 24	,340 ,104 24	,349 ,094 24	,596* ,002 24				
Oturma Yüksekliği (7)	p r N	,581* ,003 24	,501* ,013 24	,356 ,088 24	,218 ,306 24	,622* ,001 24	,740* ,000 24			
El Uzunluğu (8)	p r N	,679* ,000 24	,518* ,010 24	,370 ,075 24	,219 ,304 24	,529* ,008 24	,892* ,000 24	,573* ,003 24		
El Genişliği (9)	p r N	,733* ,000 24	,676* ,000 24	,185 ,386 24	,156 ,467 24	,484* ,016 24	,707* ,000 24	,510* ,011 24	,654* ,001 24	
Ayak Uzunluğu (10)	p r N	,731* ,000 24	,559* ,005 24	,189 ,377 24	,206 ,333 24	,563* ,004 24	,824* ,000 24	,647* ,001 24	,713* ,000 24	,847* ,000 24
Ayak Genişliği (11)	p r N	,498* ,013 24	,508* ,011 24	,420* ,041 24	,247 ,244 24	,387 ,062 24	,554* ,005 24	,479* ,018 24	,508* ,011 24	,550* ,005 24

* $p<0,05$

Araştırmaya katılan yüzme sporu yapan kız çocuklarının bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile antropometrik özellikleri arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon testi ile incelendiğinde hem sağ hem de sol el kavrama kuvvetleri ile el uzunluğu ve genişliği, ayak uzunluğu ve genişliği, oturma yüksekliği ve kulaç uzunluğu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<0,05$). Diğer taraftan, denge ile el uzunluğu, el genişliği, kulaç uzunluğu, oturma yüksekliği ve ayak uzunluğu değerleri arasında da pozitif yönde anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir ($p<0,05$).

Tablo 11. Erkek çocukların bazı antropometrik özellikleri ile yüzme performansları arasındaki ilişkiler

Değişkenler		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)
50 m. Serbest Stil Yüzme (1)	p r N						
Kulaç Uzunluğu (2)	p r N	-,512* ,010 24					
Oturma Yüksekliği (3)	p r N	,059 ,783 24	,408* ,048 24				
El Uzunluğu (4)	p r N	-,375 ,071 24	,827* ,000 24	,420* ,041 24			
El Genişliği (5)	p r N	,125 ,562 24	,535* ,007 24	,567* ,004 24	,522* ,009 24		
Ayak Uzunluğu (6)	p r N	-,314 ,135 24	,713* ,000 24	,185 ,387 24	,595* ,002 24	,562* ,004 24	
Ayak Genişliği (7)	p r N	-,300 ,155 24	,622* ,001 24	,276 ,191 24	,438* ,032 24	,408* ,048 24	,498* ,013 24

*p<.05

Araştırmaya katılan yüzme sporu yapan erkek çocuklarının bazı antropometrik özellikleri ile yüzme performansları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, 50 metre serbest stil yüzme performansı ile kulaç uzunluğu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki bulunurken ($p<0,05$), diğer antropometrik özellikler ile 50 metre yüzme performansı arasında anlamlı bir ilişkiye rastlanmamıştır ($p>0,05$).

Tablo 12. Erkek çocukların bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile yüzme performansları arasındaki ilişkiler

Değişkenler		(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
50 m. Serbest Stil Yüzme (1)	p r N					
Sağ El Kavrama (2)	p r N	-,336 ,109 24				
Sol El Kavrama (3)	p r N	-,368 ,077 24	,848* ,000 24			
Esneklik (4)	p r N	-,345 ,099 24	,304 ,149 24	,190 ,375 24		
Durarak Uzun Atlama (5)	p r N	-,420* ,041 24	,450* ,027 24	,446* ,029 24	,240 ,259 24	
Denge (6)	p r N	,055 ,797 24	-,263 ,214 24	-,122 ,569 24	-,182 ,394 24	-,352 ,092 24

*p<.05

Araştırmaya katılan yüzme sporu yapan erkek çocuklarının bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile yüzme performansları arasındaki ilişkiler incelendiğinde, 50 metre serbest stil yüzme performansı ile durarak uzun atlama değerleri arasında negatif yönde anlamlı ilişki bulunmuştur ($p<0,05$). Diğer taraftan erkek çocukların incelenen bazı fiziksel uygunluk özelliklerinin aralarındaki ilişkilere bakıldığında, sağ el kavrama kuvveti ile sol el kavrama

kuvveti ve sağ el kavrama kuvveti ile durarak uzun atlama arasında; sol el kavrama kuvveti ile durarak uzun atlama değerleri arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<0,05$).

Tablo 13. Erkek çocukların bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile antropometrik özellikleri arasındaki ilişkiler

Değişkenler	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	
Sağ El Kavrama (1)	p r N										
Sol El Kavrama (2)	p r N	,848*									
Esneklik (3)	p r N	,304 ,149 24	,190 ,375 24								
Durarak Uzun Atlama (4)	p r N	,450* ,027 24	,446* ,029 24	,240 ,259 24							
Denge (5)	p r N	-,263 ,214 24	-,122 ,569 24	-,182 ,394 24	-,352 ,092 24						
Kulaç Uzunluğu (6)	p r N	,721* ,000 24	,759* ,000 24	,090 ,676 24	,258 ,224 24	,128 ,551 24					
Oturma Yüksekliği (7)	p r N	,304 ,149 24	,283 ,180 24	-,212 ,320 24	,220 ,302 24	,241 ,256 24	,408* ,048 24				
El Uzunluğu (8)	p r N	,598* ,002 24	,667* ,000 24	,048 ,823 24	,329 ,116 24	,300 ,154 24	,827* ,000 24	,420* ,041 24			
El Genişliği (9)	p r N	,502* ,012 24	,291 ,168 24	-,250 ,238 24	-,006 ,979 24	-,019 ,931 24	,535* ,007 24	,567* ,004 24	,522* ,009 24		
Ayak Uzunluğu (10)	p r N	,559* ,005 24	,463* ,023 24	,251 ,237 24	-,007 ,972 24	-,061 ,778 24	,713* ,000 24	,185 ,387 24	,595* ,002 24	,562* ,004 24	
Ayak Genişliği (11)	p r N	,219 ,303 24	,227 ,287 24	-,097 ,652 24	-,088 ,681 24	,199 ,351 24	,622* ,001 24	,276 ,191 24	,438* ,032 24	,408* ,048 24	,498* ,013 24

* $p<0,05$

Araştırmaya katılan yüzme sporu yapan erkek çocuklarının bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile antropometrik özellikleri arasındaki ilişkiler incelendiğinde, sağ el kavrama kuvveti ile kulaç uzunluğu, el uzunluğu, el genişliği ve ayak uzunluğu ve arasında pozitif yönde; sol el kavrama kuvveti ile kulaç uzunluğu, el uzunluğu ve ayak uzunluğu arasında pozitif yönde anlamlı ilişkiler bulunmuştur ($p<0,05$). Diğer değişkenler arasında istatistiksel açıdan herhangi anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0,05$).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Yapılan bu çalışmada, yüzme sporu yapan çocuklarda antropometrik özellikler, bazı fiziksel uygunluk parametreleri ve yüzme performansları arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlanmıştır. Yüzme gibi spor dallarında, sporcuların performansını etkileyen birçok farklı etken bulunmaktadır. Sporcuların bu etkenlerin birçoğunda istenilen seviyeye ulaşmaları, performans anlamında istenilen düzeylere gelmelerine yardımcı olurken, bu etkenlerin

bazılarının sporcular ve antrenörler tarafından göz ardı edilmesi ya da fazla önemsenmemesi de istenilen seviyeye ulaşmanın önünde bir engel oluşturabilir.

Araştırmaya katılan 9-11 yaş arası kız ve erkek yüzücü çocukların, fiziksel uygunluk özellikleri açısından sadece esneklik değerleri arasında anlamlı bir farklılık ($p<0,05$) tespit edilmiştir. Kız ve erkek çocukların antropometrik özellikleri, yüzme performansları ve diğer fiziksel uygunluk özellikleri arasında ise istatistiksel açıdan anlamlı bir farklılığa rastlanmamıştır ($p>0,05$). Kız çocukların bazı antropometrik özellikleri ile yüzme performansları arasında (Tablo 8); bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile yüzme performansları arasında (Tablo 9) ve bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile antropometrik özellikleri arasında (Tablo 10) anlamlı ilişkiler bulunmuştur. Yüzücü erkek çocukların da benzer biçimde, bazı antropometrik özellikleri ile yüzme performansları arasında (Tablo 11); bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile yüzme performansları arasında (Tablo 12) ve bazı fiziksel uygunluk özellikleri ile antropometrik özellikleri arasında (Tablo 13) anlamlı ilişkiler tespit edilmiştir.

Yüzücü çocuklar üzerinde yapılan çalışmalar açısından literatürdeki bazı araştırmalara bakıldığında; Bostancı, Andaç, Yılmaz ve Kabadayı (2017) 12-13 yaş yüzücü çocuklarda boy uzunluğu ve vücut ağırlığı değerlerinde cinsiyet farklılığı açısından herhangi anlamlı bir farklılık oluşmadığını ($p>0,05$), el uzunluğu değerlerinin erkek çocuklarda $18,40\pm 1,24$ cm, kız çocuklarda $18,30\pm 0,84$ cm; ayak uzunluğu değerlerini erkek çocuklarda $25,04\pm 1,69$ cm, kız çocuklarda $24,31\pm 1,07$ cm olduğunu tespit etmişlerdir. Kıstak, Bulgan, Bingül ve Başar (2019) 8-10 yaş grubu yüzücüler üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmalarında, durarak uzun atlama değerlerini kız çocuklarda $146,78\pm 22,67$ cm, erkek çocuklarda $148,00\pm 19,00$ cm; kulaç uzunluğu değerlerini kız çocuklarda $135,14\pm 8,28$ cm, erkek çocuklarda $137,42\pm 8,11$ cm olarak bulmuşlardır.

Genç (2019) 9-12 yaş grubu yüzücüler üzerinde yaptığı çalışmada, durarak uzun atlama ortalama değerlerini $134,43\pm 15,17$ cm olarak tespit ederken, Yıldız ve Özamay (2019) yaş ortalamaları $10,16\pm 1,11$ yıl, boy uzunluğu ortalamaları $145,00\pm 9,46$ cm, vücut ağırlığı ortalamaları $42,78\pm 11,53$ olan çocuklarda $43,92\pm 4,81$ sn olarak bulmuşlardır. Saygın, Karacabey ve Saygın (2011) tarafından gerçekleştirilen çalışmada, erkek çocuklarının kız çocuklarına oranla el kavramı kuvveti değerlerinin yüksek olması, esneklik değerlerinin ise kız çocuklarının erkek çocuklara göre daha yüksek çıktığı belirlenmiştir. Boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve el kavrama kuvveti değerlerinde, kız ve erkek çocuklarda yaş ile birlikte artış meydana geldiği gözlemlenmiştir.

Ferraz, Branquinho, Loupo, Neiva ve Marinho (2020) tarafından yapılan, farklı seviyelerdeki yüzücü çocukların 50m ve 400m serbest stil performansları ile antropometrik özellikleri arasındaki ilişkilerin incelendiği bir çalışmada elde edilen sonuçlar, yüzücülerin antropometrik özelliklerinin yüzme performansında pozitif bir ilişkiye sahip olduğunu ($p < 0,01$), ayrıca 50m ve 400m serbest stil yüzme için boy uzunluğu, vücut ağırlığı ve kanat açıklığında pozitif doğrusal korelasyonlar olduğunu göstermektedir.

Ölmez, Yüksek, Üçüncü ve Ayan (2017) 8-12 yaş grubu çocuklar üzerinde yaptıkları araştırmalarında, araştırmaya katılan çocukların 50 metre serbest stil yüzme performansları ile kulaç uzunlukları ve kol uzunlukları arasında ve 50 metre serbest stil yüzme performansları ile omuz genişlikleri değerleri arasında $p<0,05$ düzeyinde anlamlı ilişkiler tespit etmişlerdir.

Yüksek, Akpınar, Ayan ve Ölmez (2017) yüzücüler ile yaptıkları bir çalışmada, yüzücülerde antropometrik özelliklerin yüzme performansı üzerinde olumlu etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Yüzücüler üzerine yapılan bir başka çalışmada (Kaya, 2012), 9-11 yaş arası yüzücü çocukların, kulaç uzunlukları ile yüzme performansları arasında hem erkek yüzücülerde hem de kız yüzücülerde anlamlı düzeyde negatif yönlü bir ilişkiye rastlanmıştır.

İnan ve Saygın (2019) genç yüzücüler üzerinde yaptıkları çalışmalarında, kız yüzücülerde el uzunluğunda ve esneklik değerlerinde artış meydana geldikçe yüzme performanslarında da artış ortaya çıktığını, erkek yüzücülerde ise büst uzunluğu, esneklik ve sol el kavrama değerlerinde artış oldukça yüzme performanslarında da iyileşme meydana geldiğini; Pekel vd., (2006) tarafından yapılan bir çalışmada da, 10 ile 13 yaş arası çocuklarda fiziksel uygunluk ve antropometrik özellikler arasındaki ilişkileri inceledikleri çalışmalarında, spor yapan hem kız hem de erkek çocuklarda, “çap, çevre ve uzunluk ölçümleri ile hız, güç ve kuvvet performansları” arasında pozitif ilişkiler bulunduğu belirtilmiştir.

Kıstak, Bulgan, Bingül ve Başar’ın (2019) çalışmalarında, flamingo denge testi ile serbest stil yüzme performansı arasında pozitif yönde, durarak uzun atlama değerleriyle serbest stil yüzme performansı arasında negatif yönde ilişkiler bulunduğunu belirtmişlerdir. Yfanti vd., (2014) doğal bir fiziksel aktivite olarak yüzmenin, tüm vücudu etkilediği ve çalıştırdığı için egzersiz yapmanın en etkili yollarından biri olduğuna dikkat çekmektedir.

Atlı ve Külünkoğlu (2021) yüzme branşında santisaniye gibi saniyeden çok daha küçük bir süre zarfında performansın değerlendirildiği ve yüzücünün mümkün olan en kısa zamanda belirlenen mesafeyi tamamlamasının amaçlandığını, Alp ve Kılınç da (2015) yüzme branşında etkili antrenman yöntemlerinin uygulanmasıyla sporcuların daha da hızlı bir performans gelişimi sağlayacaklarını vurgulamaktadırlar.

Sonuç olarak, araştırmadan elde edilen bulgulardan hareketle, bu yaş grubu yüzücü çocuklarda antropometrik özellikler ile bazı fiziksel uygunluk özelliklerinin yüzme performansı üzerinde belirleyici rol oynadığı, istenilen performans seviyelerine ulaşabilme açısından hem fiziksel uygunluk özelliklerinin hem de antropometrik ölçümlerin düzenli aralıklarla gerçekleştirilmesinin önemli bir gereklilik olduğu, yapılacak antrenmanlarda bu özelliklerin gelişimi üzerine düzenli şekilde uygulanacak çalışmalarla yüzme performansında da istenilen yönde bir gelişim sağlanabileceği düşünülmektedir.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı- EB; KG, İstatistik analiz- EB; KG, Makalenin hazırlanması- EB; KG: 1. ve 2. yazarlar tarafından gerçekleştirilmiştir. Verilerin Toplanması- EB: 1. yazar tarafından gerçekleştirilmiştir.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi İnsan Araştırmaları Etik Kurulu

Tarih: 14.01.2020

Sayı/Karar No: 7

KAYNAKLAR

- Akın, G., Tekdemir, İ., Gültekin, T., Erol, E. ve Bektaş, Y. (2013). *Antropometri ve spor*. (1.Baskı) Ankara: Alter Yayınları.
- Alp, M. ve Kılınç, F. (2015). *Yüzmede interval ve kombine antrenmanlar*. Saarbrücken: Türkiye Alim Kitapları.
- Alpar, R. (1994). *Yüzme ve su topu antrenmanlarının temelleri*. Ankara: Başbakanlık GSGM Yüzme-Atlama-Sutopu Federasyonu.
- Atlı, A. ve Külünkoğlu, B. (2021). Yüzme sporunda çıkış aşaması: Biyomekaniksel yaklaşım. *Akdeniz Spor Bilimleri Dergisi*, 4(1), 51-60. DOI: 10.38021/asbid.891634.
- Bayraktar, B. ve Kurtuluş, M. (2009). Sporda performans, etkili faktörler, değerlendirilmesi ve artırılması. *Klinik Gelişim Dergisi*, 22(1), 16-24.
- Bostancı, Ö., Andaç, A., Yılmaz, A.K. ve Kabadayı, M. (2017). 12-13 yaş yüzücülerin cinsiyetlerine göre antropometrik özelliklerinin karşılaştırılması. *İnönü Üniversitesi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 4(3), 12-21.
- Bozdoğan, A. ve Özüak, A. (2003). *Stilleriyle temel yüzme*. (1. Baskı) İstanbul: Pres Basım & Yayın.
- Demirci, N. (1995). *A'dan Z'ye spor*. Ankara: Neyir Yayıncılık ve Matbaacılık.
- Ferraz, R., Branquinho, L., Loupo, R., Neiva, H. & Marinho, D.A. (2020). The relationship between anthropometric characteristics and sports performance in national-level young swimmers. *European Journal of Human Movement*, 45, 2020,1-14 <https://doi.org/10.21134/eurjhm.2020.45.2>
- Günay, M., Tamer, K. ve Cicioğlu, İ. (2006). *Spor fiziolojisi ve performans ölçümü*. Ankara: Gazi Kitabevi.
- Genç, H. (2019). Bingöl ilinde düzenli yüzme sporu yapan 9-12 yaş arası erkek çocukların somatotip yapılarının ve bazı performans özelliklerinin incelenmesi. *17.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitapçığı* içinde (ss.299-310). Ankara: Spor Bilimleri Derneği.
- İnan, Ş. ve Saygın, Ö. (2019) Genç yüzücülerde antropometrik, fizyolojik ve fiziksel özelliklerin müsabaka performansına etkisinin araştırılması. *Uluslararası Spor Egzersiz ve Antrenman Bilimi Dergisi*, 5(4), 183-191. <https://doi.org/10.18826/useeabd.644211>.
- Karasar, N. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemi: Kavramlar ilkeler teknikler*. (36. Basım) Ankara: Nobel Akademi Yayıncılık.
- Kaya, B. (2012). 9-11 yaş grubu serbest yüzücülerde kulaç uzunluğu ve sıklığının performansa etkisi. *e-Journal of New World Sciences Academy*, 7(2), 27-36.
- Kıstak, B., Bulgan, Ç., Bingül, B.M. ve Başar, M.A. (2019). 8-10 yaş grubu yüzücülerin 25m farklı stil yüzme performanslarının motorik özellikler ile ilişkisi. *Spor ve Performans Araştırmaları Dergisi*, 10(2), 94-103. <https://doi.org/10.17155/omuspd.469102>.
- Mazıcıoğlu, M.M. (2011). Büyüme gelişme izleminde kullanılan antropometrik ölçüm yöntemleri: Büyüme takibinin metodolojisi. *Türkiye Aile Hekimliği Dergisi*, 15(3), 101-108.
- Ölmez, C., Yüksek, S., Üçüncü, M. ve Ayan, V. (2017). 8-12 yaş çocuklarda bazı antropometrik özellikler ile 50 metre serbest stil yüzme performansı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Türkiye Klinikleri Journal of Sports Sciences*, 9(3), 95-100. DOI: 10.5336/sportsci.2016-54026.
- Özdemir, F. (2018). Yüzün antropometrik ölçümlerinin kullanım alanları. *Hitit Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi, ANARSAN Sempozyumu Özel Sayısı*, 11(2), 1079-1091. DOI: 10.17218/hititsosbil.463942.
- Özer, K. (1993). *Antropometri sporda morfolojik planlama*. İstanbul: Kazancı Matbaası.
- Özer, M.K. (2009). *Kinantropometri sporda morfolojik planlama*. (2. Baskı) Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.

- Bozkurt, E. ve Göral, K. (2021). Çocuklarda antropometrik özellikler ve fiziksel uygunluk parametreleri yüzme performansı ile ilişkili midir? *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 137-151.
- Pekel, H.A., Bağcı, E., Güzel, N., Onay, M., Balcı, Ş.S. ve Pepe, H. (2006). Spor yapan çocuklarda performansla ilgili fiziksel uygunluk test sonuçlarıyla antropometrik özellikler arasındaki ilişkilerin değerlendirilmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 14(1), 299-308.
- Rinaldo, N. & Gualdi-Russo, E. (2015). Anthropometric techniques. *In International Course on Health and Immigration*, 10(9), 275-289.
- Saygın, E., Karacabey, K. ve Saygın, Ö. (2011). Çocuklarda fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk unsurlarının araştırılması. *Uluslararası İnsan Bilimleri Dergisi*, 8(2), 921-935.
- Sevim, Y. (2002). *Antrenman bilgisi*. Ankara: Nobel Yayın Dağıtım.
- Tamer, K. (2000). *Sporda fiziksel-fizyolojik performansın ölçülmesi ve değerlendirilmesi*. Ankara: Kültür Matbaası.
- Tüzen, B., Müniroğlu, S. ve Tanılkan, K. (2005). Kısa mesafe yüzücülerinin 30 metre sürat koşusu dereceleri ile 50 metre serbest stil yüzme derecelerinin karşılaştırılması. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 3(3), 97-99.
- Yfanti, M., Samara, A., Kazantzidis, P., Hasiotou, A. & Alexiou, S. (2014). Swimming as physical activity and recreation for women. *Tims. Acta: Naučni časopis za sport, turizam i velnes*, 8(2), 137-145.
- Yıldız, M. ve Özamay, İ. (2019). Miyofasyal gevşetme yöntemi genç yüzücülerin kurbağalama ve kelebek stili özelinde yüzme performans derecelerini arttırıyor. *17.Uluslararası Spor Bilimleri Kongresi Bildiri Kitapçığı* içinde (ss.318-322). Ankara.
- Yüksek, S., Akpınar, E. G., Ayan, V. & Ölmez, C. (2017). 14-16 yaş yüzücülerde antropometrik özellikler ile 50 metre sırtüstü stil yüzme performansları arasındaki ilişkinin incelenmesi. *İstanbul Üniversitesi Spor Bilimleri Dergisi*, 7(2), 13-26.
- Zorba, E. ve Saygın, Ö. (2017). *Fiziksel aktivite ve fiziksel uygunluk*. Ankara: Perspektif Matbaacılık.



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

Uluslararası Spor Organizasyonlarında Gönüllü Motivasyonu ile Serbest Zaman Doyum Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi*

Batuhan ER^{1†}, Pinar GÜZEL GÜRBÜZ²

¹ İstanbul Gedik Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, İstanbul.

² Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Manisa.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 31.03.2021

Kabul Tarihi: 13.05.2021

DOI:10.25307/jssr.906958

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Bu çalışmanın amacı; uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllülerin motivasyon faktörleri ile serbest zaman doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması ve farklı demografik değişkenlere göre incelenmesidir. Araştırmanın örneklem grubunu ise, uluslararası spor organizasyonlarına katılan ve amaçlı örneklem yoluyla belirlenen; 99 kadın 168 erkek olmak üzere, toplam 267 (Ort_{yaş}=24.00 ±7.299) spor gönüllüsü bireyden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama amacıyla demografik bilgi formu, Uluslararası Spor Organizasyonları İçin Gönüllü Motivasyonları Ölçeği ve Serbest Zaman Doyum Ölçeği kısa formu kullanılmıştır. Elde edilen verilere tanımlayıcı istatistik, Bağımsız Örneklem İçin T-Testi, Çok Değişkenli Varyans Analizi (MANOVA), Pearson Korelasyon ve Çoklu Doğrusal Regresyon analizleri uygulanmıştır. Analiz sonuçlarına göre uluslararası spor organizasyonlarında gönüllülük faaliyetlerine katılım gösteren bireylerin genel gönüllülük motivasyonu ile serbest zaman doyum düzeyleri arasında pozitif yönde, orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir (r=.431, p<.05). Çalışma sonuçları ve literatür ile birlikte, motivasyon ve serbest zaman yaklaşımları da göz önüne alındığında; uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllülerin serbest zaman doyum ve motivasyon faktörleri arasında güçlü bir bağ olduğu ifade edilebileceği gibi yapılan bu çalışmanın literatüre önemli katkıları olacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Gönüllülük, Gönüllü Motivasyonu, Serbest Zaman Doyum, Uluslararası Spor Organizasyonları.

Investigation of the Relationship Between Volunteer Motivation and Leisure Satisfaction in International Sports Organizations

Abstract

The aim of this study is to compare the relationship between motivation factors and leisure time satisfaction levels of volunteers working in international sports organizations and their analysis according to different demographic variables. The sample group of the research was determined by the purposeful sampling who participated in the international sports organizations; It consists of 99 women and 168 men, totally 267 (Average = 24.00 ± 7.299) sports volunteers. Study data was collected via Demographic information form, Volunteer Motivations Scale for International Sports Organizations and Leisure Time Satisfaction Scale. Descriptive statistics, T-Test for Independent Samples, Multivariate Analysis of Variance (MANOVA), Pearson Correlation and Multiple Linear Regression analyzes were applied to the data obtained. According to the analysis results, a positive, moderate relationship was found between the general volunteering motivation and leisure time satisfaction levels of individuals participating in volunteering activities in international sports organizations (r=.431, p<.05). Considering motivation and leisure time approaches together with the study results and literature; it can be stated that there is a strong connection between the leisure time satisfaction and motivation factors of volunteers working in international sports organizations, and it is thought that this study will contribute to the literature.

Keywords: Volunteerism, Volunteer Motivation, Leisure Satisfaction, International Sports Organizations.

* Bu makale, Batuhan ER'in Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü'nce kabul edilen "Uluslararası Spor Organizasyonlarında Gönüllü Motivasyonu ile Serbest Zaman Doyum Düzeyi Arasındaki İlişkinin İncelenmesi" başlıklı Yüksek Lisans tezinden türetilmiştir.

† Sorumlu Yazar: Batuhan ER, E-posta: batuhaner32@hotmail.com

GİRİŞ

Son yıllarda, ülkemizde ve dünyada önemi giderek artmakta olan spor etkinlikleri, bireylerin serbest zamanlarında, etkinliklerin bir parçası olabilmesi açısından fırsatlar sunmaktadır. Bununla birlikte uluslararası spor organizasyonları açısından bu durum, bireylerin gönüllü katılımcı olarak destekleri ile ev sahibi şehir ve ülkeler için önemli bir insan kaynağı oluşturmaktadır. Gönüllülerin katkısı, serbest zaman aktivitelerinin üretiminde de önemli bir girdidir. Bu durum büyük spor etkinliklerine ev sahipliği yapmak gibi çok çeşitli spor etkinlikleri için de geçerlidir. Planlama, organizasyon, pazarlama ve üretime yardımları genellikle yerel etkinlik organizatörleri için mali açık veya fazlalık arasındaki durumu belirlemektedir (Solberg, 2003). Uluslararası spor organizasyonları şehirler ve ülkeler açısından da farklı katkılar sağlayabilmektedir. Ev sahipliği durumunda, ülke ve şehirlere ulusal kültür ve kimliklerini sunma şansı adına küresel düzeyde bir araç olabilmektedir. Bununla birlikte organizasyonlar, geniş kitleler tarafından da yoğun ilgiyle takip edilmekte ve bu ilgi de toplum yaşamının standartlarının yükseltilmesi adına önemli fırsatlar yaratmaktadır (Berber ve Terekli 2019). Serbest zamanın içerisinde oldukça önemli bir yere sahip olan gönüllülük kavramı dünyada birçok alanda popüler olmaya devam etmektedir. Bu alanlar gönüllü katkısı sağlanan etkinliklerin türlerine göre değişiklik gösterirken, gönüllülerin bu etkinliklere ekonomik, sosyal ve çevresel katkıları oldukça fazladır. Gönüllülüğün serbest zaman kavramıyla olan yakından ilişkisi içerisinde bireylerin, serbest zamanda gönüllü olarak bir etkinliğe katılması konusundaki doyumunu ve motivasyon faktörleri önemli bir etkiye sahip olabilmektedir.

Gönüllülük ve Serbest Zaman Kavramı İlişkisi

2004 Dünya Serbest Zaman Kongresi'nde bir sunum "Gönüllü olmayan bir dünya hayal edebiliyor musunuz?" şeklinde bir soruyla başlamıştır (Cuskelly, Hoyer ve Auld, 2006:2). Ringuet-Riot ve diğerleri de (2014) bu soruyu destekler nitelikte ancak belirli bir alana özgü vurgulama ile gönüllüler olmadan hiçbir spor sisteminin mümkün olamayacağını ve spor etkinliklerinin uygulanabilirliğini destekleyen kilit faktörün gönüllüler olduğunu ifade etmiştir. Gönüllülük toplumun vazgeçilmez bir ögesidir ve serbest zaman, spor, sağlık, eğitim ve sosyal olmak üzere birçok sektörde bireyler yaşlarına ve yaşam şartlarına göre çeşitli etkinliklerde gönüllü olabilirler (Downward ve Hallman, 2020). Sosyolojik anlamda gönüllülüğün serbest zaman olarak kavramsallaştırılmasına odaklanılırken, psikolojik bakış açısı gönüllülüğün güdüleyen motivasyonları anlamaya çalışmaktadır. Ekonomistler de bu bakış açılarını bireylerin gönüllü olma sebepleri açısından tamamlar ve gönüllülüğün katkılarını derinden incelemeye yönelim gösterirler (Lockstone-Binney, Holmes, Smith ve Baum, 2010).

Gönüllülük kavramı ve ciddi serbest zaman ile ilişkisi incelendiğinde ise; Van Til (1988) gönüllülüğün, bireyin kendisi tarafından değer verdiği bir olaya doğrudan maddi kazanç sağlama amacı veya başkaları tarafından zorunlu tutulan bir baskı olmaksızın yardım eyleminde bulunması olarak tanımlanabileceğini belirtirken; Stebbins (1996) buna karşın, gönüllülük faaliyetleri ile ilgili olarak serbest zamanlarının azalması ve zorlayıcı unsurların artmasıyla birlikte, Van Til'in gönüllü tanımına uymalarının da aynı ölçüde zayıflayarak gönüllülüğün yaşlı ve işsiz bireyler için bir tür meşguliyet, genç bireyler için ise bir iş bulma stratejisi olarak zorlanma hissine de sahip olabileceğini belirtmiştir. Parker (1997) ise bireyin

değerli olduğuna inanılan bir nedene kendini özgürce verebileceğini ve kolektif bir serbest zaman deneyimi olarak serbest zamanlarda yardımlaşma ya da bir şeyler üretme amacıyla da toplulukla birlikte gönüllü olabileceğini belirtmiştir. Gallant ve diğerleri de (2013) gönüllülüğe bireysel katılımın da mümkün olduğunu ancak çoğu bireyin kulüpler, dernekler, resmi olmayan gruplar, ticari mekanlar ve etkinlikler aracılığı ile gönüllülük faaliyetlerine katılım sağlayarak sosyal ilişki arayışında olabileceğini vurgulamıştır.

Günümüzde gönüllülük, Stebbins'in uzun yıllar süren çalışmalarında da belirtildiği üzere "Ciddi Serbest Zaman Perspektifinin" bir parçası olarak tanımlanabilmektedir. Sürekli bir şekilde gönüllü çalışmalarına katılım, bireyin bağlılığını gerektirmektedir (Cuskelly, Harrington ve Stebbins, 2002). Bireyler birçok nedenden dolayı gönüllü olmaya motive olurlarken, çoğu birey için bu durum bir serbest zaman seçimi olarak ifade edilmektedir (Ringuet, 2012).

Ciddi Serbest Zaman Perspektifi ve Serbest Zaman Doyumu

Serbest zamana katılım ve bu katılımdan elde edilen doyum boyutunun ilişkilendirildiği yaklaşım olan ciddi serbest zaman perspektifinin, gönüllü bireylerin serbest zamanlarında faaliyetlere katılım davranışının açıklanmasına katkıda bulunabileceği düşünülmektedir. "Ciddi Serbest" Zaman kavramı sosyal bilim çevresinde ortaya çıkan; katılımcıları için önemli ve ilginç olabilen, bununla birlikte beceri, bilgi ve deneyimlerine katkıda bulunabilen amatör, hobi veya gönüllü bir faaliyetin sistematik olarak takip edilmesini ifade eden bir yaklaşımdır (Stebbins, 2006:448). "Ciddi Serbest Zaman Perspektifi" ifadesi, ciddi serbest zaman, kayıtsız serbest zaman ve proje tabanlı serbest zaman olarak bilinen üç temel serbest zaman biçimini sentezleyen teorik çerçevenin adıdır (Stebbins, 2007:1).

Yaklaşım içerisindeki serbest zaman türlerinden biri olan "proje tabanlı serbest zaman" etkinliklerini üstlenme motivasyonunun, diğer serbest zaman biçimleri gibi organizasyonel bir temele sahip olabileceği ifade edilmiştir. Stebbins'e göre küçük gruplar, taban dernekler (düşük ücretli veya ücretsiz gönüllü olan gruplar) ve gönüllü kuruluşların (gönüllü yardım kullanan ücretli personel grupları), bireylerin proje tabanlı serbest zaman etkinliklerini üstlendiği en yaygın kuruluş türleri olduğunu göstermektedir (Stebbins, 2005; 2016:34). Ayrıca proje tabanlı serbest zamanın bir spor etkinliği için gönüllü olarak bireysel katılımcıyı örgütsel bir ortama çekebildiği ifade edilmiştir (Stebbins, 2016:35).

Ciddi Serbest Zaman Perspektifi'nde belirtilen proje temelli serbest zamanın bir defalık proje türleri yapım uğraş, serbest sanatlar, aktivite katılımı, gönüllük ve sanat projeleri olarak sınıflandırılmıştır. Bu sınıflamada gönüllülük boyutu ise; yerel, ulusal veya uluslararası kapsamda bir kongre veya konferansta gönüllü olmak, yerel, ulusal veya uluslararası bir spor yarışmasında gönüllü olmak, bir sanat festivalinde ya da müzede özel bir sergide gönüllü olmak, kasırga, deprem, petrol sızıntısı veya endüstriyel kaza nedeniyle meydana gelen doğal veya insan kaynaklı bir felaketten sonra insan hayatını veya vahşi yaşamı iyileştirmeye yardımcı olmak için gönüllü olma şeklinde sınıflandırılmıştır (Stebbins, 2005; 2014:26; 2016:36).

Proje tabanlı serbest zaman, ciddi serbest zamanda yaşanan birçok ödülü de üretebilmektedir. Ayrıca ciddi serbest zamanlarda olduğu gibi, proje temelli serbest zamanlarda da bu ödüller tatmin edici bir faaliyetin sürdürülmesi için motivasyon temelini bir parçasını oluşturabilmektedir (Stebbins, 2005; 2016:34).

Çalışmanın serbest zaman doyum boyutunun ciddi serbest zaman yaklaşımı ile ilişkisi incelendiğinde; Lu ve Argyle (1994) bireylerin ciddi serbest zaman etkinliklerine katılım gösterdiklerinde serbest zaman doyum ve mutluluk düzeylerinin arttığını belirtmiştir. Liu (2014) ciddi serbest zaman etkinliklerine katılan bireylerin, katılmayan bireylere göre serbest zaman doyum ve öznel iyi olma halinin daha yüksek olduğunu ifade etmiştir. Yine Liu ve Yu (2015) ciddi serbest zaman katılımcılarının, serbest zaman doyum ve genel serbest zaman doyumunda ciddi olmayan serbest zaman katılımcılarına göre önemli ölçüde daha yüksek olduğunu ifade etmişlerdir.

Tian ve diğerleri (2020) çalışmasında ciddi serbest zamanın, serbest zaman doyum ve öznel iyi olma hali ile ilişkili olduğunu belirtmişlerdir. Cheng (2010) ise ciddi serbest zaman yaklaşımı ve öz belirleme kuramı ile ilişkili çalışmada; yaşlı bireyler tarafından gerçekleştirilen serbest zaman bahçe işleri etkinliklerinde, ciddi serbest zaman yaklaşımını araştırmayı ve uygulamayı amaçlamış; bu sürecin bir parçası olarak ise bahçe işlerine katılmadan kaynaklanan motivasyon ve doyumlarının yanı sıra, bu serbest zaman arayışına bağlı yaşlı bireylerin anlam ve değerlerini tespit etmeye çalışmıştır.

Öz-Belirleme Kuramı ve Gönüllü Motivasyonu

Çalışmanın gönüllü motivasyonu boyutunun ilişkilendirildiği teorik çerçeveyi oluşturan yaklaşım olan Öz-Belirleme Kuramı ve bu kuramın, Bilişsel Değerlendirme ve Organizmik Bütünleşme olarak adlandırılan alt kuramları ile gönüllü katılımcıların davranışlarındaki içsel ve dışsal motivasyon süreçlerinin açıklanmasına ışık tutabileceği düşünülmektedir.

Öz-Belirleme (Özerklik) Kuramı, insan motivasyonu, kişilik gelişimi ve iyi olma halini içeren bir makro kuramdır. Kuram özellikle bireyin istemli ya da kendi belirlediği davranışlara ve onu teşvik eden sosyal, kültürel koşullara odaklanmaktadır (Ryan, 2009). Öz-belirleme kuramının geliştirilmesinde Deci ve Ryan, temel motivasyon kavramlarını ve temel psikolojik ihtiyaçları, her biri motivasyon teorisinin farklı problemlerini ele alan altı mini kuram içine dahil etmişlerdir. Bu mini kuramlar birlikte öz-belirleme kuramının işleyişini açıklamaktadır. Bu mini kuramlar Bilişsel Değerlendirme Kuramı, Organizmik Bütünleşme Kuramı, Nedensellik Yönelimi Kuramı, Temel Psikolojik İhtiyaçlar Kuramı, Hedef İçerik Kuramı ve İlişkiler Motivasyon Kuramı'dır (Adams, Little ve Ryan 2017).

Bireylerin kendi davranışlarını başlatmalarında ve düzenlenmelerinde seçim duygusunu yaşamaları öz-belirleme olarak tanımlanmıştır. Öz Belirleme Kuramı ise, kişilik gelişimi ve davranışsal öz-düzenleme için bireylerin gelişen iç kaynaklarının önemini vurgulayan bir organizma meta teorisi kullanırken, deneysel yöntemleri kullanan insan motivasyonu ve kişiliğine bir yaklaşımdır (Ryan ve Deci, 2000). Deci ve Ryan motivasyonun üç belirleyicisi olduğunu belirtmiştir ve bunlar; özerklik, yeterlik ve ilişkili olma. Öz Belirleme Kuramı insan motivasyonunun anlaşılmasının, yeterlilik, özerklik ve ilişkili olma gibi doğuştan gelen

psikolojik ihtiyaçların göz önünde bulundurulmasını gerektirdiğini savunur (Deci ve Ryan 2000). Deci ve Ryan Öz-Belirleme Kuramı'nın amacını, bireylerin, grupların, toplumların sağlıklı bir biçimde gelişmesini sağlayan koşulları belirlemek ve büyüme, bütünleşme, iyi olma sürecinde etkin olan faktörleri net bir biçimde tanımlamak olarak ifade etmişlerdir (Aktaran: Çankaya, 2009).

Oostlander ve diğerleri (2014) gönüllü motivasyonunu inceleme amacıyla yaptığı çalışmada teorik çerçeve olarak Öz-Belirleme Kuramından yararlanmış ve çalışmada bireysel farklılıkların gönüllü motivasyonu üzerindeki düzenleyici rolünün önemini tartışmıştır. Güntert ve diğerleri (2016) de Öz-Belirleme Kuramı perspektifinden gönüllülerin motivasyonlarının sistematik olarak öz-belirlendiği veya kontrollü motivasyon türleri ile ilişkilendirilebileceğini ifade etmiştir. Wu ve diğerleri (2016) Öz-Belirleme Kuramını kullanarak yeterlilik, içsel motivasyon, iş tatmini ve gönüllülüğe devam etme niyeti arasındaki ilişkiyi test etmek amacıyla bir çalışma gerçekleştirmiştir. Bununla birlikte Öz-Belirleme Kuramının gönüllüğü sürdürme niyetini anlamada yararlı bir teorik çerçeve olduğunu ifade etmişlerdir.

Gönüllü Motivasyonu ve Serbest Zaman Doyumu

Gönüllü motivasyonu Lee ve diğerleri (2014) tarafından; bireylerin gönüllü fırsatları arama, gönüllü yardım etmeye kendini adanma ve gönüllülüğe katılımlarını uzun süreler boyunca sürdürme güdüsü olarak tanımlanmıştır. Yine aynı çalışmada belirtildiği üzere gönüllü doyumunun; gönüllülük için harcanan zamanın, gönüllülük hizmetinin uzun vadedeki durumunun ve gönüllülüğe devam etme niyetinin bir göstergesi olduğunu olduğu ileri sürülmüştür. Çalışmada gönüllü doyumunu, gönüllü motivasyonunun bir sonucu olarak, gelecekteki gönüllülük kararlarının bir yordayıcısı olarak kabul edilmiştir.

Serbest zaman doyumunu ise bireyin serbest zaman aktivitelerine katılımı sonucu ortaya çıkan veya kazandığı, olumlu algı ya da duygular olarak tanımlanabilir. Diğer bir deyişle serbest zaman deneyimlerinden memnun olma derecesi olarak ifade edilebilir (Beard ve Ragheb, 1980). Ardahan ve Yerlisu Lapa da (2010) serbest zaman doyumunu; bireylerin dışsal zorlamalara bağlı kalmaksızın, yeni beceriler kazanma, sağlık, yenilenme, eğlenme ve mutluluk duygusu elde etme gibi amaçlarla, gönüllü olarak, herhangi bir maddi kazanç beklentisi olmaksızın aktif ya da pasif olarak katıldığı etkinliklerden beklentilerinin karşılanma derecesi olarak ifade etmişlerdir.

Cnaan ve Goldberg (1991) sosyal hizmetlerden 258 gönüllü ve 108 gönüllü olmayan bireyin karşılaştırma amacıyla bulunduğu örneklem grubu ile bir çalışma gerçekleştirmiştir. Çalışma, literatürdeki çalışmalardan içerik analizi yoluyla uyarlanmış 28 maddelik "Gönüllü Motivasyonu Ölçeği" ile yürütülmüştür. Farrell ve diğerleri (1998) Mart 1996'da Kanadalı Kadınlar Curling Şampiyonası'nda 300 gönüllüden oluşan bir örneklem grubuyla gönüllü motivasyonu üzerine çalışmayı amaçlamışlar. Çalışmada kullanılan Özel Etkinlik Gönüllü Motivasyonu ölçeği ile gönüllü motivasyonunu 4 farklı boyutta olmak üzere; amaca yönelik, dayanışma, dış gelenek ve bağlılık olarak incelemişlerdir. Clary ve diğerleri (1998) gönüllü motivasyonu faktörlerini işlevsel analiz teorisi ile ele almıştır. Buna göre araştırma, bireyleri eyleme geçiren süreçlerin (eylemi başlatan, yönlendiren ve sürdüren) anlaşılabilir motivasyonel

araştırmanın temel kaygıları olan “insanlar neden gönüllü oluyor?” ve “gönüllü yardımı sağlayan nedir?” sorularını ele almaktadır. Twynam ve diğerleri (2002) tarafından yapılan çalışmada, 1998 Star Choice World Junior Curling Cup Turnuvası’nda görev yapan 190 gönüllü çalışmanın örneklem grubunu oluşturmaktadır. Khoo ve Engelhorn (2007) tarafından yapılan bir başka çalışmada ise Haziran 2006’da Malezya’nın Kuala Lumpur kentinde düzenlenen 13. Malezya Paralimpiad’daki (iki yılda bir engelli sporcular için düzenlenen ulusal spor yarışması) gönüllülerin motivasyonlarını araştırmışlardır. Çalışmanın örneklem grubunu iki farklı devlet üniversitesinde öğrenci olan 301 gönüllü oluşturmuştur. Giannoulakis ve diğerleri (2008) tarafından yapılan araştırmanın hedef kitlesini 2004 Atina Olimpiyat Oyunları’nda görev alan gönüllüler oluşturmuştur. Çalışmanın örneklem grubunu oluşturan 146 katılımcıya Olimpik Gönüllü Motivasyon Ölçeği uygulanmıştır. Bu ölçek ile “Olimpiyatla İlgili”, “Egoistik (Bencil)” ve “Amaca Yönelik” motivasyon faktörleri incelenmiştir. Bang ve Chelladurai (2009) uluslararası spor organizasyonlarına katılım gösteren gönüllülerin motivasyon faktörlerinin belirlenmesi amacıyla, önce 2002 FIFA Dünya Kupası’nda 509, daha sonra 2002 Asya Oyunları’nda 632 gönüllü ile yaptıkları çalışmalar sonucunda Uluslararası Spor Organizasyonları İçin Gönüllü Motivasyonları Ölçeği’ni geliştirmişlerdir. Ölçeğin spesifik olarak uluslararası spor organizasyonlarındaki gönüllü motivasyonunu incelemek üzere geliştirilmiş olması çalışmanın önemini ortaya koymaktadır. Bang ve diğerleri (2009) ise ölçeğin revize çalışmasını 2004 Atina Olimpiyat Oyunları’nda görev alan 206 gönüllü ile gerçekleştirmişlerdir. Bang ve Ross (2009) ise Uluslararası Spor Organizasyonları İçin Gönüllü Motivasyonları Ölçeği’nin revize edilmiş biçimde kullanarak gönüllülerin motivasyon faktörleri ile gönüllü doyum düzeyleri arasındaki ilişkiyi incelemişlerdir. Veriler 2004 Twin Cities Maratonu için gönüllü olan 254 katılımcıdan toplanmıştır. Wang ve Yu (2015) 2010 Şangay Expo Fuarı’nda 579 üniversite öğrencisinin oluşturduğu örneklem grubu ile bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Çalışmanın temel amacı, üniversite öğrencisi gönüllülerin güdülerini ve algılanan psikolojik sözleşme durumunu araştırarak, özel etkinlikler için uzun süreli gönüllülüğün yordayıcılarını belirlemek olarak ifade edilmiştir. Çok boyutlu gönüllü motivasyon ve psikolojik sözleşme kavramını benimseyen çalışma, 2010 Şangay Expo Fuarı ile öğrenci uzun süreli gönüllülüğünü ve gönüllülük için davranışsal amaçlarını eş zamanlı olarak araştırmayı hedeflemiştir. Fişne ve Karagöz (2016) ise uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllülerin motivasyonel faktörlerini belirlenmesi ve bununla birlikte Bang ve diğerleri (2009) tarafından geliştirilen Uluslararası Spor Organizasyonları için Gönüllü Motivasyonları Ölçeği’nin; Türkçe’ye uyarlanması, geçerlik ve güvenilirliğinin sınanması amacıyla bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Araştırmanın çalışma grubunu, 2013 yılında Türkiye’de gerçekleştirilen uluslararası spor organizasyonlarından FIFA U-20 Dünya Kupası’nda görev alan 109 gönüllü ile Akdeniz Oyunları’nda görev alan 223 gönüllü olmak üzere toplam 332 gönüllü oluşturmuştur.

Beard ve Ragheb (1980) serbest zaman doyumunu kavramını inceleme, açıklama ve ölçme ile ilgili bir aracın gelişim ve yeterliliğini tanımlama amacıyla bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Bu çalışma sonucunda Serbest Zaman Doyumu Ölçeği uzun formu ortaya çıkmıştır. Kaufman (1988) ise serbest zaman doyumunu, serbest zamana katılım ve kaygı düzeyi arasındaki ilişkiyi inleme amacıyla, Amerikan Emekli Bireyler Derneği katılımcıları ile bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Brown ve Frankel (1993) serbest zaman fiziksel aktivite katılımını, serbest zaman doyumunu ve yaşam doyumunu perspektifinden incelemişlerdir. Broughton ve Beggs (2007) ise yaşlı bireylerin serbest zaman doyumundaki farklılıkları çeşitli değişkenlere göre

incelemişlerdir. Karlı ve diğerleri (2008) ise Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilmiş olan Serbest Zaman Doyum Ölçeği'nin üniversite öğrencileri için geçerlik ve güvenilirliğini tespit etme amacıyla bir çalışma gerçekleştirmişler ve Serbest Zaman Tatmin Ölçeği olarak uygulamışlardır. Yine Gökçe ve Orhan (2011) Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilen (uzun form) ve 1992 yılında kısa form olarak yeniden düzenlenen Serbest Zaman Doyum Ölçeği'nin kısa formunun Türkçe dil geçerlik ve güvenilirliğinin yapılması amacıyla bir çalışma gerçekleştirmişlerdir. Yerlisi Lapa (2013) rekreasyonel aktivitelere katılan bireylerin yaşam doyumu, serbest zaman doyumu ve algılanan özgürlükleri arasındaki ilişkiyi belirlemek ve serbest zaman doyumu ile algılanan özgürlüğü belirli değişkenlere göre karşılaştırma amacıyla rekreasyon amaçlı spor aktivitelerine katılım gösteren 397 birey ile bir çalışma gerçekleştirmiştir. Shin ve You (2013) 3188 ergenlik dönemindeki bireyden oluşan bir örneklem grubu ile, serbest zaman türünün serbest zaman doyumu üzerindeki etkisini ve bunun ergenlik dönemindeki bireylerin psikolojik iyi olma hali üzerindeki etkilerini incelemiştir. Mouratidis (2019) ise belirli bir bölgede toplanan anket, görüşme ve mekânsal verilere dayanan ve nitel analiz ile birlikte yapısal eşitlik modellemesini kullanan bir çalışmayı, çevre ile serbest zaman doyumu arasındaki nedensel yolların incelenmesi açısından doğrudan, dolaylı ve toplam etkiler üzerine gerçekleştirmişlerdir.

Literatürde gönüllülerin motivasyon ve gönüllü doyum boyutları ile ilgili yapılan bazı çalışmalar Farrell ve diğerleri (1998) Bang ve Ross (2009) Lee ve diğerleri (2014) mevcut olmasına karşın; ciddi serbest zaman katılımı olarak değerlendirilen spor organizasyonlarına gönüllü katılım ve bu gönüllü katılım ile ilişkili olarak serbest zaman doyumu ile ilgili spesifik olarak herhangi bir çalışma bulunmadığı ifade edilebilir. Sonuç olarak uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllülerin motivasyon ve serbest zaman doyumu boyutları arasındaki ilişkinin açıklanabilmesi açısından böyle bir çalışma yapılması ihtiyacı ortaya çıkmış olup, bu öznel yönün literatüre önemli katkıları olacağı düşünülmektedir.

Bu çalışmadaki temel amaç; uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllülerin motivasyon faktörleri ile serbest zaman doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması ve farklı demografik değişkenlere göre incelenmesidir. Bu kapsamda, uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllü katılımcıların, motivasyon ve serbest zaman doyum faktörlerinde, cinsiyet değişkenine göre farklar; cinsiyet ve sporla ilgilenim değişkenlerinin gönüllü motivasyonu ve serbest zaman doyum düzeylerine etkisi; gönüllülük motivasyonunun, serbest zaman doyum düzeyine etkisinin incelenmesi çalışmanın alt amaçları olarak belirlenmiştir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırmada, ölçümler yoluyla elde edilen ve analize uygun sayıların çalışılmasını ifade eden nicel araştırma (Sayım, 2015:27) yöntemlerinden “betimsel ve ilişkisel tarama modeli” kullanılmıştır.

Çalışma Grubu

Çalışma grubu, ülkemizde gerçekleştirilen 25. Balkan Salon Atletizm Şampiyonası, Vodafone 41. İstanbul Maratonu, UEFA Süper Kupa 2019 Finali ve Samsung 31. Boğaziçi Kıtalararası Yüzme Yarışı uluslararası spor organizasyonlarına katılan ve amaçlı örneklem yoluyla belirlenen; 99 kadın 168 erkek olmak üzere, toplam 267 ($Ort_{yaş}=24.00 \pm 7.299$) spor gönüllüsü bireyden oluşmaktadır. Amaçlı örneklem yönteminin seçilme nedeni aynı zaman dilimi içerisinde incelenen tüm uluslararası spor organizasyonların niteliği ve bu organizasyonlara gönüllülerin katılım yoğunluğudur. Çalışmada; araştırmanın amacına uygun olması sebebiyle, araştırmacının önceki bilgi, deneyim ve gözlemlerini de dikkate alarak, örnekleme dâhil edilecek birimlerin belirlenmesini sağlayan “amaçlı örnekleme yöntemi” tercih edilmiştir (Ural ve Kılıç, 2018:40).

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama aracı olarak, araştırmacı tarafından hazırlanan kişisel bilgi formu, Fişne ve Karagöz (2016) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan “Uluslararası Spor Organizasyonları İçin Gönüllü Motivasyonları Ölçeği” ile Gökçe ve Orhan (2011) tarafından Türkçe uyarlaması yapılan “Serbest Zaman Doyum Ölçeği” kullanılmıştır.

Uluslararası Spor Organizasyonları İçin Gönüllü Motivasyonları Ölçeği: Veri toplama araçlarından biri olarak kullanılan Uluslararası Spor Organizasyonları İçin Gönüllü Motivasyonları Ölçeği, ilk olarak Bang ve diğ. (2009) tarafından uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllülerin motivasyonel faktörlerini incelemeye yönelik olarak geliştirilmiştir. Ölçek, 30 madde ve 7 boyuttan oluşmaktadır ve 7’li Likert tipine sahiptir. Bununla birlikte ölçeğin alt boyutları; “değerlerin ifadesi”, “vatanseverlik”, “kişilerarası ilişkiler”, “kariyer yönlendirme”, “kişisel gelişim”, “dışsal ödüller” ve “spor sevgisi” şeklindedir. Fişne ve Karagöz (2016) tarafından Türkçe geçerliliği ve güvenilirliği test edilen ölçekte, özgün ölçekte bulunan “kişisel gelişim” faktörünün 4 maddesinin tamamı ile “değerlerin ifadesi” faktöründen bir madde çıkarılmıştır. Bununla birlikte ölçeğin son hali; 7’li Likert tipi (1=hiç katılmıyorum, 7=tamamen katılıyorum) 25 madde ve 6 alt boyuttan oluşmaktadır.

Serbest Zaman Doyum Ölçeği: Serbest Zaman Doyum Ölçeği uzun formu Beard ve Ragheb (1980) tarafından geliştirilmiş olup, şimdi kullanılmakta olan kısa form, uzun formun yerine 2002 yılında Idyll Arbor, Inc tarafından düzenlenmiştir. Toplam 24 maddeden oluşan ölçek 5’li Likert tipine sahiptir. Türkçe geçerlilik ve güvenilirliği Gökçe ve Orhan (2011) tarafından yapılan Serbest Zaman Doyum Ölçeği yine 24 madde ve 6 alt boyuttan oluşmakta olup, 5’li Likert tipi (1=neredeyse hiç doğru değil, 5=neredeyse her zaman doğru) ölçek yapısına sahiptir. Ölçeğin alt boyutları; “psikolojik”, “eğitimsel”, “sosyal”, “rahatlama”, “fizyolojik” ve “estetik” şeklindedir.

Araştırma Yayın Etiği: Bu çalışmanın etik onamı, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu’nun 02.01.2020 tarihli toplantısında ve 050.01.04 sayılı kararı ile alınmıştır.

Tablo 1. Ölçeklere ilişkin güvenilirlik, KMO ve Bartlett küresellik test sonuçları

Faktörler	Orijinal	Mevcut	KMO	Bartlett Küresellik Testi			
	Çalışma	Araştırma İçin		X ²	sd	p	
	Güvenilirlik (α)	Güvenilirlik (α)					
SZDÖ	Psikolojik	.77	.88	.950	5169,051	276	,000
	Eğitimsel	.77	.89				
	Sosyal	.76	.85				
	Rahatlama	.80	.87				
	Fizyolojik	.79	.77				
	Estetik	.79	.92				
	Toplam	.90	.95				
USOGMÖ	Vatanseverlik	.92	.91	.893	4763,178	300	,000
	Değerlerin İfadesi	.89	.88				
	Spor Sevgisi	.89	.77				
	Kariyer	.82	.83				
	Yönlendirme	.82	.83				
	Kişilerarası	.85	.84				
	İlişkiler	.85	.84				
	Dışsal Ödüller	.75	.84				
Toplam	.89	.90					

Verilerin Toplanması

Araştırma öncesi Gençlik ve Spor Gönüllüleri Derneği'nden gerekli resmi izin alınarak, hedef kitle olan uluslararası spor organizasyonlarında gönüllülük faaliyetlerine katılım gösteren bireylere araştırmanın amacı hakkında bilgiler verilmiştir. Veri toplama araçları olan ölçekler ve demografik bilgi formu ile birlikte Ocak-2020 ile Mart-2020 tarihleri arasında yüz yüze uygulanmış ve geçmiş organizasyonlara yönelik gönüllü katılımları da dahil edilmiştir. Verilerin toplanması sırasında, gönüllü katılımcılara ölçeklerle ilgili de gerekli detaylı bilgiler verilmiştir.

Verilerin Analizi

Verilerin analizinde SPSS 25.0 paket programı kullanılmıştır. Verilerin istatistiksel gösterimlerinde aritmetik ortalama, standart sapma ve frekans değerleri sunulmuştur. Örneklem yeterliliği için KMO ve Bartlett Küresellik Testi uygulanmıştır. Merkezi limit teoremi çerçevesinde örneklem sayılarının oldukça makul olması sebebiyle doğrudan parametrik test istatistiklerinden yararlanılmıştır. Bu kapsamda Bağımsız Örneklem İçin T-Testi, Çok Değişkenli Varyans Analizi (MANOVA), Pearson Korelasyon Testi ve Çoklu Doğrusal Regresyon analizleri uygulanmıştır.

BULGULAR

Katılımcıların Demografik Özelliklerine İlişkin Bulgular

Spor gönüllüsü katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bulgular incelendiğinde; %37,1'inin kadın ve %62,9'unun ise erkek katılımcılardan oluştuğu; bununla birlikte %1,1'inin ilköğretim, %23,6'sının lise, %70 gibi büyük bir çoğunluğunun lisans ve %5,3'ünün ise lisansüstü eğitim aldığı tespit edilmiştir. Meslek sektörü açısından incelendiğinde ise, gönüllü katılımcıların %58,8 gibi büyük bir çoğunluğunun öğrenci olduğu, %7,5'lik bir kesimin kamu sektöründe çalıştığı, %20,2'lik bir bölümün özel sektörde çalıştığı ve %13,5'lik bir kesimin ise herhangi bir işte çalışmadığını belirtmiştir.

Tablo 2. Katılımcıların demografik özelliklerine ilişkin bulgular

Değişkenler	Alt Grup	N	%	Toplam
Cinsiyet	Kadın	99	37,1	267
	Erkek	168	62,9	
Eğitim	İlköğretim	3	1,1	267
	Lise	63	23,6	
	Lisans	187	70,0	
	Lisansüstü	14	5,3	
Meslek	Öğrenci	157	58,8	267
	Kamu Sektörü	20	7,5	
	Özel Sektör	54	20,2	
	İşi Olmayan	36	13,5	
Sporla İlgilenim	Bireysel	109	40,8	267
	Takım	84	31,5	
	Spor Yapmayan	74	27,7	
Katıldığı Organizasyon	Balkan Salon Atletizm	160	59,9	267
	Vodafone İstanbul Maratonu	69	25,9	
	UEFA Süper Kupa Finali	27	10,1	
	Boğaziçi Kıtalararası Yüzme	11	4,1	

Gönüllü katılımcıların sporla ilgilenim durumları incelendiğinde ise, %40,8'inin bireysel, %31,5'inin takım sporlarıyla ilgilendiği ve %27,7'sinin ise herhangi bir spor aktivitesiyle ilgilenmediği tespit edilmiştir. Gönüllülerin spor organizasyonlarına katılım dağılımları ise; %59,9 Balkan Salon Atletizm Şampiyonası, %25,9'u Vodafone İstanbul Maratonu, %10,1'i UEFA Süper Kupa Finali ve %4,1'i ise Boğaziçi Kıtalararası Yüzme Yarışı şeklindedir.

Katılımcıların Gönüllülük Motivasyonu ve Serbest Zaman Doyum Düzeylerine İlişkin Bulgular

Çalışmada kullanılan ölçeklerin alt boyutlarına ve toplam puanına ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma değerleri tabloda sunulmuştur. Sonuçlar incelendiğinde Uluslararası Spor Organizasyonları İçin Gönüllü Motivasyonu Ölçeği puanları açısından, gönüllü katılımcılar için en yüksek puan ortalamasına sahip motivasyon faktörünün “değerlerin ifadesi” boyutu olduğu görülmektedir. Bu faktörle birlikte, “spor sevgisi”, “vatanseverlik” ve “kişilerarası ilişkiler” boyutlarının da gönüllü katılımcılar için yüksek puan ortalamasına sahip motivasyon faktörleri olduğu söylenebilir. Aritmetik ortalama puanlarına göre bu faktörleri takiben, “kariyer yönlendirme” boyutu gelirken, “dışsal ödüller” boyutu ise gönüllü katılımcıların motivasyon faktörleri arasında en az puan ortalamasına sahip motivasyon faktörü olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 3. Ölçeklere ilişkin aritmetik ortalama ve standart sapma puanları

		\bar{X}	S	N
USOGMÖ	Vatanseverlik	6,37	,9511	267
	Değerlerin İfadesi	6,60	,7540	267
	Spor Sevgisi	6,50	,7814	267
	Kariyer Yönlendirme	5,94	1,2531	267
	Kişilerarası İlişkiler	6,25	1,0099	267
	Dışsal Ödüller	3,37	1,4985	267
	Genel Motivasyon	5,95	,7589	267
	SZDÖ	Psikolojik	4,27	,7678
Eğitimsel		4,35	,7458	267
Sosyal		4,34	,6929	267
Fiziksel		4,41	,6880	267
Rahatlama		3,87	,8496	267
Estetik		4,17	,7781	267
Genel Doyum		4,24	,6284	267

Serbest Zaman Doyum Ölçeği alt boyutları ve toplam puanına ilişkin sonuçlar incelendiğinde ise; gönüllü katılımcılar adına serbest zaman doyumunu açısından en yüksek puan ortalamasına sahip faktörlerin sırasıyla “fiziksel”, “eğitimsel” ve “sosyal” boyutlar olduğu tespit edilmiştir. Puanlar ve serbest zaman doyumunu açısından bu faktörleri “psikolojik” ve “estetik” boyutları takip ederken, “rahatlama” boyutunun serbest zaman doyumuna gönüllü katılımcılar açısından en az katkı sağlayan faktör olduğu belirlenmiştir.

Cinsiyet Değişkenine Göre Bağımsız Örneklem İçin T-Testi Sonuçları

Cinsiyet değişkenine göre USOGMÖ Bağımsız Örneklem İçin T-Testi analiz sonuçları incelendiğinde, “değerlerin ifadesi” alt boyutunda bir anlamlılık tespit edilmiş olup, bu anlamlılığın kadınlar lehine olduğu söylenebilir ($p < .05$). Yine cinsiyet değişkeni açısından vatanseverlik, spor sevgisi, kariyer yönlendirme, kişilerarası ilişkiler ve dışsal ödüller alt boyutlarında herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p > .05$). Cinsiyet değişkeni açısından USOGMÖ toplam puanında herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p > .05$).

Tablo 4. Cinsiyet değişkenine göre USOGMÖ bağımsız örneklem için T-testi analiz sonuçları

	Cinsiyet	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Vatanseverlik	Kadın	99	6,458	,852	265	1,039	,300
	Erkek	168	6,333	1,004			
Değerlerin İfadesi	Kadın	99	6,750	,489	264,674	2,694	,008*
	Erkek	168	6,526	,863			
Spor Sevgisi	Kadın	99	6,588	,710	265	1,285	,200
	Erkek	168	6,461	,818			
Kariyer Yönlendirme	Kadın	99	5,800	1,493	265	-1,427	,155
	Erkek	168	6,026	1,083			
Kişilerarası İlişkiler	Kadın	99	6,252	1,063	265	-,004	,997
	Erkek	168	6,253	,980			
Dışsal Ödüller	Kadın	99	3,279	1,390	265	-,837	,403
	Erkek	168	3,438	1,559			
USOGMÖ Toplam	Kadın	99	5,947	,692	265	-,128	,899

* $p < .05$

Cinsiyet değişkenine göre SZDÖ Bağımsız Örneklem İçin T-Testi analiz sonuçları incelendiğinde, cinsiyet değişkeni açısından SZDÖ psikolojik, eğitimsel, sosyal, fiziksel, rahatlama ve estetik alt boyutları ile toplam puanında herhangi bir anlamlı farklılık tespit edilmemiştir ($p > .05$).

Tablo 5. Cinsiyet değişkenine göre SZDÖ bağımsız örneklem için T-testi analiz sonuçları

	Cinsiyet	N	\bar{X}	S	sd	t	p
Psikolojik	Kadın	99	4,267	,826	265	-,185	,853
	Erkek	168	4,285	,733			
Eğitimsel	Kadın	99	4,401	,806	265	,705	,481
	Erkek	168	4,334	,709			
Sosyal	Kadın	99	4,343	,753	265	,047	,962
	Erkek	168	4,339	,656			
Fiziksel	Kadın	99	4,497	,663	265	1,546	,123
	Erkek	168	4,363	,699			
Rahatlama	Kadın	99	3,742	,954	265	-1,918	,056
	Erkek	168	3,947	,774			
Estetik	Kadın	99	4,227	,799	265	,810	,418
	Erkek	168	4,147	,766			
SZDÖ Toplam	Kadın	99	4,246	,672	265	,129	,898
	Erkek	168	4,236	,602			

Çok Değişkenli Varyans Analizi (MANOVA) Testi Sonuçları

USOĞMÖ altı faktöre ait çok değişkenli varyans analizi MANOVA testi sonuçları incelendiğinde; Pillai's Trace, Wilks' Lambda, Hotelling's Trace ve Roy's Largest Root testleri sonuçlarına göre, sporla ilgilenim düzeylerinde anlamlı farklılık tespit edilmiştir ($p<.05$). Bununla birlikte yapılan analiz sonuçlarına göre, cinsiyet ve cinsiyet-sporla ilgilenim değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir ($p>.05$).

Tablo 6. USOĞMÖ altı faktöre ait çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) testi sonuçları

Etki		Değer	F	Hipotez sd	Hata sd	p
Sabit Terim	Pillai's Trace	,986	9066,691 ^b	2,000	260,000	,000
	Wilks' Lambda	,014	9066,691 ^b	2,000	260,000	,000
	Hotelling's Trace	69,744	9066,691 ^b	2,000	260,000	,000
	Roy's Largest Root	69,744	9066,691 ^b	2,000	260,000	,000
Cinsiyet	Pillai's Trace	,004	,524 ^b	2,000	260,000	,593
	Wilks' Lambda	,996	,524 ^b	2,000	260,000	,593
	Hotelling's Trace	,004	,524 ^b	2,000	260,000	,593
	Roy's Largest Root	,004	,524 ^b	2,000	260,000	,593
Sporla İlgilenim	Pillai's Trace	,065	4,383	4,000	522,000	,002*
	Wilks' Lambda	,935	4,424 ^b	4,000	520,000	,002*
	Hotelling's Trace	,069	4,465	4,000	518,000	,001*
	Roy's Largest Root	,065	8,461 ^c	2,000	261,000	,000*
Cinsiyet ve Sporla İlgilenim	Pillai's Trace	,019	1,243	4,000	522,000	,292
	Wilks' Lambda	,981	1,244 ^b	4,000	520,000	,291
	Hotelling's Trace	,019	1,245	4,000	518,000	,291
	Roy's Largest Root	,019	2,496 ^c	2,000	261,000	,084

* $p<.05$

SZDÖ altı faktöre ait çok değişkenli varyans analizi MANOVA testi sonuçları incelendiğinde, Pillai's Trace, Wilks' Lambda, Hotelling's Trace ve Roy's Largest Root testleri sonuçlarına göre, sporla ilgilenim düzeylerinde anlamlı farklılık göstermiştir ($p<.05$). Cinsiyet ve cinsiyet-sporla ilgilenim değişkenleri açısından anlamlı bir farklılık bulunmamıştır ($p>.05$).

Tablo 7. SZDÖ altı faktöre ait çok değişkenli varyans analizi (MANOVA) testi sonuçları

Etki		Değer	F	Hipotez sd	Hata sd	p
Sabit Terim	Pillai's Trace	,989	3747,935 ^b	6,000	256,000	,000
	Wilks' Lambda	,011	3747,935 ^b	6,000	256,000	,000
	Hotelling's Trace	87,842	3747,935 ^b	6,000	256,000	,000
	Roy's Largest Root	87,842	3747,935 ^b	6,000	256,000	,000
Cinsiyet	Pillai's Trace	,043	1,924 ^b	6,000	256,000	,077
	Wilks' Lambda	,957	1,924 ^b	6,000	256,000	,077
	Hotelling's Trace	,045	1,924 ^b	6,000	256,000	,077
	Roy's Largest Root	,045	1,924 ^b	6,000	256,000	,077
Sporla İlgilenim	Pillai's Trace	,086	1,922	12,000	514,000	,030*
	Wilks' Lambda	,915	1,935 ^b	12,000	512,000	,028*
	Hotelling's Trace	,092	1,949	12,000	510,000	,027*
	Roy's Largest Root	,078	3,331 ^c	6,000	257,000	,004*
Cinsiyet ve Sporla İlgilenim	Pillai's Trace	,074	1,636	12,000	514,000	,078
	Wilks' Lambda	,928	1,636 ^b	12,000	512,000	,078
	Hotelling's Trace	,077	1,636	12,000	510,000	,078
	Roy's Largest Root	,056	2,380 ^c	6,000	257,000	,030

* $p<.05$

Yapılan analiz testi sonuçları incelendiğinde, USOGMÖ “vatanseverlik” alt boyutu ile SZDÖ psikolojik ($r=.154$), eğitimsel ($r=.186$), sosyal ($r=.147$), fiziksel ($r=.189$), rahatlama ($r=.168$) ve estetik ($r=.238$) alt boyutları arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir ($p<.05$). USOGMÖ “değerlerin ifadesi” alt boyutu ile SZDÖ psikolojik ($r=.160$), eğitimsel ($r=.233$), sosyal ($r=.181$), fiziksel ($r=.239$) ve estetik ($r=.209$) alt boyutlarında pozitif yönde, düşük düzeyde ilişki tespit edilirken ($p<.05$); SZDÖ “rahatlama” alt boyutu ile anlamlı bir farklılık saptanmamıştır ($p>.05$).

Tablo 8. USOGMÖ ve SZDÖ alt boyutlarına ilişkin Pearson korelasyon testi sonuçları

		Psikolojik	Eğitimsel	Sosyal	Fiziksel	Rahatlama	Estetik
Vatanseverlik	r	,154*	,186**	,147*	,189**	,168**	,238**
Değerlerin İfadesi	r	,160**	,233**	,181**	,239**	,045	,209**
Spor Sevgisi	r	,154*	,188**	,211**	,242**	,239**	,185**
Kariyer Yönlendirme	r	,353**	,351**	,455**	,307**	,384**	,317**
Kişilerarası İlişkiler	r	,395**	,439**	,474**	,366**	,346**	,323**
Dışsal Ödüller	r	,226**	,192**	,254**	,196**	,364**	,307**

* $p<.05$ ve ** $p<.01$

Yine USOGMÖ “spor sevgisi” alt boyutu ile SZDÖ psikolojik ($r=.154$) eğitimsel ($r=.188$), sosyal ($r=.211$), fiziksel ($r=.242$), rahatlama ($r=.239$) ve estetik ($r=.185$) alt boyutları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ilişki tespit edilmiştir ($p<.05$). USOGMÖ “kariyer yönlendirme” alt boyutu ile SZDÖ psikolojik ($r=.353$), eğitimsel ($r=.351$), sosyal ($r=.455$), fiziksel ($r=.307$), rahatlama ($r=.384$) ve estetik ($r=.317$) alt boyutları arasında pozitif yönde, orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir ($p<.05$). USOGMÖ “kişilerarası ilişkiler” alt boyutu ile SZDÖ psikolojik ($r=.395$), eğitimsel ($r=.439$), sosyal ($r=.474$), fiziksel ($r=.366$), rahatlama ($r=.346$) ve estetik ($r=.323$) alt boyutları arasında pozitif yönde, orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir ($p<.05$). USOGMÖ “dışsal ödüller” alt boyutu ile SZDÖ rahatlama ($r=.364$) ve estetik ($r=.307$) alt boyutlarında pozitif yönde, orta düzeyde ($p<.05$); ve psikolojik ($r=.226$), eğitimsel ($r=.192$), sosyal ($r=.254$) ve fiziksel ($r=.196$) alt boyutları arasında pozitif yönde, düşük düzeyde ilişki saptanmıştır ($p<.05$).

Tablo 9. Gönüllü motivasyonu ve serbest zaman doyumunu korelasyon testi sonuçları

		Serbest Zaman Doyumu
	r	,431**
Gönüllü Motivasyonu	p	,000
	N	267

** $p<.05$

Tabloda analiz sonuçları incelendiğinde, gönüllülük faaliyetlerine katılım gösteren bireylerin genel gönüllülük motivasyonu ile serbest zaman doyum düzeyleri arasında pozitif yönde, orta düzeyde ilişki tespit edilmiştir ($r=.431$, $p<.05$).

Tablo 10. SZDÖ toplam puanı ve USOGMÖ alt boyutlarına ilişkin çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları

	B	Standart Hata	β	T	p	İkili r	Kısmi R
SZD Toplam	2,245	,329		6,823	,000		
Vatanseverlik	,042	,055	,063	,750	,454	,216	,046
Değerlerin İfadesi	-,053	,075	-,064	-,711	,478	,209	-,044
Spor Sevgisi	,037	,057	,046	,640	,523	,244	,040
Kariyer Yönlendirme	,075	,039	,149	1,901	,058	,433	,117
Kişilerarası İlişkiler	,188	,048	,303	3,883	,000*	,466	,234
Dışsal Ödüller	,066	,025	,156	2,644	,009*	,312	,162
R=0.515							
R²=0.266							
F_(6, 260)=15,679							
p=.000							

*p<.05

“Kişilerarası ilişkiler” ve “dışsal ödüller” değişkenleri birlikte, serbest zaman doyum puanları ile yüksek düzeyde ve anlamlı bir ilişki vermektedir (R=0.515, R²=0.266, p<.01). Adı geçen iki değişken birlikte, serbest zaman doyum toplam varyansın %27’sini açıklamaktadır.

Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin serbest zaman doyum üzerindeki görece önem sırası kişilerarası ilişkiler, dışsal ödüller, kariyer yönlendirme, değerlerin ifadesi, vatanseverlik ve spor sevgisi şeklindedir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin T-Testi sonuçları incelendiğinde ise, kişilerarası ilişkiler ve dışsal ödüller değişkenlerinin serbest zaman doyum üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Kariyer yönlendirme, spor sevgisi, değerlerin ifadesi ve vatanseverlik değişkenleri ise önemli bir etkiye sahip değildir.

TARTIŞMA-SONUÇ

Uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllülerin motivasyon faktörleri ile serbest zaman doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması ve farklı demografik değişkenlere göre incelenmesi amacıyla gerçekleştirilen bu çalışmada; gönüllü motivasyonu faktörlerinde aritmetik ortalama puanları baz alınarak, gönüllülerin en yüksek puan ortalamasını içeren motivasyon kaynağının “değerlerin ifadesi” boyutu olduğu tespit edilmiştir. Gönüllüler açısından “değerlerin ifadesi” faktörünü takiben, “spor sevgisi”, “vatanseverlik” ve “kişilerarası ilişkiler” boyutlarının da gönüllü katılımcılar için yüksek puan ortalamasına sahip motivasyon faktörleri olduğu söylenebilir. Bu boyutları sırasıyla, “kariyer yönlendirme” faktörü takip ederken, “dışsal ödüller” boyutunun ise gönüllü katılımcıların en az motive oldukları faktör olarak ifade edilebilir.

Serbest zaman doyum düzeyleri açısından gönüllü katılımcıların aritmetik ortalama puanı sonuçları incelendiğinde ise; genel serbest zaman doyum açısından doyum düzeylerinin oldukça yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bununla birlikte en yüksek puan ortalamasına sahip serbest zaman doyum boyutlarının sırasıyla fiziksel, eğitimsel, sosyal, psikolojik ve estetik boyutlarında olduğu tespit edilirken; rahatlama düzeyinde serbest zaman doyumunun diğer alt boyutlara göre daha düşük olduğu saptanmıştır.

Cinsiyet değişkenine göre gönüllü motivasyon faktörleri incelendiğinde ise, kadın gönüllü katılımcıların erkeklere göre değerlerin ifadesi alt boyutunda daha fazla motive oldukları tespit edilmiştir. Fletcher ve Major (2004) tıp öğrencileri ile yaptıkları çalışma sonucunda, cinsiyet

değişkeni açısından kadınların, özgecil (altruistik) başkalarına yardım etme duygularını içeren “değerler” boyutunda gönüllü olma motivasyonunun erkeklerden daha yüksek olduğu belirtilmiştir. Yine Berber ve Terekli (2019) yapmış oldukları çalışmada, cinsiyet değişkeni açısından gönüllülük motivasyonlarında kadın katılımcılar lehine anlamlı bir farklılık olduğunu tespit etmişlerdir.

Widjaja (2010) ise cinsiyet değişkeni açısından kadınların gönüllülüğe daha eğilimli olduklarını belirtmiştir. Chapman ve Morley (1999) yaptıkları çalışmada cinsiyet değişkeni açısından kadın gönüllülerin güncel çalışmayla benzer şekilde değerler alt boyutunda olmakla birlikte, bazı gönüllü motivasyonu faktörlerinde erkek gönüllü katılımcılara göre önemli derecede motive olduklarını ifade etmişlerdir. Aynı çalışma kadınların erkeklere göre daha fazla motive olması sonucunu, sosyal rol teorisi ile açıklanabileceğini belirtmiştir. Sosyal rol teorisi, kadınların erkeklere göre daha fazla yetiştirme eğiliminin bir fonksiyonu olarak davranışa yardımcı olma olasılıklarının daha yüksek olduğunu ve bu cinsiyet farkının erken sosyalleşme süreçlerinin bir işlevi olabileceğini düşündürmektedir. Daha önce yapılan araştırmalar, değerler fonksiyonu tarafından motive olan gönüllülerin yetiştirme ve sosyal sorumluluk ölçümleri üzerinde yüksek puan alması ve bu nedenle, değerler güdüsünün kadınlar için daha önemli bir güdü olmasının beklenebileceğini belirtmiştir. Bu sonuçlar güncel çalışma ile benzerlik göstermektedir.

Cinsiyet değişkenine göre gönüllülük faaliyetlerine katılım gösteren bireylerin, serbest zaman doyum düzeyleri açısından herhangi bir ilişki tespit edilmemiştir. Riddick (1986), Broughton ve Beggs (2007), Ardahan ve Lerlisu Lapa (2010), Çelik (2011) ile Cengiz ve Yaşartürk (2020) tarafından yapılan çalışmalarda da benzer şekilde cinsiyet ile serbest zaman doyum düzeyleri arasında anlamlı bir fark bulunmamıştır. Bu durum serbest zamanlarında gönüllülük faaliyetlerine katılım gösteren bireylerin, cinsiyet değişkeni açısından serbest zaman doyum düzeyleriyle herhangi bir fark yaratmaması olarak yorumlanabilir.

Sporla ilgilenim değişkenin, gönüllü katılımcıların motivasyon faktörleri üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Diğer yandan test sonuçları, cinsiyet ile sporla ilgilenim ve cinsiyet değişkenlerinin bir arada gönüllü katılımcıların motivasyon faktörlerinin üzerinde etkisi olmadığını göstermiştir. Benzer şekilde Pauline ve Pauline (2009) 2005 Indianapolis Tenis Şampiyonası'nda 289 spor gönüllüsü ile yaptığı çalışmada cinsiyet değişkeninin motivasyon faktörleri üzerinde bir etkisi olmadığını tespit etmiştir.

Downward ve Ralston'un (2006) bir spor etkinliğinde gönüllü olmanın, ilgiyi, katılımı, gelecekteki spora gönüllülüğü nasıl etkilediğini araştırma amacıyla yaptığı çalışmanın sonuçları incelendiğinde; katılımcıların gönüllülük deneyiminin bir sonucu olarak sporla ilgilenimlerinde bir miktar artış olduğuna dair kanıtlar olsa da bunun daha fazla katılım veya gönüllülüğe dönüşeceğine dair güçlü bir kanıt olmadığını göstermektedir. Dawson ve Downward (2013) ise spora katılım ile spor gönüllülüğü arasındaki ilişkiyi inceledikleri çalışmada, spor katılımı ve sporda gönüllülük faaliyetlerine katılma kararının tamamlayıcı unsurlar olduğunu belirtmişlerdir.

Gönüllü katılımcıların cinsiyet, sporla ilgilenim ve cinsiyet ile sporla ilgilenim değişkenlerinin bir arada serbest zaman doyumuna etkisinin test sonuçlarında sporla ilgilenim değişkeninin serbest zaman doyum düzeyleri üzerinde etkisi olduğu görülmektedir. Benzer şekilde Doğan

ve diğerleri (2018) tarafından akademisyenler üzerine yapılan bir çalışmada, serbest zaman doyum düzeyinin spora katılım durumuna göre anlamlı fark gösterdiği tespit edilmiştir. Bu durum sporla ilgilenimi olan bireylerin serbest zaman doyum düzeylerinin daha yüksek olması şeklinde yorumlanabilir. Bununla birlikte cinsiyet ile cinsiyet ve sporla ilgilenim değişkenlerinin bir arada serbest zaman doyum düzeyleri üzerinde etkisi olmadığı tespit edilmiştir.

Moon ve Heo (2011) herkes için spor katılımının serbest zaman doyumunu, psikolojik refah ve öznel refah üzerindeki etkisini inceledikleri çalışmada, bireylerin spora katılımının, serbest zaman doyum düzeyleri üzerinde bir etkiye sahip olduğunu belirtmişlerdir. Kim ve Han (2005) ise dans sporlarına katılımın, serbest zaman akış deneyiminin ve serbest zaman doyumunun zevk kaynakları arasındaki nedensel ilişkiyi bulma amacıyla yaptıkları çalışmada, dans sporlarına katılımın zevk kaynaklarının, serbest zaman doyumunu üzerinde önemli ölçüde olumlu etkileri olduğunu tespit etmişlerdir.

Korelasyon testi sonuçları incelendiğinde; bireylerin sporda gönüllülük faaliyetlerine bir serbest zaman faaliyeti olarak katılım gösterdikleri ve etkinlikte elde ettikleri doyum düzeyleri ile motivasyon faktörleri arasındaki ilişkinin özellikle kariyer yönlendirme ve kişilerarası ilişkiler faktörleri ile serbest zaman doyum faktörleri arasındaki düzeyin önemi göze çarpmaktadır. Bu sonuçlara göre uluslararası spor organizasyonlarında gönüllülük faaliyetlerine katılım gösteren bireylerin, motivasyon faktörleri ile serbest zaman doyum düzeyleri arasında önemli bir ilişki olduğu söylenebilir.

Uygulanan çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları incelendiğinde ise, gönüllü katılımcıların gönüllülük motivasyonu faktörlerinden kişilerarası ilişkiler ve dışsal ödüller boyutlarının serbest zaman doyum düzeylerine etki ettiği görülmektedir. Bu durum kişilerarası ilişkiler ve dışsal ödüller faktörleri açısından daha fazla motive olan gönüllülerin, serbest zaman doyum düzeylerinin de artacağı şeklinde yorumlanabilir.

Parker'ın (1997) ifade ettiği gibi birey değerli olduğuna inanılan bir nedene kendini özgürce verebilir ve kolektif bir serbest zaman deneyimi olarak serbest zamanlarda yardımlaşma ya da bir şeyler üretme amacıyla da toplulukla birlikte gönüllü olabilir. Ayrıca Taylor ve diğerleri (2008) içsel ve finansal olmayan ödüllerin, yani başkalarına yardım etme, iletişim kurma, sosyal faydalar ve becerilerine katkıda bulunarak fark yaratma kişisel ödüllerinin spor organizasyonlarında bireyleri gönüllü olmaya motive ettiğini belirtmiştir. Bunun yanında finansal olmayan dışsal ödüller de gönüllülerin katkıları ve performansının takdiri gibi sembolik ifadelerle motive olması açısından önemli olduğunu belirtmişlerdir.

Ringuet (2012) gönüllülerin birçok nedenden gönüllü olmaya motive olduğunu ifade ederken, çoğu birey için bu durumun bir serbest zaman seçimi olduğunu belirtmiştir. Getz de (2008) gönüllülerin temel motivasyon faktörlerini özgecilik (altruizm), sosyal ve kariyer faydaları ile meydan okuma gibi genel motivasyonları ifade edebileceğini ifade etmiştir. Gönüllülerin topluluğun, deneyimlerle oluşabilecek aidiyet ve paylaşımın tadını çıkarabileceğini ve aynı zamanda gönüllülüğün “ciddi serbest zamanların” bir gösterimi olarak etkinlikte yer alabileceklerini belirtmiştir. Gönüllü birey bu etkinliklerde yaşadığı deneyim sayesinde, başkalarını da gönüllülüğe motive edebilmesine yol açtığı vurgulanmıştır.

Downward ve Ralston'un (2006) çalışmalarında, sporda gönüllülük faaliyetlerine katılımı Ciddi Serbest Zaman yaklaşımı ile ilişkilendirmiş ve gönüllülüğün potansiyel bir kariyer sağlayabileceğini belirtmişlerdir. Belirli bir etkinliğe gündelik katılımın, bireyin düzenli gönüllülüğe veya belirli bir spora katılımına yol açabileceği belirtilmiştir.

Çalışma sonuçları ve literatür ile birlikte, motivasyon ve serbest zaman yaklaşımları da göz önüne alındığında; uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllülerin serbest zaman doyum ve motivasyon faktörleri arasında güçlü bir bağ olduğu düşünülmektedir. Uluslararası spor organizasyonlarında görev alan gönüllülerin motivasyon faktörleri ile serbest zaman doyum düzeylerinin incelenmesi amacıyla yapılan bu çalışmanın literatüre önemli katkıları olacağı düşünülmektedir. Çalışmanın teorik dayanağını oluşturan motivasyon kuramı ve serbest zaman yaklaşımı ile ilişkisi de düşünüldüğünde; gönüllü katılımcıların bir ciddi serbest zaman etkinliği olarak katıldığı gönüllülük faaliyetlerinin anlaşılmasının, gönüllü katılımcılar ve uluslararası spor organizasyonları açısından bu çalışma ile birlikte çok yönlü fayda ve katkılar sağlayabileceği düşünülebilir. Bu katkılar organizasyonlar ve toplumlar açısından, ülkemizdeki spor gönüllüsü katılımcıların motivasyon faktörleri ile serbest zamanlarındaki doyum düzeylerinin ve bu kavramlar arasındaki ilişkinin bilinmesi sonucunda, organizasyon koşullarında gönüllü katılımcılar adına ilgi çekici, iyileştirici, kolaylaştırıcı ve sistemli adımların atılması ile mümkün olabilir. Bununla birlikte toplum ve organizasyonlar için büyük önem arz eden spor gönüllüleri açısından ise bu iyileştirici ve kolaylaştırıcı sistemler ile bir süreklilik ya da devamlılık durumu oluşturacağı ya da daha fazla bireyin sporda gönüllü olabilmesine katkı sağlayacağı düşünülebilir. Serbest zaman kavramı açısından ise, bireylerinin günlük yaşamı için yeniden yaratılma, yenilenme ve motive olma duygularının kazanım olabileceği, kaliteli bir serbest zaman etkinliği içerisinde bulunmanın, iyi olma halini arttırarak bireylerden, grup ve topluluklara yayılabilecek pozitif faydalar doğurabileceği düşünülebilir.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı- BE; PGG, İstatistik analiz- BE, Makalenin hazırlanması- BE; PGG: 1. ve 2. yazarlar tarafından gerçekleştirilmiştir. Verilerin Toplanması- BE: 1. yazar tarafından gerçekleştirilmiştir.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulu

Tarih: 02.01.2020

Sayı/Karar No: 050.01.04

KAYNAKLAR

- Adams, N., Little, T. D. & Ryan, R. M. (2017). Self-determination theory. In *Development of self-determination through the life-course* (pp. 47-54). Dordrecht: Springer.
- Ardahan, F. ve Lapa, T. Y. (2010). Üniversite öğrencilerinin serbest zaman tatmin düzeylerinin cinsiyete ve gelire göre incelenmesi. *Spor Bilimleri Dergisi*, 21(4), 129-136.
- Bang, H. & Chelladurai, P. (2009). Development and validation of the volunteer motivations scale for international sporting events (VMS-ISE). *International Journal of Sport Management and Marketing*, 6(4), 332-350. <https://doi.org/10.1504/IJSMM.2009.030064>
- Bang, H. & Ross, S. D. (2009). Volunteer motivation and satisfaction. *Journal of Venue and Event Management*, 1(1), 61-77.
- Bang, H., Alexandris, K. & Ross, S. D. (2009). Validation of the revised volunteer motivations scale for international sporting events (VMS-ISE) at the Athens 2004 Olympic Games. *Event Management*, 12(3-4), 119-131.
- Beard, J. G. & Ragheb, M. G. (1980). Measuring leisure satisfaction. *Journal of Leisure Research*, 12(1), 20-33. <https://doi.org/10.1080/00222216.1980.11969416>
- Berber, S. ve Terekli, M. S. (2019). Spor etkinliklerinde gönüllü yönetimi ve motivasyonu. *GSI Journals Serie A: Advancements in Tourism Recreation and Sports Sciences*, 2(1), 95-121. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3360339>.
- Broughton, K. & Beggs, B. A. (2007). Leisure satisfaction of older adults. *Activities, Adaptation & Aging*, 31(1), 1-18. https://doi.org/10.1300/J016v31n01_01.
- Brown, B. A. & Frankel, B. G. (1993). Activity through the years: Leisure, leisure satisfaction, and life satisfaction. *Sociology of Sport Journal*, 10(1), 1-17. <https://doi.org/10.1123/ssj.10.1.1>
- Cengiz, R. ve Yaşartürk, F. (2020). Fitness katılımcılarının spor salonlarındaki hizmet kalitesi ve serbest zaman doyum düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Uluslararası Güncel Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 48-62.
- Chapman, J. G. & Morley, R. (1999). Collegiate service-learning: Motives underlying volunteerism and satisfaction with volunteer service. *Journal of Prevention & Intervention in the Community*, 18(1-2), 19-33. https://doi.org/10.1300/J005v18n01_03.
- Cheng, H.P. (2010). *Serious leisure, leisure satisfaction and gardening by older adults*. Doctoral dissertation, University of Queensland, Brisbane, Australia.
- Clary, E. G., Snyder, M., Ridge, R. D., Copeland, J., Stukas, A. A., Haugen, J. & Miene, P. (1998). Understanding and assessing the motivations of volunteers: a functional approach. *Journal of personality and social psychology*, 74(6), 1516-1530. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.6.1516>
- Cnaan, R. A. & Goldberg-Glen, R. S. (1991). Measuring motivation to volunteer in human services. *The Journal of Applied Behavioral Science*, 27(3), 269-284. <https://doi.org/10.1177/0021886391273003>.
- Cuskelly, G., Harrington, M. & Stebbins, R. A. (2002). Changing levels of organizational commitment amongst sport volunteers: A serious leisure approach. *Leisure/Loisir*, 27(3-4), 191-212. <https://doi.org/10.1080/14927713.2002.9651303>.
- Cuskelly, G., Hoye, R. & Auld, C. (2006). *Working with volunteers in sport: Theory and practice*. London: Routledge.
- Çankaya, Z. C. (2016). Özerklik desteği, temel psikolojik ihtiyaçların doyumu ve öznel iyi olma: Öz-belirleme kuramı. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(31), 23-31.
- Çelik, G. (2011). *Kamu kuruluşlarında çalışan engelli bireylerin serbest zaman engellerinin ve tatmin düzeylerinin incelenmesi (Antalya merkez örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Akdeniz Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği Anabilim Dalı, Antalya.

- Dawson, P. & Downward, P. (2013). The relationship between participation in sport and sport volunteering: An economic analysis. *International Journal of Sports Finance*, 8(1), 75-92.
- Deci, E. L. & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01.
- Downward, P. M. & Ralston, R. (2006). The sports development potential of sports event volunteering: Insights from the XVII Manchester Commonwealth Games. *European Sport Management Quarterly*, 6(4), 333-351. <https://doi.org/10.1080/16184740601154474>.
- Downward, P., Hallmann, K. & Rasciute, S. (2020). Volunteering and leisure activity in the United Kingdom: A longitudinal analysis of males and females. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 49(4), 757-775. <https://doi.org/10.1177/0899764020901815>
- Doğan, M., Elçi, G. ve Gürbüz, B. (2019). Serbest zaman doyumunu, serbest zamanda sıkılma algısı ve iş tatmini ilişkisi: Akademisyenler üzerine bir araştırma. *Spormetre Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 17(1), 154-164. <https://doi.org/10.33689/spormetre.521555>
- Farrell, J. M., Johnston, M. E. & Twynam, G. D. (1998). Volunteer motivation, satisfaction, and management at an elite sporting competition. *Journal of Sport Management*, 12(4), 288-300. <https://doi.org/10.1123/jsm.12.4.288>
- Fişne, M. ve Karagöz, Y. (2016). Uluslararası spor organizasyonları için gönüllü motivasyonları ölçeği'nin Türkçe'ye uyarlanması. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 1(1), 1-16. <https://doi.org/10.25307/jssr.271322>
- Fletcher, T. D. & Major, D. A. (2004). Medical students motivations to volunteer: An examination of the nature of gender differences. *Sex Roles*, 51(1-2), 109-114. <https://doi.org/10.1023/B:SERS.0000032319.78926.54>.
- Gallant, K., Arai, S. & Smale, B. (2013). Serious leisure as an avenue for nurturing community. *Leisure Sciences*, 35(4), 320-336. <https://doi.org/10.1080/01490400.2013.797324>.
- Getz, D. (2008). Event tourism: Definition, evolution, and research. *Tourism Management*, 29(3), 403-428. <https://doi.org/10.1016/j.tourman.2007.07.017>.
- Giannoulakis, C., Wang, C.-H. & Gray, D. (2008). Measuring volunteer motivation in mega sporting events. *Event Management*, 11(4), 191-200. <https://doi.org/10.3727/152599508785899884>
- Gökçe, H. ve Orhan, K. (2011). Serbest zaman doyum ölçeği'nin Türkçe geçerlilik güvenirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 22(4), 139-145.
- Güntert, S. T., Strubel, I. T., Kals, E. & Wehner, T. (2016). The quality of volunteers motives: Integrating the functional approach and self-determination theory. *The Journal of Social Psychology*, 156(3), 310-327. <https://doi.org/10.1080/00224545.2015.1135864>.
- Karlı, Ü., Polat, E., Yılmaz, B. ve Koçak, S. (2008). Serbest zaman tatmin ölçeği'nin (SZTÖ-Uzun Versiyon) geçerlilik ve güvenirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 19(2), 80-91.
- Kaufman, J. E. (1988). Leisure and anxiety: A study of retirees. *Activities, Adaptation & Aging*, 11(1), 1-10. https://doi.org/10.1300/J016v11n01_01.
- Khoo, S. & Engelhorn, R. (2007). Volunteer motivations for the Malaysian paralympiad. *Tourism and Hospitality Planning & Development*, 4(3), 159- 167. <https://doi.org/10.1080/14790530701733413>.
- Kim, Y. M. & Han, H. W. (2005). The influence of enjoyment of dance sports on leisure flow experience and leisure satisfaction. *Korean Journal of Physical Education*, 44(6), 193-202.
- Lapa, T. Y. (2013). Life satisfaction, leisure satisfaction and perceived freedom of park recreation participants. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 93, 1985- 1993. <https://doi: 10.1016/j.sbspro.2013.10.153>

- Lee, C. K., Reisinger, Y., Kim, M. J. & Yoon, S. M. (2014). The influence of volunteer motivation on satisfaction, attitudes, and support for a megaevent. *International Journal of Hospitality Management*, 40, 37-48. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2014.03.003>
- Liu, H. (2014). Personality, leisure satisfaction, and subjective well-being of serious leisure participants. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 42(7), 1117-1125. <https://doi.org/10.2224/sbp.2014.42.7.1117>
- Liu, H. & Yu, B. (2015). Serious leisure, leisure satisfaction and subjective well-being of Chinese university students. *Social Indicators Research*, 122(1), 159-174. <https://doi.org/10.1007/s11205-014-0687-6>.
- Lockstone-Binney, L., Holmes, K., Smith, K. & Baum, T. (2010). Volunteers and volunteering in leisure: Social science perspectives. *Leisure Studies*, 29(4), 435-455. <https://doi.org/10.1080/02614367.2010.527357>.
- Lu, L. & Argyle, M. (1994). Leisure satisfaction and happiness as a function of leisure activity. *Gaoxiong yi xue ke xue za zhi= The Kaohsiung Journal of Medical Sciences*, 10(2), 89-96.
- Moon, T. Y. & Heo, C. U. (2011). Impact of participation in sport for all on leisure satisfaction, psychological wellbeing and subjective wellbeing. *Journal of the Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, 12(9), 3984-3993. <http://dx.doi.org/10.5762/KAIS.2011.12.9.3984>
- Mouratidis, K. (2019). Built environment and leisure satisfaction: The role of commute time, social interaction, and active travel. *Journal of Transport Geography*, 80, 102491. <https://doi.org/10.1016/j.jtrangeo.2019.102491>
- Oostlander, J., Güntert, S. T., Van Schie, S. & Wehner, T. (2014). Leadership and volunteer motivation: A study using self-determination theory. *Nonprofit and Voluntary Sector Quarterly*, 43(5), 869-889. <https://doi.org/10.1177/0899764013485158>.
- Parker, S. R. (1997). Volunteering—altruism, markets, causes and leisure. *World Leisure & Recreation*, 39(3), 4-5. <https://doi.org/10.1080/10261133.1997.9674070>.
- Pauline, G. & Pauline, J. S. (2009). Volunteer motivation and demographic influences at a professional tennis event. *Team Performance Management: An International Journal*, 15(3/4), 172-184. <https://doi.org/10.1108/13527590910964946>.
- Riddick, C. C. (1986). Leisure satisfaction precursors. *Journal of Leisure research*, 18(4), 259-265. <https://doi.org/10.1080/00222216.1986.11969664>.
- Ringuet, C. (2012). Volunteers in sport: Motivations and commitment to volunteer roles. *Aspetar Sports Med J*, 1, 154-161.
- Ringuet-Riot, C., Cuskelly, G., Auld, C. & Zakus, D. H. (2014). Volunteer roles, involvement and commitment in voluntary sport organizations: Evidence of core and peripheral volunteers. *Sport in Society*, 17(1), 116-133. <https://doi.org/10.1080/17430437.2013.828902>.
- Ryan, R. M. ve Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78. DOI: 10.1037/110003-066X.55.1.68
- Ryan, R. (2009). Self determination theory and well being. *Social Psychology*, 84(822), 848
- Sayım, F. (2015). *Sosyal bilimlerde araştırma ve tez yazım yöntemleri*. Ankara: Seçkin.
- Shin, K. & You, S. (2013). Leisure type, leisure satisfaction and adolescents' psychological wellbeing. *Journal of Pacific Rim Psychology*, 7(2), 53-62. <https://doi.org/10.1017/prp.2013.6>.
- Solberg, H. A. (2003). Major sporting events: Assessing the value of volunteers' work. *Managing Leisure*, 8(1), 17-27. <https://doi.org/10.1080/1360671032000075216>.
- Stebbins, R. A. (1996). Volunteering: A serious leisure perspective. *Nonprofit and voluntary sector quarterly*, 25(2), 211-224. <https://doi.org/10.1177/0899764096252005>.




Er, B. ve Güzel Gürbüz, P. (2021). Uluslararası spor organizasyonlarında gönüllü motivasyonu ile serbest zaman doyum düzeyi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 152-172.

- Stebbins, R. A. (2005). Project-based leisure: theoretical neglect of a common use of free time. *Leisure Studies*, 24(1), 1-11. <https://doi.org/10.1080/0261436042000180832>.
- Stebbins, R. A. (2006). *Serious leisure*. In *A handbook of leisure studies* (pp. 448-456). London: Palgrave Macmillan.
- Stebbins, R. A. (2007). *Serious leisure: A perspective for our time* (Vol. 95). New Brunswick, New Jersey: Transaction Publishers.
- Stebbins, R. (2014). *Careers in serious leisure: From dabbler to devotee in search of fulfilment*. London: Palgrave Macmillan.
- Stebbins, R. A. (2016). *Leisure and positive psychology: Linking activities with positiveness*. London: Palgrave Macmillan.
- Taylor, T., Doherty, A. & McGraw, P. (2008). *Managing people in sport organizations: A strategic human resource management perspective*. New York: Routledge.
- Tian, H. B., Qiu, Y. J., Lin, Y. Q., Zhou, W. T. & Fan, C. Y. (2020). The Role of Leisure Satisfaction in Serious Leisure and Subjective Well-Being: Evidence from Chinese Marathon Runners. *Frontiers in Psychology*, 11, 581908, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.581908>.
- Twynam, G. D., Farrell, J. M. & Johnston, M. E. (2002). Leisure and volunteer motivation at a special sporting event. *Leisure/Loisir*, 27(3-4), 363-377. <https://doi.org/10.1080/14927713.2002.9651310>.
- Ural, A. ve Kılıç, İ. (2018). *Bilimsel araştırma süreci ve spss ile veri analizi*. Ankara: Detay Yayıncılık.
- Van Til, J. (1988). *Mapping the third sector: Voluntarism in a changing social economy*. New York: The Foundation Center.
- Wang, C. & Yu, L. (2015). Managing student volunteers for mega events: motivation and psychological contract as predictors of sustained volunteerism. *Asia Pacific Journal of Tourism Research*, 20(3), 338-357. <https://doi.org/10.1080/10941665.2014.889027>.
- Widjaja, E. (2010). *Motivation behind volunteerism CMC senior theses*. Paper 4. http://scholarship.claremont.edu/cmc_theses/4.
- Wu, Y., Li, C. & Khoo, S. (2016). Predicting future volunteering intentions through a self-determination theory perspective. *VOLUNTAS: International Journal of Voluntary and Nonprofit Organizations*, 27(3), 1266-1279. <https://DOI.10.1007/s11266-015-9570-6>



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

Spor Bilimleri Fakültesi Öğrencilerinin Hedef Bağlılığı Düzeylerinin İncelenmesi

Mesut SÜLEYMANOĞULLARI^{1*} , Abdulvahit DOĞAR²  Gökhan BAYRAKTAR¹ 

¹Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ağrı.

²Erzurum Atatürk Üniversitesi, Sağlık Hizmetleri Meslek Yüksekokulu, Erzurum

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 07.04.2021

Kabul Tarihi: 18.05.2021

DOI: 10.25307/jssr.911346

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Bu çalışmanın amacı, Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin hedef bağlılığı düzeylerini farklı değişkenler açısından incelemektir. Çalışmada, nicel araştırma modellerinden biri olan tarama (survey) modeli kullanılmıştır. Araştırmaya 2020-2021 eğitim-öğretim yılında Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi'nde öğrenim gören 248'si erkek ve 100'ü kadın olmak üzere toplam 348 gönüllü öğrenci katılmıştır. Araştırmanın yapılabilmesi için ölçek kullanım ve etik kurul izinleri alınmıştır. Veri toplamak amacıyla kişisel bilgi formları dışında 'Hedef Bağlılığı' (Şenel ve Yıldız, 2016) ölçeği kullanılmıştır. Verilerin analizinde betimsel istatistikler (frekans, aritmetik ortalama, standart sapma), Mann Whitney U, ve Kruskal-Wallis H testleri kullanılmıştır. Sonuçlar ise $p < .05$ anlamlılık düzeyine göre değerlendirilmiştir. Araştırmanın bulguları değerlendirildiğinde kadın öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinin erkek öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinden daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir. Çalışmada ayrıca 2501-4000 TL arası aylık toplam gelire sahip ailelere mensup öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinin 1500 TL ve altında aylık toplam gelire sahip ailelere mensup öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinden daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Araştırma sonrasında elde edilen bulgulara göre, öğrencilerin hedef bağlılık düzeyleri ile yaşları, aile yapıları, aileleriyle birlikte ikamet edilen yerleşim yerleri ve kayıtlı olunan bölümün önceden hedeflenip hedeflenmediği durumları arasında anlamlı bir farklılaşma yoktur. Çalışmamızın örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinin çeşitli sosyokültürel ve sosyoekonomik özelliklere göre farklılık gösterdiği sonucu elde edilmiştir.

Anahtar kelimeler: Hedef Bağlılığı, Üniversite Öğrencileri, Spor Bilimleri.

Examining the Goal Commitment Levels of Faculty of Sport Sciences Students

Abstract

The aim of this study is to examine the goal commitment levels of the Faculty of Sport Sciences students in terms of different variables. Survey model -which is the one of the quantitative research models- was used in this study. A total of 348 volunteer students, 248 males and 100 females, studying at the Faculty of Sport Sciences of Ağrı İbrahim Çeçen University in the academic year of 2020-2021, participated in the study. Scale usage and ethics committee permissions were obtained in order to conduct the research. The 'Goal Commitment' (Şenel & Yıldız, 2016) scale was used to collect data, except for personal information forms. Descriptive statistics (frequency, mean, standard deviation), Mann Whitney U and Kruskal-Wallis H tests were used to analyze the data. The obtained results were evaluated according to the significance of $p < .05$. When the findings of the study are evaluated, it was found that female students goal commitment levels were higher than male students' goal commitment levels. In the study, it was concluded that goal commitment levels of students from families with a monthly income of 2501-4000 TL was higher than the level of goal commitment of the students from families with a monthly total income of 1500 TL or less. According to the findings obtained after the research, there is no significant differentiation between the students' goal commitment levels and their ages, family structures, places of residence with their families, and whether the department that the students got admitted was intended by them prior to the admission. As a result, it was concluded that the goal commitment levels of the students varies according to various sociocultural and socioeconomic characteristics.

Keywords: Goal Commitment, University Students, Sport Sciences.

* Sorumlu yazar: Mesut SÜLEYMANOĞULLARI, E-posta: msuleymanogullari@agri.edu.tr

GİRİŞ

Hedef, ayrıntılı olarak belirlenmiş niyetler (Orlich, Harder, Callahan, Trevisan, Brown, 2010) ve davranışı düzenleyen bir performans ölçütüdür (Burton, Naylor ve Holliday, 2001). Hedef ayrıca, doğrudan bir motivasyon stratejisi; bilişsel, duyuşsal ve davranışsal anlamda da çeşitli tepkiler ortaya koyma durumudur (Kingston ve Wilson, 2010).

Bireyler, belirlenen hedefler aracılığıyla istedik yönde davranışlar sergileyerek mevcut potansiyellerini ortaya çıkarmak için bir çaba gösterirler (Arends ve Kilcher, 2010). Hedefler, amaçlanan hedef düzeyinde bireyleri bir performans göstermelerini sağlayacak çeşitli stratejiler geliştirmeleri için motive ederken belirlenen hedefe ulaşmak ise memnuniyet ve daha fazla motivasyonu beraberinde getirir (Lunenburg, 2011). Hedefler ayrıca, mevcut yeteneğin kullanması için bireyi motive edebilir, bilgiyi farkındalığa çevirebilir ve yeni bilgileri aramaya teşvik edebilir (Locke ve Latham, 2009).

Öğrenci hedefleri ise, bir öğrenme görevi için belirlenen çok değişkenli profiller olarak ifade edilebilir (Pieschl, Stahl ve Bromme, 2013). Öğrenme hedefleri, gelişime odaklanmayı gerektirir. Bu durumda bireyler, belli standartlara uymaksızın veya başkalarıyla bir kıyas yapmaksızın öğrenmek ve sahip oldukları yeteneklerini geliştirmek için bir çaba gösterirler (Arends ve Kilcher, 2010).

Locke ve Latham (2009), hedeflerin performans üzerindeki etkilerini şu şekilde sıralamışlardır:

- Hedefler, yönerge işlevi sayesinde performansı artırma noktasında fayda sağlayabilir. Bu fayda sayesinde gerekli dikkat sağlanarak bireyin bir göreve veya faaliyete odaklanması sağlanır, aynı zamanda dikkat dağıtıcı unsurlar da bertaraf edilmiş olur.
- Hedefler enerji verici bir görev üstlenir. Belirli hedeflere sahip olma sonucunda bireyler performans konusunda daha bilinçli bir çaba gösterir.
- Hedefler, uzun süre çaba göstermeye ve engeller karşısında vazgeçmeme konusunda bir kalıcılık sağlayarak performansı olumlu yönde etkiler.
- Hedefler, göreve ait bilgi ve stratejilerin aktif olarak kullanılmasına veya başkaca etkili stratejilerin keşfedilmesine de yardımcı olur (Locke ve Latham, 2009).

Hedef belirleme, bir yeterlilik standardına belli bir zaman aralığında ulaşılması anlamına gelir (Locke, Shaw, Saari ve Latham, 1981). Akademik anlamda da hedef belirleme, öğrencilerin odak noktasına almak istedikleri bir alanı seçebilmelerine ve kendi hedeflerini/davranışlarını belirleyebilmeleri noktasında bir fayda sağlamaktadır. Öğrencilerin duyguları ve özgür iradeleriyle bireysel hedeflerini oluşturmaları ve bu hedeflere ulaşabilmek için çalışmalarını, hedef belirlemenin önemini ortaya koymaktadır (Rader, 2005).

Bireylerin bir görevi başarmak için gerekli olan neden ve amaçlar üzerinde odaklanması ise başarı hedefine yönelim olarak ifade edilebilir (Pintrich ve Schunk, 2002) Genel anlamda hedef yönelimleri, değerlendirme standartlarının belirlenmesi, hataların nasıl değerlendirileceği ve başarılı olmada yeteneğin ne şekilde kullanılacağı konusunda rehberlik eder (Pintrich, 2000) Başarı hedefine yönelim, öğrenme ve performans hedef yönelimleri olmak üzere iki başlık altında incelenebilir (Ames, 1992).

Genel anlamda hedef yönelimleri, değerlendirme standartlarının belirlenmesi, hataların nasıl değerlendirileceği ve başarılı olmada yeteneğin ne şekilde kullanılacağı konusunda rehberlik eder (Pintrich, 2000) Başarı hedefine yönelim, öğrenme ve performans hedef yönelimleri olmak üzere iki başlık altında incelenebilir (Ames, 1992).

Bir hedef belirlendikten ve hedefe yönelim gerçekleştikten sonra o hedefe bağlı kalmak, hedefin gerçekleşmesi için önem arz eder. Zira Locke ve diğerleri (1981), hedef bağlılığını bir hedefe ulaşmadaki kararlık olarak ifade ederken, Naylor ve Ilgen (1984) hedef bağlılığını, var olan çabayı devam ettirerek zamanla zor bir hedefi başarmak için sahip olunan istekliliğe odaklanma olarak ifade etmişlerdir. Diğer bir tanıma göre ise hedef bağlılığı, bireyin kendisi için önemli olarak nitelendirdiği bir hedefe ulaşabilmek için normalden daha fazla çaba göstermesi veya daha iyi performans sergilemesidir (Kingston ve Wilson, 2010).

Hedef belirlemenin etkinliği, hedef bağlılığının varlığını gerektirir ve hedef bağlılığının olmadığı durumlarda hedef belirleme çabası işlevsiz kalabilmektedir (Locke ve Latham, 2009). Klein, Wesson, Hollenbeck, Wright ve DeShon'a (1999) göre, hedef bağlılığının temel sonucu, hedef zorluğu ile performans arasındaki ilişkidir. Klein ve Wright (1994) benzer zorluk derecesindeki hedefler söz konusu olduğunda, hedefine daha bağlı bireylerin diğerlerine göre daha yüksek performans sergilediklerinin altını çizerek hedef bağlılığının önemini vurgulamışlardır. Buna göre hedef zorluk seviyesi ile hedef bağlılığı, görev sonuçlarının seviyesini belirleme noktasında birbirleriyle etkileşim halindedir (Weldon ve Weingart, 1993). Ayrıca göreve özgün çeşitli stratejilerin planlanması veya duruma göre yeni bir stratejinin geliştirilmesi de önemlidir (Locke ve Latham, 2009; Wood ve Locke, 1990).

Hedef belirlendikten sonra istenilen performansın sergilenebilmesi, güdülenme düzeyiyle ilişkilidir. Elinden gelenin en iyisini yaparak istenilen sonuca ulaşma güdüsünün yeterli olduğu durumlarda bu amacı gerçekleştirmek daha kolay bir hal alır (Latham, 2003). Amaç ya da hedef belirlemede, performans ve motivasyon ile belirlenen amaçlar arasında bir ilişkinin olduğu söylenebilir (Koçel, 2001).

Hedefe ulaşmada bir hedefin belirlenmesi, bir tarih tayin edilmesi, plan oluşturulması, hedefin zihinde canlandırılması, gayret gösterilmesi ve pes edilmemesi, son olarak da bir değerlendirme yapılması gerekmektedir. Hedef belirleme sürecinde aktif olan bireyler özgün düşünebilir ve sorumluluk üstlenebilirler (Rader, 2005). Diğer taraftan, amaç veya hedef belirlendikten sonra birey, mevcut kapasitesini kullanarak hedefe ulaşmaya çalışacak ancak amaca ulaşamayacağını fark ettiği durumlarda da daha fazla çaba harcayacaktır (Efil, 2006).

Her bireyin kendi kişisel hedeflerine ulaşmada izlediği yöntemler farklılık gösterebilir (Klein ve Wright, 1994) ve hedeflere yönelik gösterilen davranışlar ve içselleştirilen tutumlar (Wright, O'Leary-Kelly, Cortina, Klein ve Hollenbeck, 1994) ile sahip olunan öz yeterlik, bilgi, enerji, azim, kararlılık ve isteklilik gibi unsurlar, belirlenen hedefe bağlılık anlamında bireysel farklılıkların ortaya çıkmasına neden olabilir.

Bu çalışmada, Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim gören ve farklı demografik özelliklere sahip olan öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinin farklı değişkenler açısından incelenmesi amaçlanmıştır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu araştırmada, nicel araştırma yaklaşımında yaygın olarak kullanılan ve bir konu veya olaya ilişkin katılımcıların görüşlerinin alındığı; katılımcıların ilgi, beceri, yetenek ve tutum gibi özelliklerinin belirlendiği tarama (survey) modeli kullanılmıştır (Büyüköztürk, Kılıç Çakmak, Akgün, Karadeniz ve Demirel, 2012). Amacı geçmişte veya günümüzde var olan bir durumu var olduğu şekliyle betimlemek olan bu modelde araştırmaya konu olan olay, birey veya nesne kendi koşulları içinde olduğu gibi tanımlanabilmekte ve mevcut durum değiştirilmeden gözlenebilmektedir (Karasar, 2015).

Evren-Örneklem

Mevcut çalışmanın evrenini spor bilimleri fakültesi öğrencileri, örneklem grubunu ise Ağrı İbrahim een Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi'nin farklı bölümlerinde öğrenim gören ve basit seçkisiz örnekleme yöntemine göre belirlenmiş olan 248'i erkek ve 100'ü kadın olmak üzere toplam 348 öğrenci oluşturmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama amacıyla tarama yönteminde sıklıkla başvurulan anket tekniğinden yararlanılmış (Nachmias ve Nachmias, 1996) olup katılımcılara iki bölümden oluşan bir form sunulmuştur. Anketin birinci bölümünü, öğrencilerin cinsiyetlerini, yaşlarını, aile yapılarını, mensup oldukları ailelerinin aylık toplam gelirlerini, aileleriyle birlikte ikamet ettikleri yerleşim yerlerini ve okumakta oldukları bölümü önceden hedefleyip hedeflemediklerini tespit etmek amacıyla uzman görüşü ile oluşturulan kişisel bilgi formu oluşturmaktadır. İkinci bölümde ise Hollenbeck, Williams ve Klein'in (1989) 9 madde halinde geliştirdiği, Klein, Wesson, Hollenbeck, Wright ve DeShon (2001) tarafından ise 5 madde halinde yeniden düzenlenen; Türkçeye uyarlaması ve geçerlilik güvenirlilik çalışmaları şenel ve Yıldız (2016) tarafından yapılan 'Hedef Bağlılık Ölçeği' kullanılmıştır. Kullanılan ölçek, 5 sorudan oluşan 'Kesinlikle Katılmıyorum (1)', 'Katılmıyorum (2)', 'Kararsızım (3)', 'Katılıyorum (4)', 'Kesinlikle Katılıyorum (5)' cevaplarını içeren 5'li likert tipindedir. Ölçeğin 1., 2. ve 4. maddeleri ters puanlanmakta ve ölçekten alınan yüksek puan herhangi bir hedefe olan bağlılığın yüksek olduğunu ifade etmektedir. Ölçekten alınabilecek en düşük puan 5, en yüksek puan ise 25'tir.

Araştırma Etiği

Bu alışma için, Ağrı İbrahim een Üniversitesi, Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulunca 25.03.2021 tarih ve 90 sayılı karar ile etik onam alınmıştır.

Verilerin Toplanması

Araştırma kapsamında, Covid-19 pandemisi nedeniyle kitle iletişim araçları kullanılarak farklı bölümlerde öğrenim gören öğrencilerle iletişime geçilmiş ve hazırlanan web tabanlı anket formları bir bağlantı linki ile öğrencilere ulaştırılmıştır. Öğrenciler tarafından elektronik ortamda doldurulan anketler, sonrasında kontrol edilerek geçerli ve kabul edilebilir nitelikte olanları değerlendirilmek üzere analiz programına aktarılmıştır.

Verilerin Analizi

Çalışma kapsamında öğrenciler tarafından doldurulan anketler değerlendirilerek tamamı geçerli olan formlar elektronik ortama aktarılıp verilerin analizi için kodlanmıştır. Çalışmanın amacı doğrultusunda yapılan istatistiksel analizler, SPSS 26 istatistik paket programı aracılığıyla gerçekleştirilmiştir. Verilerin değerlendirilmesinde betimsel istatistikler (frekans, yüzdeler dağılım) kullanılmıştır. Elde edilen veri setinin normal dağılıma sahip olmaması nedeniyle bağımsız değişkenler ile hedef bağlılığı düzeyi arasındaki farklılaşmayı belirlemek için ise Mann Whitney U ve Kruskal-Wallis H testleri kullanılmıştır. Elde edilen sonuçlar $p < .05$ önem düzeyine göre değerlendirilmiştir (Bursal, 2019; Büyüköztürk vd., 2012).

BULGULAR

Tablo 1. Araştırmaya katılan öğrencilerin demografik özelliklerinin dağılımları

Değişkenler	Kategori	N	Yüzde (%)
Cinsiyet	Kadın	100	28.8
	Erkek	248	71.2
Yaş	18-21	306	87.9
	22 ve üzeri	42	12.1
Aile Yapısı	Çekirdek	273	78.4
	Geniş	64	18.3
	Parçalanmış	11	3.3
Aile Aylık Toplam Geliri	1500 TL ve altı	66	18.9
	1501-2500	133	38.2
	2501-4000	125	35.9
	4001 TL ve üzeri	24	7.0
İkamet Yeri	Köy	67	19.2
	İlçe	96	27.5
	Şehir	185	53.3

Tablo 1 incelendiğinde, araştırmaya 100 kadın (%28.8) ve 248 erkek (%71.2) olmak üzere toplam 348 öğrencinin katılım sağladığı görülmektedir. Yaş dağılımına bakıldığında, öğrencilerin %87.9'unun 18-21 yaş, %12.1'inin ise 22 yaş ve üzeri yaş grubunda olduğu tespit edilmiştir. Katılımcıların %78.4'ünün çekirdek aile yapısına mensup olduğu ayrıca 15001-2500 TL (%38.2) gelire sahip ailelere mensup öğrencilerin oranının bu kategoride ilk sırada yer aldığı görülmektedir. Ayrıca çalışma dâhil olan öğrencilerin büyük bir çoğunluğunun (%53.3) aileleriyle birlikte şehirde ikamet ettikleri görülmektedir.

Tablo 2. Öğrencilerin hedef bağlılığı puanlarının cinsiyet değişkenine göre Mann-Whitney U Testi sonuçları

Cinsiyet	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
Erkek	100	151,63	15162,50	10112,500	,007
Kadın	248	183,72	45563,50		

Katılımcıların cinsiyetleri ile hedef bağlılığı puanları arasında yapılan istatistiksel analiz sonrasında anlamlı farklılık tespit edilmiş ve kadın öğrencilerin hedef bağlılık düzeylerinin erkek öğrencilerin hedef bağlılık düzeylerinden daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

Tablo 3. Öğrencilerin hedef bağlılığı puanlarının yaş değişkenine göre Mann-Whitney U Testi sonuçları

Yaş Aralığı	N	Sıra Ortalaması	Sıra Toplamı	U	p
18-21	306	175,36	53660,0		
22 yaş ve üzeri	42	168,24	7066,0	6163,00	,665
Toplam	348				

Öğrencilerin yaşları ile hedef bağlılığı puanları arasında yapılan analiz sonrasında anlamlı bir farklılaşma olmadığı sonucu gözlenmiştir. Diğer taraftan bu kategoride, 18-21 yaş aralığında olan öğrencilerin sıra ortalamasının 22 yaş ve üzeri öğrencilerin sıra ortalamasından daha yüksek olduğu bulgulanmıştır.

Tablo 4. Öğrencilerin hedef bağlılığı puanlarının aile yapısı değişkenine göre Kruskal-Wallis H Testi sonuçları

Aile Yapısı	N	Sıra Ortalaması	X ²	p
Çekirdek	273	173,31		
Geniş	64	177,49	,256	,880
Parçalanmış	11	186,55		
Toplam	348			

Katılımcıların aile yapıları ile hedef bağlılığı düzeyleri arasında herhangi bir anlamlı farklılık olmadığı sonucu gözlenmekle birlikte, parçalanmış aile yapısına mensup öğrencilerin sıra ortalamalarının diğer grupların sıra ortalamasından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Tablo 5. Öğrencilerin hedef bağlılığı puanlarının aileleri ile birlikte ikamet edilen yerleşim yeri değişkenine göre Kruskal-Wallis H Testi sonuçları

Aile ile Birlikte İkamet Yeri	N	Sıra Ortalaması	X ²	p
Köy	67	178,93		
İlçe	96	179,20	,648	,723
Şehir	185	170,46		
Toplam	348			

Tablo 5 incelendiğinde, araştırmaya katılan öğrencilerin aileleriyle birlikte ikamet ettikleri yerleşim yerleri ile hedef bağlılığı puanları arasında anlamlı farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Bu kategoride, aileleriyle birlikte ilçede ikamet eden öğrencilerin sıra ortalamalarının diğer grupların sıra ortalamalarından daha yüksek olduğu görülmektedir.

Tablo 6. Öğrencilerin hedef bağlılığı puanlarının ailelerin aylık toplam gelirleri değişkenine göre Kruskal-Wallis H Testi sonuçları

Aylık Toplam Gelir	N	Sıra Ortalaması	X ²	p	fark
1500 TL ve altı (1)	66	172,01			
1501-2500 (2)	133	154,07			
2501-4000 (3)	125	149,15	7.993	,046	1<3
4001 TL ve üstü (4)	24	191,40			
Toplam	348				

Yapılan analiz sonuçlarına göre, katılımcıların ailelerinin aylık toplam gelirleri ile hedef bağlılığı puanları arasında anlamlı bir farklılaşma tespit edilmiştir. Elde edilen bu farklılaşma nedeniyle, gruplar arasında ikili karşılaştırma yapabilmek amacıyla yapılan Mann-Whitney U testi sonrasında, 2501-4000 TL arası gelire sahip ailelere mensup öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinin 1500 TL ve altında aylık toplam gelire sahip ailelere mensup öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinden yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

Tablo 7. Öğrencilerin hedef bağlılığı puanlarının kayıtlı oldukları bölümün önceden hedefleme durumu değişkenine göre Kruskal-Wallis H Testi sonuçları

Kayıtlı Olunan Bölümün Önceden Hedeflenip Hedeflenmediği	N	Sıra Ortalaması	X ²	p
Evet	89	186,85		
Hayır	157	169,32	1,999	,368
Emin değilim	102	169,94		
Toplam	348			

Araştırmaya katılan öğrencilerin, mevcutta kayıtlı oldukları bölümü önceden hedefleme durumları ile hedef bağlılığı düzeyleri arasında anlamlı farklılaşma olmadığı sonucu bulgulanmıştır. Bu kategoride elde edilen sonuçlar, ‘evet’ cevabını veren öğrencilerin sıra ortalamasının diğer grupların sıra ortalamasından daha yüksek olduğunu işaret etmektedir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Spor Bilimleri Fakültesi öğrencilerinin hedef bağlılığı düzeylerinin incelenmesi adlı çalışmamızda elde edilen sonuçlara göre, öğrencilerin cinsiyetleri ile hedef bağlılıkları arasında anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiş ve kadın öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinin erkek öğrencilerin hedef bağlılık düzeylerinden daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Literatür taramasında, çalışmamızın sonuçlarıyla benzerlik gösteren sonuçlar tespit edilmiştir. Çekçeoğlu (2019) tarafından gerçekleştirilen ‘Spor Yapan ve Spor Yapmayan Lise Öğrencilerinin Psikolojik Sağlık ve Hedef Bağlılık Düzeylerinin İncelenmesi’ adlı yüksek lisans çalışmasında, katılımcıların hedef bağlılık düzeyleri ile cinsiyetleri arasında anlamlı bir farklılık tespit edilmiş ve kadın öğrencilerin puan ortalamalarının erkeklere oranla daha yüksek olduğu sonucu elde edilmiştir.

Sandler’ın (2002) çalışmasındaki katılımcıların cinsiyetleri ile hedef bağlılığı arasında anlamlı bir farklılaşma olduğu tespiti, çalışmamız sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Ancak, Salim’in (2018) yapmış olduğu çalışmada hedef bağlılığı düzeyinin cinsiyete göre farklılaşmadığı rapor edilirken, Fishbach ve Dhar (2005), De Clercq, Menzies, Diochon ve Gasse (2009) ve Oettingen, Mayer, Timur Sevincer, Stephens, Pak ve Hagenah (2009) çalışmaları sonrasında hedef bağlılığı ile cinsiyet değişkeni arasında anlamlı bir farklılaşma olmadığını belirtmişlerdir. Bu sonuçlar, araştırmamızın sonucu ile çelişmektedir. Toplum tarafından biçilen rollerin ve kalıplaşmış yargıların etkisiyle, bireylerden beklenen davranış ve kişilik özellikleri cinsiyet farklılığıyla ilişkilendirilebilir. Özellikle erkek bireylerin hem fiziksel hem de psikolojik anlamda güçlü olmaları gerektiği algısı ve hedeflerini tüm zorluklara

rağmen gerçekleştirme zorunluluğu beklentisi (Savaş, 2018) bu anlamda erkeklerin kadınlara nazaran daha yüksek hedef bağlılığı düzeyine sahip olmaları sonucunu doğurabilir. Bu sebeple, erkek ve kadın sporcular arasında oluşan bu farklılığın kaynağı sosyokültürel bir temele dayandırılabilir.

Diğer taraftan, araştırma kapsamında yapılan istatistiksel acnalizler sonrasında 2501-4000 TL arası aylık toplam gelire sahip ailelere mensup öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinin 1500 TL ve altında gelire sahip ailelere mensup öğrencilerin hedef bağlılığı düzeylerinden daha yüksek olduğu gözlenmiştir. Bu durumda, kişilerin nispeten daha iyi ekonomik koşullarda yaşamlarını sürdürmelerinin bir hedef belirleme ve o hedefe bağlı kalma noktasında bir avantaj sağlayabileceği yorumu yapılabilir.

Araştırmamızın örneklem grubunu oluşturan öğrencilerin yaşları ile hedef bağlılıkları arasındaki farklılaşmayı incelemek üzere yapılan analiz sonrasında herhangi bir anlamlı bir farklılık tespit edilmemiştir. Çekceoğlu (2019) da hedef bağlılığı ile yaş değişkeni arasında anlamlı farklılık tespit edememiştir. Benzer şekilde Salim de (2018) Oryantiring sporcularının hedef bağlılıklarının yaş değişkenine göre farklılaşmadığı sonucuna ulaşmıştır. Bu sonuçlar, araştırmamızın sonucunda elde edilen sonuçla paralellik göstermektedir. Bu durumda, bireylerin hedeflerine olan bağlılık düzeylerinin zamana bağlı olarak değişim göstermediği ve hedef bağlılığı düzeyinin yaş dışında başkaca faktörlerce etkilenebileceği söylenebilir.

Araştırmamıza dâhil olan öğrencilerin aile yapıları ile hedef bağlılığı düzeyleri arasında anlamlı bir farklılık olmadığı görülürken parçalanmış aile yapısına mensup öğrencilerin sıra ortalamalarının diğer grupların sıra ortalamasından daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca yine öğrencilerin aileleriyle birlikte ikamet ettikleri yerleşim yerleri ile hedef bağlılığı puanları arasında anlamlı farklılık olmadığı ancak aileleriyle birlikte ilçede ikamet eden öğrencilerin sıra ortalamalarının diğer grupların sıra ortalamalarından daha yüksek olduğu bulgulanmıştır. Ayrıca çalışmamıza gönüllü olarak katılan öğrencilerin, mevcutta kayıtlı oldukları bölümü önceden hedefleme durumları ile hedef bağlılığı düzeyleri arasında anlamlı farklılaşma olmadığı; bu kategoride, önceden hedeflemiş olduğu bölümde öğrenim hayatına devam ettiğini beyan eden öğrencilerin sıra ortalamasının diğer grupların sıra ortalamasından göre daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Aile yapısı, ikamet edilen yerleşim birimi ve mevcut bölümün önceden hedeflenip hedeflenmediği kategorileriyle ilgili literatür taramasında herhangi bir çalışmaya rastlanılmamıştır. Ancak elde edilen bu sonuçlara göre, parçalanmış aile yapısına mensup olan veya aileleriyle birlikte ilçede ikamet eden öğrencilerin içinde buldukları kötü koşulları iyileştirme adına hedeflerine daha bağlı kaldıkları yorumu yapılabilir.

Hedef belirleme ve hedefe bağlılık noktasında stres, kaygı gibi psikolojik faktörlerin yanı sıra sosyokültürel ve sosyoekonomik yapılar da önemli etkenlerdir (Rader, 2005) Çalışmamızın sonrasında, bireysel farklılıklar da göz önünde bulundurularak, spor bilimleri fakültesi öğrencilerinin hedef bağlılığı düzeylerinin çeşitli sosyokültürel ve sosyoekonomik özelliklere göre farklılık gösterdiği sonucu elde edilmiştir.

ÖNERİLER

Çalışmamızı sonrasında elde edilen bulgular ışığında, hedef bağlılığı kavramının çok boyutlu olarak incelenmesi, bu konuda yapılan nicel çalışmalara ek olarak nitel ve karma yöntemle dayalı araştırmalara yer verilmesi; hedef bağlılığı envanterinin çeşitli değişkenlere göre zamana bağlı değişimini incelemek adına boylamsal çalışmaların yapılması; hedef bağlılığı envanterinin özsaygı, özgüven, güdülenme, kaygı düzeyi, başa çıkma ve optimal performans duygu durumu gibi farklı envanterlerle birlikte çalışılması; özellikle eğitimciler ve ailelerce hedef belirleme ve hedefe ulaşmada etkin olan kişinin bireyin kendisinin olduğu vurgulanması, bu sürecin çaba ve emek gerektirdiğinin önemi hatırlatılması ve hedefe ulaşmak kadar olası zorluklarla mücadele etmenin erdemli bir davranış olduğunun altının önemle altının çizilmesi önerilmektedir.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında yazarlar herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması olmadığını bildirmektedir.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı- MS; GB, İstatistik analiz- MS, Makalenin hazırlanması- MS, Verilerin Toplanması- AD.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Ağrı İbrahim Çeçen Üniversitesi, Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu

Tarih: 25.03.2021

Sayı/Karar No: 90

KAYNAKLAR

- Ames, C. & Archer, J. (1988). Achievement goals in the classroom: Students' learning strategies and motivation processes. *Journal of Educational Psychology*, 80(3), 260-267. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.80.3.260>
- Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology*, 84(3), 261-271. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.261>
- Arends, R. I. & Kilcher, A. (2010). *Teaching for student learning: Becoming an accomplished teacher*. New York: Routledge.
- Bursal, M. (2019). *SPSS ile temel veri analizleri*. Ankara: Anı Yayıncılık.
- Burton, B., Naylor, B. & Holliday, B. (2001). Goal setting in sport: Investigating the goal effectiveness paradox. In R. Singer, Hausenblas H.A, Janelle C.M (eds.), *Handbook of Sport Psychology*. New York: Wiley, 497-528.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö. E. Karadeniz, Ş. ve Demirel, F. (2012). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Pegem Akademi.
- Çekçeoğlu, H. (2019). *Spor yapan ve spor yapmayan lise öğrencilerinin psikolojik sağlık ve hedef bağlılık düzeylerinin incelenmesi*. Yüksek Lisans tezi, Karamanoğlu Mehmetbey Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Karaman.
- De Clercq, D., Menzies, T. V., Diochon, M. & Gasse, Y. (2009). Explaining nascent entrepreneurs goal commitment: An exploratory study. *Journal of Small Business and Entrepreneurship*, 22(2), 123-140. <https://doi.org/10.1080/08276331.2009.10593446>
- Efil, İ. (2006). *İşletmelerde yönetim ve organizasyon (8. Baskı)*. İstanbul: Alfa Akademi Basım Yayım Dağıtım.
- Fishbach, A. & Dhar, R. (2005). Goals as excuses or guides: The liberating effect of perceived goal progress on choice. *Journal of Consumer Research*, 32(3), 370-377. <https://doi.org/10.1086/497548>
- Hollenbeck, J. R., Williams, C. L. & Klein, H. J. (1989). An empirical examination of the antecedents of commitment to difficult goals. *Journal of Applied Psychology*, 74(1), 18-23. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.74.1.18>
- Kingston, K. M. & Wilson, K. M. (2010). The application of goal setting in sport. In Mellalieu S, Hanton S, (eds.) *Advances in applied sport psychology: A review*. Abingdon, UK: Routledge, 75-123.
- Klein, H. J., Wesson, M. J., Hollenbeck, J. R., Wright, P. M. & DeShon, R. P. (2001). The assessment of goal commitment: A measurement model meta-analysis. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 85(1), 32-55. <https://doi.org/10.1006/obhd.2000.2931>
- Klein, H.J. & Wright, P. (1994). Antecedents of goal commitment: An empirical examination of personal and situational factors. *Journal of Applied Social Psychology*, 24(2), 95-114. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.1994.tb00560.x>
- Koçel, T. (2001). *İşletme yöneticiliği (6. Baskı)*. İstanbul: Beta Yayınları.
- Latham, G. P. (2003). Goal setting: A five-step approach to behavior change. *Organizational Dynamics*. 32(3), 309-318. [https://doi.org/10.1016/S0090-2616\(03\)00028-7](https://doi.org/10.1016/S0090-2616(03)00028-7)
- Locke, E. A., Shaw, K. R, Saari, L. M. & Latham, G. P. (1981). Goal setting and task performance. *Psychological Bulletin*, 90(2), 125-152. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.90.1.125>
- Locke, E.A. & Latham, G.P. (2009). Has goal setting gone wild, or have its attackers abandoned good scholarship? *Academy of Management Perspectives*, 23(1), 17-23. <https://doi.org/10.5465/AMP.2009.37008000>
- Lunenburg, F. C. (2011). Goal-Setting theory of motivation. *International Journal of Management, Business, and Administration*, 15(1), 1-6.

- Nachmias, C. F. & Nachmias, D. (1996). *Research methods in the social sciences (5th ed.)*. New York: St. Martin's Press.
- Naylor, J. C. & Ilgen, D. R. (1984). Goal setting: A theoretical analysis of a motivation technology. *Research in Organizational Behavior*, 6, 95-140.
- Oettingen, G., Mayer, D., Timur Sevincer, A., Stephens, E. J., Pak, H. J. & Hagenah, M. (2009). Mental contrasting and goal commitment: The mediating role of energization. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 35(5), 608-622. <https://doi.org/10.1177/0146167208330856>
- Orlich, D. C., Harder, R. J., Callahan, R. C., Trevisan, M. S. & Brown, A. H. (2010). *Teaching strategies: A guide to effective instruction*. Boston: Wadsworth Cengage Learning.
- Pieschl, S., Stahl, E. & Bromme, R. (2013). Adaptation to context as core component of self-regulated learning: The example of complexity and epistemic beliefs. In Roger Azevedo & Vincent Aleven (Eds.), *International handbook of metacognition and learning technologies*, 53-65. https://doi.org/10.1007/978-1-4419-5546-3_4
- Pintrich, P. R. & Schunk, D. H. (2002). *Motivation in education: Theory, research, and applications (3rd ed.)*. NJ: Pearson/Merrill Prentice Hall.
- Pintrich, P. R. (2000). An achievement goal theory perspective on issues in motivation terminology, theory, and research. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 92-104. <https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1017>
- Rader, L.A. (2005). Goal setting for students and teachers six steps to success. *The Clearing House: A Journal of Educational Strategies, Issues and Ideas*, 78(3), 123-126. <https://doi.org/10.3200/TCHS.78.3.123-126>
- Sandler, M. E. (2002). A structural examination of academic integration, perceived stress, academic performance, and goal commitment from an elaborated model of adult student persistence. *The Annual Meeting of the American Educational Research Association*. New Orleans: LA.
- Salim, E. (2018). *Oryantiring sporcularında problem çözme becerisi ve hedef bağlılığının incelenmesi*. Yüksek Lisans Tezi, Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü Rekreasyon Anabilim Dalı, Muğla.
- Savaş, G. (2018). Türkiye’de yaşayan bireylerin toplumsal cinsiyet eşit(siz)liği algısı. *Akdeniz Kadın Çalışmaları ve Toplumsal Cinsiyet Dergisi*, 1(2), 101-121.
- Şenel, E. ve Yıldız, M. (2016). Hedef bağlılığı ölçeği: Türkçe uyarlaması, beden eğitimi ve spor alanında öğrenim gören öğrencilerde geçerlik ve güvenirlik çalışması. *CBÜ Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 11(2), 58-65
- Weldon, E. & Weingart, L. R. (1993). Group goals and group performance. *British Journal of Social Psychology*, 32(4), 307-334. <https://doi.org/10.1111/j.2044-8309.1993.tb01003.x>
- Wright, P. M., O’Leary-Kelly, A. M., Cortina, J. M., Klein, H. J. & Hollenbeck, J. R. (1994). On the meaning and measurement of goal commitment. *Journal of Applied Psychology*, 79(6), 795-803.



The Correct Use of Images with Child Protection in Sport

Özgün PARASIZ¹ , Alperen HALICI^{1*} , Mustafa Yaşar ŞAHİN¹ 

¹Gazi University, Faculty of Sport Sciences, Ankara, Turkey.

Original Article

Received: 02.04.2021

Accepted: 21.05.2021

DOI: 10.25307/jssr.908730

Online Publishing: 30.06.2021

Abstract

The aim of this research is to produce a study that will guide sports clubs and organizations to use photos and videos without harming and abuse children and to prepare regulations for the correct usage of images in child sports. In this study, document analysis technique from the qualitative research methods was used. For this purpose, the relevant regulations and practices of major national and international sports organizations which has implementation about child safeguarding in sports were examined in terms of general situation, basic principles, risks and measures in the usage of photography and video. Regulations on correct usage of photography and video of 16 different sports organizations from England, Ireland, the United States of America, Australia and New Zealand were included. The obtained data were analyzed using descriptive analysis method. The findings show that in the use of photography and video policies implemented by national and international sports organizations, precautions are taken to ensure that permission is sought from parents to use children's images, that personal information of children is not included in image sharing, and that inappropriate angles in photographs and video shoots are avoided. Finally, these policies ban the recording of images in locker rooms, health rooms etc. and it is forbidden to enter these areas with phones etc. that can record images.

Keywords: Image, Child protection in sports, Photograph and video usage.

Sporda Çocuk Koruma Kapsamında Görüntülerin Doğru Kullanımı

Öz

Bu araştırmanın amacı, spor kulüp ve organizasyonlarının çocuklara zarar vermeden ve istismar etmeden fotoğraf ve video kullanmalarına rehberlik edecek bir çalışma üretmek ve çocuk sporlarında görsellerin doğru kullanımına yönelik düzenlemeler hazırlamaktır. Nitel araştırma yöntemlerinden belge analizi tekniğinin kullanıldığı çalışmada İngiltere, İrlanda, Amerika Birleşik Devletleri, Avustralya ve Yeni Zelanda'dan 16 farklı spor organizasyonunun sporda çocuk koruma ile ilgili yönetmelik ve uygulamaları, fotoğraf ve video kullanımında genel durum, temel ilkeler, riskler ve önlemler açısından incelenmiştir. Elde edilen veriler betimsel analiz yöntemi kullanılarak analiz edilmiştir. Bulgular, ulusal ve uluslararası spor örgütleri tarafından uygulanan fotoğraf ve video politikalarında, çocukların görsellerinin kullanılması için ebeveynlerden izin alınması, görüntü paylaşımlarında çocukların kişisel bilgilerine yer verilmemesi ve fotoğraf ve video çekimlerinde uygunsuz açılardan kaçınılması gerektiğini göstermektedir. Ayrıca bu politikalar soyunma odaları, sağlık odaları gibi yerlerde görüntü kaydı yapılmasını ve bu alanlara telefon gibi görüntü kaydedebilen araçlarla giriş yapılmasını yasaklamaktadır.

Anahtar Kelimeler: Görsel, Sporda çocuk koruma, Fotoğraf ve video kullanımı.

* **Corresponding Author:** Res. Assist. Alperen Halıcı, E-mail: alperenhalici@gazi.edu.tr

INTRODUCTION

The ability of a society to develop and progress in all directions is determined by the development of the children who will shape its future in terms of physical, social and spiritual aspects. The most effective and important tool in children's social, mental, physical and moral development is sports (Brackenridge, Kay & Rhind, 2012; Brackenridge & Rhind, 2014; Mountjoy et al., 2016; Parasız, Şahin & Çelik, 2015). However, alongside all the individual and social benefits that sport offers, it also appears to foster opportunities for abuse due to its unique nature (Farstad, 2007; Parent & Demers, 2011). In a sports environment, children and young athletes can be subjected to words and behaviors that may disrupt their mental health and development whether through their trainers, coaches or managers, either willingly or unwittingly (Brackenridge & Telfer, 2010; Brackenridge et al., 2012; Halıcı, Parasız & Şahin, 2019; Mountjoy et al., 2016; Rhind, McDermott, Lambert & Koleva, 2015). As stated in Article 31 of the United Nations (UN) Convention on the Rights of the Child, the International Charter for Physical Education and Sports published by UNESCO in 1978 and Article 4 of the basic principles of Olympism published by the International Olympic Committee (IOC): *'it is the right of every child and the responsibility of the States parties to play sports and play in safe and suitable environments'*.

Starting from this point, the United Kingdom and other European Union countries and many developed countries such as Australia, USA, Canada and even some African countries made arrangements, based on these legal bases, for all stakeholders of sports, especially coaches, managers and parents by establishing "Child Protection Systems in Sports" among the sports managing public institutions, sports federations, sports clubs and all sports organizations where children participate (Boocock, 2002; Parasız et al., 2015). The importance of child protection to prevent, detect and report child abuse cases in all kinds of sports organizations where children participate, has become increasingly recognized in sports programs.

We are said to be living in the age of technology and communication. In a study on Internet use in 2019, it was determined that 57% of the world population uses the internet and 45% uses social media (Wearesocial, 2019). Along with the development and reduction in cost of communication technologies, the increasing use of social media and the desire to appear on social media have led to many factors that pose significant risks for children (Lilley, 2016). The most important of these risks is that all kinds of people can contact and communicate with children through social media and the Internet, without the control of their parents and that cautiously shared posts can lead to difficult situations to compensate for.

Sports clubs, sports federations and organizations use photographs and videos to promote and celebrate their athletes, events, announcements, and achievements. Some coaches also use photos and videos as a training method to support their athletes' skill development. However, the use of such photographs and videos and sharing them on websites and social media can pose significant direct and indirect risks for children if not managed properly. For example, these images can be used by child abusers as a means of reaching children easily. The visual information can be used by the abuser to establish a relationship of trust with the child, leaving the child vulnerable. Photographs taken from unsuitable angles and places can cause harm to the child, for example when it leads to cyberbullying. In addition, a shared image without taking

into account the basic principles of child protection in sports can cause significant emotional damage that can last for many years (Chase & Statham; 2005; CPSU, 2017). Just as photos and videos were first invented, the use of images in children's sports can be black and white. An image which is not used in the framework of child protection in sports standards can cause to child abuse and show its black face. But a properly use of images can produce profit and snow white results by serving promotion, incentive or even educational purposes.

For this reason, in order to protect children from all kinds of risks in all sports activities in which children participate, it has become mandatory to establish standards for collecting, recording and using images. These policies do not aim to eliminate or complicate communications that are designed to promote sport or celebrate sport achievements but rather, suggest a set of standards to reduce the risk of children being harmed through photography and video.

Accordingly, many international and national sports organizations who have implemented child protection in sports systems, especially in the UK, have set policies and standards for the use of photography and video. The aim of this research is to produce a study that will guide sports clubs and organizations to use photos and videos without harming and abuse children and to prepare regulations for on the correct use of images in child sports.

METHOD

Document analysis technique, one of the qualitative research methods, was used in this study, which was conducted to evaluate the policies and regulations of sports organizations regarding the use of photography and video. The regulations and practices of sports organizations were chosen from England, Ireland, the United States of America, Australia and New Zealand. While selecting these countries, it has been taken into account that safeguarding in sports practices and policies are common and that safeguarding in sport systems are functional (Lang and Hartill, 2015). In this context, regulations on correct usage of photography and video of 16 different sports organizations were included. Due to the saturation of the research data, the study was limited to 16 regulations. Descriptive analysis method was applied to the obtained findings. The findings were coded separately by the researchers, and the themes were reached by combining the obtained codes according to their common features.

Based on the findings obtained within the scope of the study, the relevant policies are basically divided into two parts: the first part covers the use of photographs and videos for athletes and the basic principles to be followed regarding the collection process of the visuals; the second part provides guidelines regarding visual content and the sharing process of that content. Under the theme of the process of collecting images; policy making, parent and child Permission, official determination, prohibited areas, and parents' responsibility were included. Under the theme of the sharing process, no descriptive information, suitable angles, appropriate clothing, and image, focusing on activity, visual security were included. The themes and codes were explained and interpreted in relation to each other and results were obtained. The themes created as a result of the analysis were examined, criticized and approved by two instructors working at the Faculty of Sport Sciences of Gazi University.

FINDINGS

Within the scope of child protection in sports, it is observed that countries such as England, USA, Canada and Australia but also many national and international sports organizations, sports federations, sports clubs and non-governmental organizations have established comprehensive policies and have put various principles and rules in place for the use of photographing and videoing child athletes.

Based on the findings obtained within the scope of the study, the relevant policies are basically divided into two parts: the first part covers the use of photographs and videos for athletes and the basic principles to be followed regarding the collection process of the visuals; the second part provides guidelines regarding visual content and the sharing process of that content.

Image collection process

Policy making

When the related policies of the sports organizations are required examined, it is observed that it is necessary to establish policies for sharing photos and videos and to inform everyone who comes into contact with children about these policies in order to eliminate risks (Arsenal, 2014; City Football, 2015; CPSU, 2017; England Football Association, 2019; England Table Tennis, 2017; Swim Ireland, 2016; United Kingdom Athletics, 2009; USA Gymnastics, 2017;). For example, the United Kingdom Athletic Association (2009) states that ‘*All athletics clubs and district associations should develop a policy on the use of children's images on their websites and other publications*’.

Parent and child permission

In child protection sports policies, the most important factor to be considered before the use of photographs or videos of children is the need to obtain permission from parents and children for the sharing of visuals. In this regard all sports organizations should create a photo and video use approval form so that consent can be obtained from both the child and the parent. Information on where, for what purpose and how long the images will be used should be included in the approval form (Arsenal, 2014; Australian Sports Commission, 2019; Basketball Ireland, 2013; British Gymnastics, 2009; CPSU, 2017; England Football Association, 2019; FIBA Oceania, 2014; Hockey Australia, 2015; Ireland, 2013; New Zealand Volleyball, 2018; Swim Ireland, 2016; USA Gymnastics, 2017; USA Swimming, 2019). For example, the International Oceania Basketball Federation (2014) states the obligation to ‘*obtain informed consent from the child and parent or guardian of the child before photographing or filming a child*’. The Australian Sports Commission (2019) expressed a similar view in its policies as ‘*Permission must be obtained from the athlete's parent before the photos are published. Make sure they are aware of what purpose the image will be used for*’. Furthermore, the Child Protection in Sport Unit (CPSU) of UK (2017) states if parents do not approve of the use of the images, it is the responsibility of the sports clubs are responsible to take the necessary precautions to avoid taking a close-up picture of those children.

Official determination

Another issue to be considered in the use of photographs and videos of children is the process of determining who will be responsible for the recording of these visuals. Child protection sports policies state that the individuals who will record the visuals during a sport event should be determined beforehand and that these individuals should be informed about the appropriate standards and contents in the photography and video recording, within the framework of child protection in sports policies. Such a policy should also state that all visuals taken remain the property of the organization, cannot be used for any other purpose (notably, they cannot be sold) and that confidentiality should be ensured (Chelsea, 2016; CPSU, 2017; England Football Association, 2019; England Table Tennis, 2017; FIBA Oceania, 2014; Gymnastics Victoria, 2015). For example, the policy of England Football Association (2019) states that *'If you are commissioning a professional photographer, clearly state your expectations. Provide a clear summary of what is appropriate in terms of content and behavior. Inform them about your club's commitments to protect children and youth and determine who will keep the recorded visuals and what they want to do with them'*.

Prohibited areas

Such policies will also specify the areas and places where images can or cannot be taken. Pursuant to these policies, photographs and video recordings are not allowed in private areas such as toilets, locker rooms, etc. where athletes have privacy (Arsenal, 2014; Australian Sports Commission, 2019; Chelsea, 2016; City Football, 2015; CPSU, 2017; England Football Association, 2019; Hockey Australia, 2015; Swim Ireland, 2016; USA Gymnastics, 2017). For example, the Ireland Swimming Association (2016) prohibits photography and video recording in areas such as toilets, dressing rooms, physical therapy rooms. In addition, the Australian Sports Commission (2019) states in its relevant policies that photographs, and video recordings should not be taken outside the venue or at an athlete's home.

Parental responsibility

Within the scope of photograph and video policies, parents of the child athletes also have some responsibilities. The child and parent have the right to decide on whether they consent to the taking of photographs and video recording and then to how they are used. For this reason, parents are required to inform their sports clubs as to whether their child consents to the recording and then publishing of the images (Arsenal, 2014; Australian Sports Commission, 2019; Basketball Ireland, 2013; British Gymnastics, 2009; City Football, 2015; England Football Association, 2019; FIBA Oceania, 2014; Hockey Australia, 2015; New Zealand, 2018; Swim Ireland, 2016; USA Swimming, 2019). The US Swimming Federation (2019) policies explain this as *'A parent or guardian has a right of refuse to have children photographed. For this reason, before posting the photo, parental consent should be received, preferably in writing'*. There are also cases where it is forbidden to take any images in line with witness protection, child custody, etc. and it is stated as the responsibility of the parent to report such situations to the sports organization.

There are also limitations on the use of images that parents are allowed to take at sports events and inside organizations. Parents are allowed to photograph from the audience areas but not

allowed to take pictures from the competition area (Victoria, 2006). The Irish Basketball Federation, on the other hand, states that the audience or parents should first obtain permission from the club for any visual shoot. In related policies, parents are told not to share images that contain personal information about their or others' children on social media and that they are responsible for the negative consequences that may arise due to the sharing of these images (CPSU, 2017).

Content and sharing process of images

As well as following the basic principles and methods in the process of collecting visuals in child protection policies in sports, sports organizations should also take provide information about the kind of content that is permissible and the process of sharing the visual content.

No descriptive information

Regarding the sharing or publishing of visual content related to sports activities and organizations in which children participate, almost every policy highlights the need to avoid including personal and descriptive information about the children. Thus, the inclusion of descriptive information such as children's full name, phone numbers, addresses, hobbies etc. is explicitly prohibited in most sports organization policies (Australian Sports Commission, 2019; FIBA Oceania, 2014; Arsenal, 2014; Chelsea, 2016; City Football, 2015; England Football Association, 2019; England Table Tennis, 2017; Hockey Australia, 2015; Swim Ireland, 2016; United Kingdom Athletics, 2009; USA Swimming, 2019). For example, their child protection policy, Chelsea football club (2016) states that '*No images of children featured in Club publications will be accompanied by personal details such as their home address*' while the Australian Hockey Federation (2015) requests that '*When using images, avoid typing the name of the athlete. If this is not possible, avoid using the first and last name together*'. CPSU (2017), on the other hand, states that a child's name can be used in exceptional situations, where it is in the child's benefit or if the child or parent give their permission.

Suitable angles

One of the most common standards with regards to the content of visuals related to the sports activities and organizations of child athletes is that they should be taken from appropriate angles. In this regard, it is expressly forbidden by many sports organizations to shoot visuals from image angles that are prone to misinterpretation and misuse, such as bending forward, opening legs (CPSU, 2017; Gymnastics Victoria, 2015; Swim Ireland, 2016; USA Gymnastics, 2017). In its policy, the American Gymnastics Federation (2017) has banned the sharing of visuals in which the genital area is prominent.

Appropriate clothing and image

The need to avoid visuals that may adversely affect children features in the policies of many sports organizations (Arsenal, 2014; City Football, 2015; CPSU, 2017; England Football Association, 2019; FIBA Oceania, 2014; Gymnastics Victoria, 2015; United Kingdom Athletics, 2009; USA Gymnastics, 2017). This does not just pertain to visual angles but also to what the athletes might be wearing. To reduce the risk of inappropriate use of images, some organizations stipulate that only images of players with suitable apparel (tracksuits or

competition suits) can be used (British Gymnastics, 2009; CPSU, 2017; FIBA Oceania, 2014; England Football Association, 2019; Swim Ireland, 2016). FIBA Oceania (2014) includes this in its policy as follows: ‘*Children should be adequately clothed and not in poses that could be seen as sexually suggestive*’. Additionally, the England Football Association (2019) policy states that images of athletes wearing jewelry despite being against the rules should not be used.

Focus on activity

Another prominent guideline regarding the content of the visuals is the requirement to focus on the activity rather than the children when recording images of children doing sports (Australian Sports Commission, 2019; Arsenal, 2014; CPSU, 2017; England Football Association, 2019; England Table Tennis, 2017; Swim Ireland, 2016; USA Gymnastics, 2017; United Kingdom Athletics, 2009).

The sports policy of the CPSU (2017) in this regard is as follows: ‘*Activities such as swimming, gymnastics and athletics present a higher risk for potential misuse than others; therefore, instead of showing the entire body and face of children, these activities should use visuals in the water and focus on the activity rather than a particular child*’. The wording in the United Kingdom Athletic Federation (2009) policy is as follows: ‘*Try to focus on the activity rather than a specific child and use photos that represent the broad mass of children involved in athletics as much as possible*’.

Visual security

Another important consideration is the safe storage of images after the recording and use of children's images are also among the important issues (Australian Sports Commission, 2019; Arsenal, 2014; CPSU, 2017; England Football Association, 2019; United Kingdom Athletics, 2009). In order to ensure that photographs and video recordings of children doing sports do not end up in the hands of unauthorized individuals, the UK Child Protection in Sport Unit (2017) emphasizes the need to keep photographs and video recordings of children in a safe environment. Accordingly, it is stated that visuals should not be stored in unencrypted portable devices such as laptops, memory cards or mobile phones. The Australian Government (2019) has ruled that the direct copying of images by another source should be restricted.

DISCUSSION

This document analysis shows that many national and international sports organizations, but particularly sports organizations of developed countries such as England, Canada, Australia, New Zealand, USA, etc. have policies regarding the sharing of photographs and video footage within the scope of child protection in sports. The analysis shows that the findings can be classified into two categories: the process of collecting the images and the content and the process of sharing the images.

In terms of the content of the policies for sharing photographs and video footage of children playing sports, all organizations that offer sports activities in which children participate need

to have a policy in place. As stated in Article 3 of the United Nations (UN) Convention on the Rights of the Child, “parties are responsible for developing appropriate guiding principles to protect child against information and documents that may harm the child's well-being”. Therefore, every sports organization needs to have such policies in place and needs to ensure that all staff, volunteers, audience, children and parents are aware the policy.

According to the findings, permission must be obtained from parents and children before images are collected. To this end, many sports organizations have created a detailed photo and video use approval form. The content of this form includes information on where, for what purpose and for how long the photograph and/or video recording will be used. Collecting and sharing images without permission may in some cases put children in a difficult and even dangerous situation. For example, sharing the image of a child in local authority care may have particularly damaging consequences as their may be legal restrictions due to domestic violence or s/he may be a witness in criminal proceedings (CPSU, 2017; England Football Association, 2019). In addition, a parent may not want their child's image to be used as an advertising medium.

In its recommendation on Children's Rights in the Digital World (2018), the Council of Europe has also indicated the need for parental consent. Specifically, it states that the ‘*processing of personal data should only be possible with the clear and informed consent of children and/or their parents or legal representatives*’. In Article 8 of the European Union General Data Protection Regulation, there are regulations regarding the processing of data pertaining to people under the age of 16. According to this regulation, in order to publish visuals of children under the age of 16, permission must be obtained from the person who has custody rights over the child. When looked specifically at the Republic of Turkey; In Article 5 of the Law on the Protection of Personal Data, there is a provision that "Personal data cannot be processed without the express consent of the data subject". In addition, according to Article 10, it is stated that the data controller is obliged to inform and information should be given about the purpose for which the data will be used. For this reason, it is imperative for sports organizations to have an approval form so that consent can be obtained formally from children's parents before the taking of any photographs and/or video recordings.

Based on this analysis, it is clear that policies regarding photography and video use within sports organizations forbid the recording of images in some areas of sports facilities and activities. So for example, images cannot be taken in areas such as toilets, dressing rooms and physical therapy rooms. In addition, care must be taken that with images taken from angles that might be misinterpreted and therefore misused, such as bending forward or opening legs, positions that arise due to the nature of the sport. These policies are important as part of the prevention of cyber-bullying that children can be subjected to in the internet environment. Studies show that a central cyber-bullying tool, defined as deliberate harmful behavior using electronic devices (Baker & Kavşut, 2007), is photography and video (Aslan & Doğan, 2017; Baker & Kavşut, 2007; Kalender, Keser & Tugun, 2019; NCH & Tesco Mobile, 2005). For example, one in ten children who participated in a research study conducted by NCH (2005) stated that their pictures were taken by phone and 17% of them were sent to others. In research carried out by Baker and Kavşut, 8% of the participants stated that they were cyberbullied through photography. Feelings of depression, low self-esteem, fear, self-indulgence, etc. can

be experienced more intensely in children who are victims of cyber bullying (Baker & Kavşut, 2007; Kalender et al., 2019). Also, recorded images can be used by malicious people to force a child into unwanted sexual activity (CPSU, 2017). For this reason, sports organizations have the responsibility to take the necessary precautions in order to protect child athletes by showing the necessary sensitivity in sharing photos and videos.

One of the most important factors to be considered in the process of sharing visuals that any information that might identify the child needs to be removed. Thus, many sports organizations prohibit any information about a child, including full name, phone numbers, school and home addresses, hobbies, phobias, etc. when sharing visual content with the child's full name, phone numbers, school and home addresses, hobbies, phobias, etc. According to a study conducted in 2004, children were questioned about personal information: 70% stated that they would share personal information on the internet to win a prize and 46% reported having previously released information to a person they had met online (Dombrowski, Gischlar & Durst, 2007). Giving personal information may cause children to be subjected to the type of abuse called "grooming". Grooming is defined as the abuse of children whom abusers meet in a virtual environment in a process and then in a virtual or real world (Bükre, Özlem & Deniz, 2017; Chase & Statham; 2005; NSPCC, 2019; Wurtele & Kenny, 2016). In grooming, the aim is to prepare the child for the abuse process by gaining their trust (Brackenridge & Fastina, 2005; Bükre et al., 2017; Gönültaş, 2016). The abuser learns what children like and dislike, are concerned about and fear and uses this knowledge to persuade the child to engage in sexual intimacy (Gönültaş, 2016). According to an earlier study on 202 child victims' forensic notifications (Gönültaş, 2013), almost 70% of the children had undergone a certain process (deception, bribery, promises, etc.) by the perpetrator before the abuse began. According to the data of NSPCC, more than 5,000 grooming cases took place in England and Wales between September 2017 and March 2019. Reference to grooming appears in the policy of the Australian Hockey Federation (2015) '*We will not provide information about the child's hobbies, interests, school and such, because this information can be used by pedophilia or other people as a grooming tool*'. England Football Federation (2019) also makes reference to grooming, stating that giving descriptive information of child athletes can be used as a grooming tool. Clearly, any personal information that is provided when sharing the images of child athletes can make the child identifiable. The abuser who has obtained descriptive information can then use this to gain the trust of the child, making the abuse of that child easier. It is therefore important not to include children's personal information in the content of photograph and video sharing.

Ensuring that images are stored securely after recording is also an aspect that is specified in the policies of photography and video use which were analyzed for this research. According to the European Union General Data Protection Regulation, the data controller must take security measures in order to prevent possible risks to the data. Indeed, sports organizations have a legal obligation to take necessary measures such as keeping children's photos and video recordings in a safe environment and reducing direct copying in order to ensure the safety and privacy of children's images.

CONCLUSION

The research findings have determined that many of the world's leading national and international sports organizations have policies regarding photographs and videos of child athletes and their usage, within the framework of the child protection in sports.

Analysis of international policies shows that these policies are generally described as having two dimensions including the process of collecting the images and the content and the process of sharing the images.

As the basic principles related to the process of collecting the visuals:

- Requesting permission from parents to take and use images,
- Informing parents about how, where and for what purpose the images can be used,
- Determination of the individuals who will take the visual shots,
- Informing the officials about appropriate standards and contents when taking photographs and videos.
- Not allowing the taking of pictures of the athletes in privacy areas such as toilets and locker rooms or entry into these areas with devices that record images.

Regarding the Content and Sharing Process of the Images;

- Focusing on the activity rather than the children during the event,
- Taking care to record the visuals from appropriate angles,
- Avoiding visuals that may adversely affect children's image,
- Ensuring the privacy and security of photograph and video recordings,
- Not including descriptive or personal information of children when sharing visuals sharing.

The measures explained above for the use of photography and video take place within the organizational hierarchy in the form of a pyramid structuring, which is a characteristic feature of sports organization. Therefore, child protection policies in sports determined by international sports federations and the policies related to the use of photography and video within these policies, actually concern the federations and clubs of all member states of these federations. Therefore, it should be mandatory for any sports organizations to take measures regarding the sharing of photographs and videos and to implement a policy related to them within the framework of the general policies of their state and the principles of the international sports organizations to which it is affiliated.

Declaration of Conflicting Interests

The author declared no potential conflicts of interest with respect to the research, authorship, and/ or publication of this article.

Authors' contributions

AH and ÖP analyzed the data and was primarily responsible for writing the manuscript. MYŞ was involved in conceptualization of the project, writing, and reviewing the final manuscript. All authors read and approved the final manuscript.

REFERENCES

- Arsenal Football Club (2014). Safeguarding children and young people policy & procedures. https://www.arsenal.com/sites/default/files/documents/Safeguarding_Children_and_Young_1.pdf, Date of access:12.02.2019.
- Aslan, A. & Doğan, Ö. B. (2017). Çevrimiçi şiddet: Bir siber zorbalık alanı olarak “potinss” örneği [Online violence: The case of “potinss” as a cyber-bullying space]. *Marmara İletişim Dergisi*, 27, 95-119. <https://doi.org/10.17829/midr.20172729524>.
- Australian Sports Commission (2019). Guidelines on the use of images of children. http://websites.sportstg.com/get_file.cgi?id=2409780, Date of access:15.02.2019.
- Baker, E. Ö. & Kavşut, F. (2007). Akran zorbalığının yeni yüzü: siber zorbalık [Cyber bullying: a new face of peer bullying]. *Eurasian Journal of Educational Research (EJER)*, 27, 31-42.
- Basketball Ireland (2013). Basketball Ireland code of ethics for children’s sport. <https://www.dlbb.ie/Documents/pdfs/basketball-ireland-code-of-ethics-for-childrens-sport.pdf>, Date of access:12.12.2019.
- Birleşmiş Milletler Çocuk Haklarına Dair Sözleşme [The United Nations Convention on the Rights of the Child] (1990). https://www.unicefturk.org/public/uploads/files/UNICEF_CocukHaklarınaDairSozlesme.pdf, Date of access:12.02.2019.
- Boocock, S. (2002). The child protection in sport unit. *Journal of Sexual Aggression*, 8(2), 99-106. <https://doi.org/10.1080/13552600208413342>.
- Bostancı, N., Albayrak, B., Bakoğlu, İ. & Çoban, Ş. (2006). Üniversite öğrencilerinde çocukluk çağı travmalarının depresif belirtileri üzerine etkisi [The effects of childhood traumas on depressive symptoms in university students] *New Symposium Journal*, 44(2), 189- 95
- Brackenridge, C. & Fasting, K. (2005). The grooming process in sport: Narratives of sexual harassment and abuse. *Auto/Biography*, 13(1), 33-52.
- Brackenridge, C. H., Kay, T. & Rhind, D. (2012). *Sport, children's rights and violence prevention: A source book on global issues and local programmes*. London: Brunel University Press.
- Brackenridge, C. H. & Rhind, D. (2014). Child protection in sport: Reflections on thirty years of science and activism. *Social Sciences*, 3(3), 326-340. <https://doi.org/10.3390/socsci3030326>.
- Brackenridge, C. H. & Telfer, H. (2010). Child protection and sports development. B. Houlihan and M. Green (Ed.), In *Routledge Handbook of Sports Development* (pp. 467-479). London: Routledge.
- British Gymnastics (2009). *Safeguarding & protecting children policy*. <http://www.bginsurance.org/Portals/0/Documents/Safeguarding%20and%20Protecting%20Children%20Policy-2009.pdf>, Date of access:12.12.2019.
- Bükre, Ç., Özlem, S. & Deniz, Ç. (2017). Adı: Meraklı, soyadı: Çocuk, durum: Çevrimiçi, sonuç: Grooming, internette çocuk istismarı [Curious, surname: child, situation: online, conclusion: grooming, online child abuse]. *Journal of Current Pediatrics/Guncel Pediatri*, 15(3), 87-97.
- Chase, E. & Statham, J. (2005). Commercial and sexual exploitation of children and young people in the UK-A review. *Child Abuse Review*, 14, 4-25. <https://doi.org/10.1002/car.881>.
- Chelsea Football Club (2016). *Safeguarding children policy & proedures*. <https://prod-content.cdn.chelseafc.com/content/dam/documents/Misc/Chelsea%20FC%20%20Safeguarding%20Children%20Policy.pdf>, Date of access:12.02.2019.
- Child Protection in Sport Unit (CPSU) (2017). *Photography*. <https://thecpsu.org.uk/help-advice/topics/photography/>, Date of access:15.02.2019.
- City Football (2015). *Group safeguarding policy and mandatory guidance*. <https://www.melbournecityfc.com.au/sites/mcy/files/201807/Group%20Safeguarding%20Policy%20%281%29.pdf>, Date of access:16.12.2019.

- Dombrowski, S. C., Gischlar, K. L. & Durst, T. (2007). Safeguarding young people from cyber pornography and cyber sexual predation: A major dilemma of the Internet. *Child Abuse Review*, 16(3), 153-170. <https://doi.org/10.1002/car.939>.
- England Football Association (2019). *Celebrating football through photographs and video*. <http://www.thefa.com/football-rules-governance/safeguarding/best-practice-downloads>, Date of access:15.02.2019.
- England Table Tennis (2017). *Photography and use of cameras/videos including mobile phones guidelines*. <https://tabletennisengland.co.uk/wp-content/uploads/2016/02/photography-guidelines-january-issue-two.pdf>, Date of access: 15.02.2019.
- European Union (2018). *Recommendation of the committee of ministers to member states on guidelines to respect, protect and fulfil the rights of the child in the digital environment*. https://search.coe.int/cm/Pages/result_details.aspx?ObjectId=09000016808b79f7, Date of access: 15.02.2019.
- Farstad, S. (2007). Protecting children's rights in sport: the use of minimum age. *Human Rights Law Commentary*, 3, 1-20.
- FIBA Oceania (2014). *FIBA Oceania child protection policy*. http://websites.sportstg.com/get_file.cgi?id=3091976, Date of access:15.02.2019.
- General Data Protection Regulation (2016). <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/EN/TXT/PDF/?uri=CELEX:32016R0679>, Date of access:17.02.2020.
- Gönültaş, B. M. (2013). *Çocuğa yönelik cinsel şiddet olaylarında olay kurgusunda ve şüpheli ifadelerindeki ortak özelliklerin incelenmesi [The examination of common features of suspects' expressions and the construction of sexual violence cases against children]*. Yayınlanmamış Doktora Tezi, İstanbul Üniversitesi Adli Tıp Enstitüsü, İstanbul.
- Gönültaş, B. M. (2016). Cinsel istismarcıların çocuklara yaklaşım metot ve teknikleri [Modus operandi of sexual abusers and their grooming techniques]. *Zeitschrift für die Welt der Türken*, 8(1), 289-305.
- Gymnastics Victoria (2015). *Photographic and filming policy*. http://gymnastics.org.au/images/vic/About%20Us/Policies/15XX_Photographic%20Policy%202015_01.pdf, Date of access:15.02.2019.
- Halıcı, A., Parasız, Ö. & Şahin, M. Y. (2019). *Sporda çocuk istismarı türlerinin sınıflandırılması [Classification of child abuse types in sports]*. 3. Akademik Spor Araştırmaları Kongresi (300-310), Batum.
- Hockey Australia (2015). *Hockey Australia limited (ha) member protection policy*. <http://membership.hockeyvictoria.org.au/wp-content/uploads/2019/10/2015-Hockey-Australia-Member-Protection-Policy-V9-FINAL.pdf>, Date of access:10.12.2019.
- Kalender, M. K., Keser, H. & Tugun, V. (2019). Ortaokul ve lise öğrencilerinin siber zorbalık görüşleri, deneyimleri ve müdahale davranışları [Middle and high school students' opinions, experiences and responses regarding to cyberbullying]. *Eğitim ve Bilim*, 44, 183-200. <http://doi.org/10.15390/EB.2019.7820>.
- Kişisel Verilerin Korunması Kanunu [Turkish Personal Data Protection Law] (2016). Kanun No: 6698, Sayı: 29677, Cilt: 57.
- Lang, M. & Hartill, M. (2015). *Safeguarding, child protection and abuse in sport: international perspectives in research, policy and practice*. New York: Routledge.
- Lilley, C. M. (2016). The role of technology in managing people who have been convicted of internet child abuse image offences. *Child Abuse Review*, 25(5), 386-398. <https://doi.org/10.1002/car.2444>.
- MacAuley, D. (1996). Child abuse in sport. *British Journal of Sports Medicine*, 30(4), 275-276. <https://doi.org/10.1136/bjism.30.4.275-a>.

- Mountjoy, M., Brackenridge, C., Arrington, M., Blauwet, C., Carska-Sheppard, A., Fasting, K. & Starr, K. (2016). International Olympic Committee consensus statement: Harassment and abuse (non-accidental violence) in sport. *British Journal of Sports Medicine*, 50(17), 1019-1029. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2016-096121>.
- NCH ve TESCO Mobile (2005). *Putting u in the picture mobile bullying survey 2005*. https://www.bienestaryproteccioninfantil.es/imagenes/tablaContenidos03SubSec/mobile_bullying_report.pdf, Date of access:15.12.2019.
- New Zealand Volleyball (2018). *Child protection policy*. <https://www.volleyballnz.org.nz/media/attachments/2018/09/03/vnz-child-protection-policy-2018-1-2.pdf>, Date of access: 08.12.2019.
- NSPCC (2019). Over 5,000 online grooming offences recorded in 18 months. <https://www.nspcc.org.uk/what-we-do/news-opinion/over-5000-grooming-offences-recorded-18-months/>, Date of access: 08.12.2019.
- NSPCC. What is grooming? <https://www.nspcc.org.uk/what-we-do/news-opinion/over-5000-grooming-offences-recorded-18-months/>, Date of access:17.12.2019.
- Parasız, Ö., Şahin, M. Y. & Çelik, A. (2015). Sporda çocuk koruma programı uygulamaları: İngiltere örneği [Child protection program implementations in sport management]. *International Journal of Science Culture and Sport (IntJSCS)* 3, 2148-1148. <https://doi.org/10.14486/IJSCS329>.
- Parent, S. & Demers, G. (2011). Sexual abuse in sport: a model to prevent and protect athletes. *Child Abuse Review*, 20(2), 120-133. <https://doi.org/10.1002/car.1135>.
- Rhind, D., McDermott, J., Lambert, E. & Koleva, I. (2015). A review of safeguarding cases in sport. *Child Abuse Review*, 24(6), 418-426. <https://doi.org/10.1002/car.2306>.
- Swim Ireland (2016). *Filming and photography policy*. <http://www.swimireland.ie/files/documents/Filming-and-Photography-Policy-April-2016.pdf>, Date of access: 15.02.2019.
- United Kingdom Athletics (2009). *Guidelines for the use of photographic & video images of children/young people under the age of 18*. <https://www.uka.org.uk/governance/policies/use-of-photographic-video-images-of-children-young-people-under-the-age-of-18/>, Date of access:15.02.2019.
- USA Gymnastics (2017). *USA gymnastics safe sport policy*. <https://usagym.org/PDFs/safesport/policy.pdf>, Date of access:10.12.2019.
- USA Swimming (2019). *Model photography policies*. https://www.usaswimming.org/docs/default-source/safe-sportdocuments/club-toolkit/1.-policies-and-guidelines/model-policy_photography.pdf, Date of access:15.02.2019.
- Weare (2019). The Global state of digital in October 2019. <https://wearesocial.com/blog/2019/10/the-global-state-of-digital-in-october-2019>, Date of access:13.12.2019.
- Wurtele, S. K. & Kenny, M. C. (2016). Technology-Related sexual solicitation of adolescents: a review of prevention efforts. *Child Abuse Review*, 25, 332-344. <https://doi.org/10.1002/car.2445>.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International license**.

İş Tatmini ve Sanal Kaytarma Davranışının Örgütsel Yabancılaşma Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*

Fatih Umut ALTINIŞIK¹ , Zeynep ONAĞ^{2†} 

¹Gençlik ve Spor İl Müdürlüğü, Manisa.

²Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Spor, Bilimleri Fakültesi, Manisa.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 06.04.2021

Kabul Tarihi: 22.05.2021

DOI: 10.25307/jssr.910809

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Bu çalışmanın amacı, iş tatmini ve sanal kaytarma davranışının örgütsel yabancılaşma üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Araştırmada, nicel araştırma yöntemlerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Çalışmanın araştırma grubu, amaçlı örneklem yöntemi kullanılarak belirlenmiştir. Araştırmanın çalışma grubu, Ege Bölgesindeki Gençlik ve Spor Bakanlığına bağlı spor örgütlerinde, en az 1 yıldır çalışan, yaşları 21 ile 50 arasında değişen, araştırmaya gönüllü olarak katılmayı kabul eden, 91 (%47.90) sportif eğitim uzmanı, 43 (%22.60) uzman ve 56 (%29.50) spor eğitim uzmanı olmak üzere toplam 190 personeldir. Araştırmada verileri elde edebilmek için, Öricü ve Yıldız'ın (2014) "Sanal Kaytarma Ölçeği", Spector' un (1985) yılında geliştirdiği ve Türkçe'ye uyarlaması Yelboğa (2009) tarafından yapılan "iş memnuniyeti ölçeği" ve Mottaz'ın (1981) yılında geliştirdiği ve Türkçe'ye uyarlaması Uysaler (2010) tarafından yapılmış "örgütsel yabancılaşma ölçeği" ile araştırmacılar tarafından hazırlanmış kişisel bilgi formu kullanılmıştır. Verilerin analizinde, tanımlayıcı istatistiksel yöntemler, güvenilirlik analizi, faktör analizi, pearson korelasyon ve basit doğrusal regresyon analizi kullanılmıştır. Araştırmanın sonucunda, iş tatmininin örgütsel yabancılaşma üzerinde negatif, sanal kaytarma davranışının ise örgütsel yabancılaşma üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bu sonuçlar neticesinde, yöneticilere, kurumlarında çalışan, personellerinin örgütsel yabancılaşma davranışlarını azaltabilmeleri için; çalışanların, iş tatminlerini arttırmaya ve sanal kaytarma davranışlarını azaltmaya yönelik çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Anahtar kelimeler: İş Tatmini, Sanal Kaytarma, Örgütsel Yabancılaşma.

Investigation of the Effect of Job Satisfaction and Cyberloafing on Organizational Alienation

Abstract

The purpose of this study is to examine the effects of job satisfaction and cyberloafing behaviour on organizational alienation. As a quantitative research method, relational survey model was used for the research. The research group of the study was determined using the purposeful sampling method. The study group of the research, who has been working in sports organizations affiliated to the ministry of youth and sports in the Aegean Region for at least 1 year, aged between 21 and 50, who voluntarily agree to participate in the research, 91 (47.90%) physical education expert, 43 (22.60%) experts and 56 (29.50%) sports training experts a total of 190 staff. In order to obtain the data for the research; In order to obtain the data for the research; The "Cyberloafing Scale" developed by Öricü and Yıldız (2014), the "Job Satisfaction Scale" developed by Spector (1985) and adapted into Turkish by Yelboğa (2009) and Mottaz's (1981) "Organizational Alienation Scale" adapted in to Turkish by Uysaler (2010) as well as the personal information form prepared by the authors was used. Descriptive statistical methods, correlation analysis and regression analysis were used to analyze of data. As a result of the research, it was concluded that job satisfaction has a negative effect on organizational alienation, while cyber loafing has a positive significant effect on organizational alienation. As a result of these results, it's recommended that the managers will reduce the organizational alienation behaviors of their employees, if they should make some applications about increasing job satisfaction and decreasing the cyber loafing behaviors of employees.

Keywords: Job Satisfaction, Cyberloafing, Organizational Alienation.

*Bu çalışma, MCBÜ Sosyal Bilimler Enstitüsü, Spor Yöneticiliği ABD'nda, birinci yazarın ikinci yazar danışmanlığında hazırladığı "Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüklerinde Çalışan Personelin İş Tatmini ve Sanal Kaytarma Davranışının Örgütsel Yabancılaşma Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi: Ege Bölgesi Örneği" başlıklı yüksek lisans tezinden üretilmiştir.

†Sorumlu yazar: Dr. Öğr. Üyesi Zeynep ONAĞ, E-posta: zeyneponag@gmail.com

GİRİŞ

İşletmeler, etkili ve verimli çalışanlara sahip olmakla beraber, personel devir hızını da düşürmek isterler. Benzer şekilde çalışanlar da işletmelerinde ve çalıştıkları kurumlarda uzun yıllar çalışmak istemektedirler. Bunu sağlayan unsurlara bakıldığında karşımıza iş memnuniyeti çıkmaktadır. Spector (1997) iş memnuniyetini, insanların işlerinden kaynaklanan memnuniyet ile memnuniyetsizlikleri arasındaki mesafe olarak tanımlamaktadır. Koca ve Yıldız'a (2018) göre, iş memnuniyeti, kişilerin örgütlerindeki performanslarını ve örgütlerine olan bağlılıklarını arttırmaktadır. İş tatmininin personel ve örgüt özelinde önemli bir yeri vardır. İnsanlar yaşamlarında kendilerine uygun bir işde çalışmayı ve yaptıkları işlerde hem kendilerine hem de çevrelerine karşı başarılı olma gayreti içerisinde olurlar. İnsanlar günlük yaşantılarının büyük kısmını iş yerlerinde geçirirler. Herzberg (1968), insanların yaptıkları işleri sadece ücret almak için değerlendirmediklerini ortaya koymaktadır. Kişinin aldığı ücret, amir-memur ilişkisi, iş sağlığı ve güvenliği gibi etmenlerin bireyi güdülemediğini fakat bu etmenleri yok saymanın da mümkün olmadığını öne sürmüştür. Bununla beraber, kişinin iş tatminini arttıran en önemli etmenlerin, işin niteliği, sorumluluk ve ilerleme imkânları, statü elde etme, başarıma, tanınma gibi etmenleri kabul etmiştir (Öztürk ve Özdemir, 2003: 191). Ancak örgüt içerisinde bireyden, gruplardan ya da örgütsel yapılardan kaynaklı olarak bireyler işletmelerinde veya kurumlarında iş tatminsizliği yaşamaktadırlar (Özkalp ve Kırel, 2013). Yaşanılan iş tatmini ya da tatminsizliğinin sonucunda çalışanlar bazı davranışlar geliştirmektedirler. Bu davranışlar incelendiğinde, çalışanların iş tatmini yaşadığında, ayrılma niyetleri düşmekte (Yıldız, 2014) devamsızlık oranları azaltmakta, örgütsel bağlılıkları artmaktadır. Bununla beraber iş tatmini yaşamayan çalışanlar ise, örgütlerinden uzaklaşmakta, sessizleşmekte, kronikleşen devamsızlıklar yapmaya başlamakta bunun sonucunda da iş yerinden ayrılma niyeti yaşamaya başlamaktadırlar.

Bununla birlikte, çalışanlar iş tatminsizliği yaşadığı durumlarda örgütlerine karşı yabancılaşmaya da başlamaktadırlar. Yabancılaşma davranışı, alanyazında hastalık olarak tanımlanmakta ve bireyin çevresinden uzaklaşmasını, kopmasını, kişinin kendisini yalnız, soyutlanmış ve yabancı hissetmesini ifade etmektedir (Fettahlıoğlu, 2006: 35). Çalışanların örgütlerine olan yabancılaşmalarına etki eden unsurlar incelendiğinde; bu unsurların, örgütsel unsurlar ve çevresel unsurlar olmak üzere ikiye ayrıldığı görülmektedir. Örgütsel unsurlar; yönetim tarzı, geçmiş olaylar ve deneyimler, örgüt büyüklüğü, yetki devri, uzman personel, bilgi akışı, grup özellikleri, modüler ilişkiler, üretim biçimi, iş bölümü, çalışma koşulları, inanç ve tutumlar olurken çevresel unsurların, ekonomik yapı, kentleşme ve sosyal çözülme, politik ve hukuki yapı toplumsal ve kültürel yapı, sanayileşme, sendikal örgütlenmeler, kitle iletişim araçları ve teknolojik yapı olduğu görülmektedir (Demirel ve Ünal, 2011).

Teknolojik yapıdaki gelişmeler, günümüzde bazı işletmelerin sanal olarak çalışmasına imkan sağlamıştır. Ancak, bu tür işletmeler iyi organize edilmediğinde sanal kaytarma davranışı meydana gelmektedir (Örücü ve Yıldız, 2014). Sanal kaytarma bilgisayar ve internetin genel anlamda iş hedefli kullanılması olarak ifade edilebilir. İnternetin çalışma ortamında kullanılması iletişim açısından ciddi anlamda kolaylık sağlamaktadır. Bu bağlamda iş yerinde internetin kullanılması hem çalışanlar arasındaki iletişimi basitleştirir hem de o iş yerinde ortaya çıkacak gereksiz işlerin engellenmesine olanak sağlamaktadır (Örücü ve Yıldız, 2014).

Anandarajan ve Simmers (2004: 19) sanal kaytarma davranışını, mesai saatleri içerisinde örgüte ait olan kaynağın iş dışı faaliyetler için kullanılmasıyla ortaya çıkan istekli davranışlar olarak

tanımlarken (Candan ve İnce, 2016); Örcü ve Yıldız (2014: 99) sanal kaytarma davranışını; iş yapmak için kullanılan gereçlerin bireysel amaçlar doğrultusunda kullanılması olarak ifade etmektedirler. Özkalp, Aydın ve Tekeli (2012), ise, bu kavramı, özel hayat ve çalışma hayatında teknolojinin çok fazla kullanılmasından dolayı personellerin interneti amacı dışında kullanarak kaytarma yapmaları olarak tanımlamaktadır. Andranjan ve Simmers (2004) yaptıkları çalışmada sanal kaytarma olgusunu; faydalı, zararlı ve serbest zaman dolduran olmak üzere üç boyutta incelemiştir. Robinson ve Benett (1995) ise sanal kaytarmayı faydalı ve önemsiz biçiminde iki boyutta ele alıp incelemiştir. Öte yandan Lim (2002) tarafından yapılan araştırmada da sanal kaytarma faaliyetlerini e-posta ve internette sörf şeklinde ele aldığı görülmüştür.

Örgüt içinde sanal kaytarma davranışlarının takibi konusunda kurumlar tarafından çeşitli tedbirler alınmasına rağmen, kaytarmanın hukuksal açıdan ne gibi sonuçlar ortaya çıkaracağı çalışanlar tarafından yeterince bilinmemektedir. Hukuksal boyut ile ilgili yapılacak olan yeterli bilgilendirmenin gerek örgüt gerekse personel açısından son derece faydalı olacağı söylenebilmektedir. Çünkü örgütün personelin işine son vereceği durumların neler olduğunun çalışanlar açısından bilinmesi işletmenin devamlılığı ve verimi açısından çok önemlidir (Yıldız ve Yıldız, 2015).

Çalışanlar, sanal kaytarma davranışını gerçekleştirdiklerinde iş ile ilgili gereklilikleri yerine getirememekle beraber, işlerinden ve örgütlerinden uzaklaşarak yabancılaşmaya başlayacaklardır. Bunun sonucunda, çalışanlar verilen görevleri istenilen düzeyde yerine getiremeyecekler ve bu durum performans düşüklüğüne yol açacaktır. Çalışan bireylerin örgütlerinden yabancılaşmaya neden olan unsurlar değerlendirildiğinde, örgütsel yabancılaşmayı etkileyen dışsal faktörler olarak, çevresel faktörlerde yer alan teknolojik gelişmeler ve kitle iletişim araçlarının yabancılaşmanın ortaya çıkmasında etkili olduğundan (Demirel ve Ünal, 2011) bu çalışmada çevresel faktör değişkenlerinden biri olan teknoloji kavramı sanal kaytarma davranışı içerisinde değerlendirilerek incelenmeye çalışılmıştır.

Çalışmada, iş tatmini, sanal kaytarma ve örgütsel yabancılaşma kavramları spor örgütleri çerçevesinde ele alınıp incelenecektir. Bu bağlamda bu araştırmanın amacı, Gençlik ve Spor İl Müdürlüklerinde Sportif Eğitim Uzmanı, Spor Eğitim Uzmanı ve Uzman olarak çalışan personelin iş tatmini ve sanal kaytarma davranışlarının örgütsel yabancılaşma üzerindeki etkisini ortaya çıkartmaktır. Bu doğrultuda araştırmada aşağıdaki hipotezler test edilmiştir.

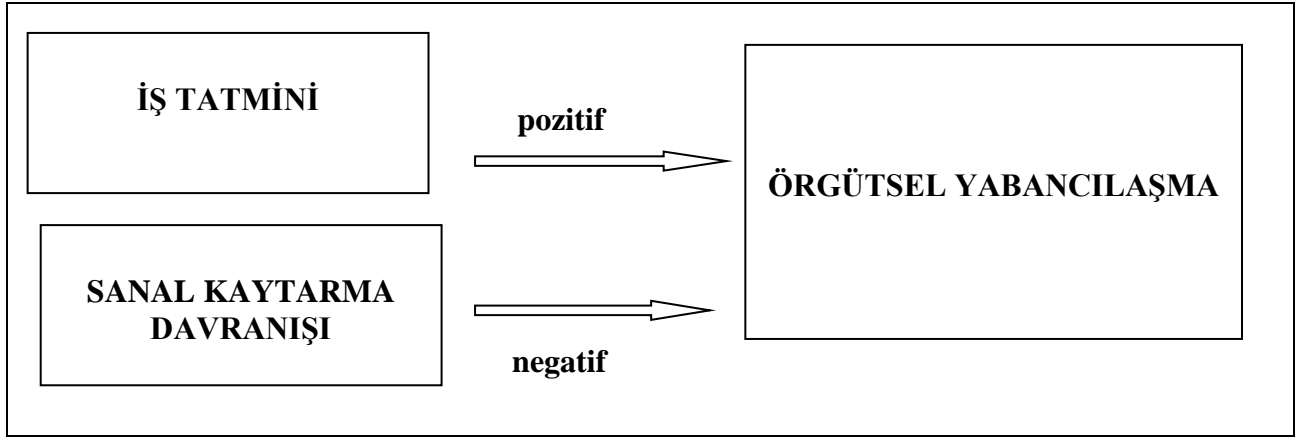
H1: İş tatmininin örgütsel yabancılaşma üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkisi vardır.

H2: Sanal kaytarma davranışının örgütsel yabancılaşma üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkisi vardır.

YÖNTEM

Araştırmanın Modeli

Bu araştırmada, nicel araştırma yöntemleri içerisinde yer alan, genel tarama modellerinden ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. Genel tarama modelinde, evren hakkında genel bir yargıya varmak isteniyorsa, evrenin tamamı ya da ondan alınacak bir grup örnek ya da örneklem üzerinde tarama yapılmaktadır. İlişkisel tarama modelinde, değişkenlerin birlikte değişip değişmediği; değişimin olduğu durumlarda, bu değişimin nasıl olduğu saptanmaya çalışılmaktadır (Karasar, 2011).



Şekil 1. Araştırmanın Modeli

Çalışma Grubu

Araştırmanın çalışma grubu, amaçlı örneklem yöntemi kullanılarak belirlenen, Ege Bölgesinde yer alan Manisa, İzmir, Aydın, Muğla, Uşak, Denizli, Kütahya ve Afyon illerinde uzman, spor eğitim uzmanı ve sportif eğitim uzmanı olarak çalışan ve araştırmaya gönüllü olarak katılan 190 Gençlik Hizmetleri ve Spor İl Müdürlüğü personelidir. Araştırmaya katılan katılımcıların; 63'ü (%33,20) kadın, 127'si (%66,80) erkektir. Yaşları 21 ve 50 arasında değişmektedir. 120'si (%88,40) evli, 70'i (%36,80) bekar. Eğitim durumlarına göre, %88,40'ı (168 kişi) lisans, %11,60'ı (22 kişi) lisans üstü eğitime sahiptir. Kurumda çalışma sürelerine göre en fazla 1-5 yıldır çalışan (81 kişi %42,60) personel bulunmaktadır. Çalışanların ünvanlarına göre dağılımlarına bakıldığında; 91 (%47,90) sportif eğitim uzmanı, 43 (%22,60) uzman ve 56 (%29,50) spor eğitim uzmanı olduğu görülmektedir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada, Sanal Kaytarma Ölçeği, İş Tatmini Ölçeği ve Örgütsel Yabancılaşma Ölçeği ve kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

Sanal Kaytarma Ölçeği: Sanal Kaytarma davranışlarını ölçmek için; Örcü ve Yıldız'ın (2014) "İş yerinde Kişisel İnternet ve Teknoloji Kullanımı: Sanal Kaytarma" çalışmalarında kullandıkları "Sanal Kaytarma Ölçeği" kullanılmıştır. Bu ölçek; Lim (2002), Blanchard ve Henle (2008) ile Özkalp, Aydın ve Tekeli'nin (2012) çalışmalarından yararlanılarak hazırlanmıştır. Ölçek önemli sanal kaytarma (8 madde/1-8 maddeler) ve önemsiz sanal kaytarma (6 madde /9-14 maddeler) olmak üzere 2 boyut ve 14 maddeden oluşmaktadır. Ölçek, "Hiç bir zaman" ile "Her zaman" arasında değişen 5'li Likert tipi bir ölçek ile derecelendirilmiştir. Ölçeğin güvenilirlik düzeyi 0,88'dir (Lim, 2002).

Spor ortamına uyarlamak için yapılan analiz sonuçlarına göre KMO (Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy) değeri 0.73, Barlett Testi ise 1072.482 bulunmuştur ($p < 0.001$). Varimax döndürme işlemi sonucunda, ölçeğin 2 faktör yapısına sahip olduğu görülmüştür. İki faktör tarafından açıklanan toplam varyans % 50.09'dur. Temel bileşenler analizine göre önemli sanal kaytarmanın özdeğeri 3.791 açıkladığı varyans % 29.16, önemsiz sanal kaytarmanın özdeğeri 2.720 ve açıkladığı Varyans % 20.92'dir. Yapılan analizler neticesinde; 10. madde faktör olarak iki boyuta da yüklendiği için ölçekten çıkartılmıştır. Sonuç olarak, ölçek 2 boyut, önemli sanal kaytarma (8 madde/1-2-3-4-5-8-9-11) ve önemsiz sanal kaytarma (5 madde /6-7-12-13-14) olmak üzere 13 maddeden oluşmuştur.

Örgütsel Yabancılaşma Ölçeği: Örgütsel yabancılaşma davranışlarını ölçmek için, Mottaz'ın (1981) geliştirdiği ve Türkçe'ye uyarlaması Uysaler (2010) tarafından yapılan "örgütsel yabancılaşma ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek, 3 alt boyutu olan 21 maddelik bir ölçektir. Ölçeğin alt boyutları; Güçsüzleşme (1, 2, 3, 4, 5, 6, 7), Anlamsızlaşma (8, 9, 10, 11, 12, 13, 14) ve Kendine yabancılaşma (15, 16, 17, 18, 19, 20, 21) dir. Ölçekte, her madde "Hiç katılmıyorum" ile "Tamamen katılıyorum" arasında derecelendirilmiştir. Ölçeğin güvenilirlik düzeyi 0,78' dir (Uysaler, 2010).

Çalışma kapsamına alınan örneklemin yeterliliğini belirlemek amacıyla yapılan analiz sonuçlarına göre KMO değeri 0.72, Barlett Testi ise 2353.534 değeri ile anlamlı bulunmuştur ($p < 0.001$). Varimax döndürme işlemi sonucunda, ölçeğin 3 boyutlu yapısını koruduğu görülmüştür. Ancak, 5. madde, güçsüzleşme ve anlamsızlaşma boyutlarının her ikisine de yüklendiği için çalışmadan çıkartılmıştır. Yapılan analizler neticesinde ölçek, Anlamsızlaşma-Kendine Yabancılaşma (9 madde / 8-9-12-13-14-15-16-17-18), Güçsüzleşme - Kendine Yabancılaşma (7 madde/1-2-3-4-19-20-21) ve Güçsüzleşme ve Anlamsızlaşma (4 madde/6-7-10-11) olmak üzere 3 boyut ve 20 maddeli bir yapıya kavuşmuştur.

İş Tatmini Ölçeği: Çalışanların, iş memnuniyet düzeylerini ölçmek için ise Spector (1985) tarafından geliştirilen ve Türkçe'ye Yelboğa (2009) tarafından uyarlanan 36 maddeden oluşan "iş memnuniyeti ölçeği" kullanılmıştır. Ölçek, "Ücret", "Yükselme olanakları", "Denetim" (ilk amirle olan ilişkilerden sağlanan doyum), "Sosyal haklar", "Performansa dayalı ödüllendirme", "İşin yapılma şekli" (kural ve prosedürlerle ilgili doyum), "Çalışma arkadaşları", "İşin yapısı" ve "İletişim" olmak üzere dokuz alt boyuttan oluşmakta ve her boyut dört madde içermekte olup ölçek toplamda 36 maddeden oluşmaktadır. Ölçekte, her madde "1- Hiç katılmıyorum" ile "5- Tamamen katılıyorum" arasında derecelendirilmiştir. Ölçeğin güvenilirlik düzeyi 0,88' dir (Spector, 1985). Yelboğa'nın (2009) Cronbach alfa katsayısıyla belirlenen iç tutarlılık güvenirliliği 0,78' dir.

İş tatmini ölçeğinin, KMO değeri 0.80, Barlett Testi de anlamlı (4698.865) bulunmuştur ($p < 0.001$). Varimax döndürme işlemi sonucunda, ölçeğin 6 faktör yapısına sahip olduğu bulunmuştur. Yapılan güvenirlilik ve faktör analizleri neticesinde 7 madde (6-9-14-16-21-22-23) ölçekten çıkartılmıştır.

Temel Bileşenler Analizi uygulanan yirmi dokuz maddenin öz değeri 1,00' den büyük olan 6 faktör altında toplandığı görülmüştür. Altı faktör tarafından açıklanan toplam varyans %73.15' dir. Temel Bileşenler Analizine göre birinci faktörün sırasıyla özdeğeri 7.378 açıkladığı varyans %25.44, ikinci faktörün 4,23, %14.57 üçüncü faktörün 2.874, % 9.91, dördüncü faktörün 2.326 , % 8.02, beşinci faktörün 2.278, %7.86 ve son olarak altıncı faktörün 2.132 %7.35' dir. Analiz sonucunda, iş tatmini ölçeği; İşin doğası (11 madde/2-4-10-19-24-26-29-31-32-34-36), Çalışma arkadaşları ve Denetim (6 madde/5-7-20-25-30-35), Ücrete beğli sosyal haklar ve İlerleme (3 madde/13-28-33) Denetime bağlı iletişim (3 madde/ 8-12-18), Denetime bağlı yükselme olanakları (2 madde/3-11) ve İşin yapısı ve ücret (4 madde/1-15-17-27) olmak üzere 6 boyutlu ve 29 maddeden oluşan bir yapıya sahip olmuştur.

Kişisel Bilgi Formu: Cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu ve unvan gibi değişkenleri kapsamaktadır.

Ölçeklerin Güvenirlik Analizleri

Güvenirlik analizinde, Cronbach (1951) tarafından geliştirilen alfa katsayısı yöntemi kullanılmıştır. Bu yöntemde, maddeler, 1-3, 1-4, 1-5 gibi puanlandığında, kullanılması uygun olan bir iç tutarlılık tahmin yöntemidir. Bu nedende, bu çalışmadaki güvenilirlik puanları iç tutarlık puanları olarak değerlendirilmiştir.

Tablo 1. Sanal kaytarma, örgütsel yabancılaşma, iş memnuniyeti ölçekleri ve alt boyutlarının güvenilirlik analizi tablosu

Boyut	Madde Sayısı	Cronbach Alfa
Sanal Kaytarma	13	0,75
Önemli Sanal Kaytarma	8	0,72
Önemsiz Sanal Kaytarma	5	0,72
Örgütsel Yabancılaşma	20	0,82
Anlamsızlaşma- Kendine	9	0,90
Güçsüzleşme-Kendine Yabancılaşma	7	0,74
Güçsüzleşme- Anlamsızlaşma	4	0,70
İş Memnuniyeti Ölçeği	29	0,90
İşin Doğası	11	0,95
Çalışma Arkadaşları ve Denetim	6	0,69
Ücrete Bağlı Sosyal Haklar ve İlerleme	3	0,82
Denetime Bağlı İletişim	3	0,79
Denetime Bağlı Yükselme Olanakları	2	0,78
İşin Yapısı ve Ücret	4	0,68

Araştırmada yer alan değişkenlerin güvenilirlik katsayıları incelendiğinde, İç tutarlık katsayısının örgütsel yabancılaşma 0,82 ile sanal kaytarma 0,75 ve iş memnuniyeti ölçeğinin iç tutarlık katsayısının 0,90 olduğu görülmektedir. Bu sonuç doğrultusunda, ölçeklerin yüksek düzeyde güvenilir olduğu söylenebilmektedir.

Araştırma Etiği

Bu çalışmaya ilişkin etik onay, Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Komisyonu'nun 12/01/2017 tarih ve 100-1/4 sayılı karar toplantısı ile alınmıştır.

Verilerin Toplanması

Verilerin elde edilebilmesi için öncelikle kurumlardan gerekli izinler alınmış, sonrasında anket formları illerdeki personel birimindeki kişilere iletilmiş ve anket hakkında bilgi verilmiştir. Anketlerin uygulanması tamamlandıktan sonra anketler, Manisa ve İzmir illeri dışındaki müdürlüklerden posta yolu ile toplanmıştır.

Verilerin Analizi

Veriler, SPSS 22 paket programı kullanılarak analiz edilmiştir. Verilerin geçerliliğini ortaya koyabilmek amacı ile, Varimax döndürülmüş temel bileşenler faktör analizi, güvenilirliğe kanıt sağlamak amacıyla Cronbach Alpha testi, verilerin normal dağılım gösterip göstermediğini belirleyebilmek için normallik testleri, tanımlayıcı istatistikler, değişkenler arasındaki ilişkiyi belirleyebilmek için Pearson korelasyon testi ve etkiyi belirleyebilmek için basit doğrusal regresyon analizi yapılmıştır.

BULGULAR

Tablo 2. İş memnuniyeti ölçeğinden alınan puanların örgütsel yabancılaşma ölçeği puanlarını yordama durumu (n=190)

Değişken	B	SH	β	t	p
Örgütsel Yabancılaşma	5,017	,129		38,941	,000
İşin doğası	-,033	,032	-,069	-1,026	,306
Çalışma arkadaşları ve denetim	-,175	,043	-,262	-4,034	,000
Ücrete bağlı sosyal haklar ve ilerleme	-,321	,036	-,542	-8,986	,000
Denetime bağlı iletişim	-,029	-,032	-,062	-,901	,369
Denetime bağlı yükselme olanakları	,018	,025	,040	,703	,483
İşin yapısı ve ücret	-,049	,029	-,085	-1,698	,091

F = 42,366, p < 0,00; R = ,763, R² = ,581

İşin doğası, Çalışma arkadaşları ve denetim, Ücrete bağlı sosyal haklar ve ilerleme, Denetime bağlı ilerleme, Denetime bağlı iletişim, İşin yapısı ve ücret değişkenleriyle birlikte, personelin iş tatmini puanları ile yüksek düzeyde ve anlamlı bir ilişki vermektedir (R= ,763, R² = ,581, p<0,00). Çalışma arkadaşları ve denetim ve ücrete bağlı sosyal haklar ve ilerleme ile birlikte örgütsel yabancılaşmadaki toplam varyansın yaklaşık %58'ini karşılamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin iş tatmini üzerindeki görece önem sırası; ücrete bağlı sosyal haklar ve ilerleme, çalışma arkadaşları ve denetim, işin yapısı ve ücret, işin doğası, denetime bağlı ilerleme, denetime bağlı iletişimdir. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, sadece çalışma arkadaşları ve denetim ile ücrete bağlı sosyal haklar ve ilerleme değişkenlerinin örgütsel yabancılaşma üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Ancak, işin doğası, denetime bağlı iletişim, denetime bağlı yükselme olanakları ile işin yapısı ve ücret değişkenlerinin örgütsel yabancılaşma üzerinde önemli bir etkiye sahip olmadığı görülmektedir. Bu sonuçlar ışığında, iş tatmininin örgütsel yabancılaşma üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkisi vardır olan H1 hipotezi kabul edilmiştir.

Tablo 3. Sanal kaytarma ölçeğinden alınan puanların örgütsel yabancılaşma ölçeği puanlarını yordama durumu (n=190)

Değişken	B	SH	β	t	p
Örgütsel Yabancılaşma	,517	0,146		4,214	0,00
Önemli Sanal Kaytarma	,639	,031	,732	20,332	0,00
Önemsiz Sanal Kaytarma	,204	,024	,310	8,616	0,00

F =340,102, p < 0,00; R = ,886, R² = ,784

Tablo 3 incelendiğinde, önemli ve önemsiz sanal kaytarma değişkenleri, personelin örgütsel yabancılaşma puanları ile yüksek düzeyde ve anlamlı bir ilişki vermektedir (R=,886, R² =,784, p<0,00). Değişkenler, toplam varyansın yaklaşık %78'ini karşılamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin örgütsel yabancılaşma üzerindeki görece önem sırası; önemli sanal kaytarma ve önemsiz sanal kaytarmadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, önemli ve önemsiz sanal kaytarma değişkenlerinin örgütsel yabancılaşma üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Bu sonuçlar neticesinde, Sanal kaytarma davranışının örgütsel yabancılaşma üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkisi vardır hipotezi kabul edilmiştir.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu araştırmanın amacı, iş tatmini ve sanal kayıtarma davranışının örgütsel yabancılaşma üzerindeki etkisinin incelenmesidir. Araştırmanın sonucunda, iş tatmininin örgütsel yabancılaşma üzerinde negatif, sanal kayıtarma davranışının ise örgütsel yabancılaşma davranışı üzerinde pozitif yönde anlamlı bir etkisinin olduğu sonucuna ulaşılmıştır

Analiz sonuçlarına göre, iş tatmini alt boyutlarının örgütsel yabancılaşma üzerinde negatif yönde anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Başka bir ifade ile çalışanların iş tatmini arttıkça örgütlerine olan yabancılaşmaları da artmaktadır. Alt boyutlar değerlendirildiğinde, İşin doğası, Çalışma arkadaşları ve denetim, Ücrete bağlı sosyal haklar ve ilerleme, Denetime bağlı iletişim, İşin yapısı ve ücret değişkenleri birlikte, personelin iş tatmini puanları ile yüksek düzeyde ve anlamlı bir ilişki vermektedir ($R=,763$, $R^2=,581$, $p<0,00$). Çalışma arkadaşları ve denetim ile ücrete bağlı sosyal haklar ve ilerleme değişkenleri birlikte örgütsel yabancılaşmadaki toplam varyansın yaklaşık %58'ini karşılamaktadırlar. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, sadece çalışma arkadaşları ve denetim ile ücrete bağlı sosyal haklar ve ilerleme değişkenlerinin örgütsel yabancılaşma üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir.

Araştırma sonuçları, Yalçın ve Koyuncu'nun (2014) özel sektör çalışanları üzerinde yapmış olduğu çalışma sonuçları ile paralellik göstermektedir. Parsak (2010), yapmış olduğu araştırmada iş tatmini ve örgütsel yabancılaşma arasında negatif yönlü anlamlı bir ilişki bulmuş ve çalışanların iş tatminlerinin arttıkça örgütsel yabancılaşmalarının azaldığı sonucunu ortaya koymuştur. Uysaler (2010), yapmış olduğu araştırma sonucunda da araştırma sonuçları ile benzer şekilde, çalışanların iş tatmininin arttıkça örgütsel yabancılaşma davranışının azaldığı hipotezini kabul etmiştir. Bu sonuçlar neticesinde, çalışanların iş yerlerinde tatminsizlik yaşadıkları durumlarda örgütlerine karşı yabancılaştıklarını söylemek mümkündür. Çünkü, tatmin olmayan çalışanlar, örgütlerine olan beklentilerini ve isteklerini kaybetmekte buna bağlı olarak da örgütlerine karşı yabancılık hissi duyabilmektedirler.

Analiz sonuçlarına göre, önemli ve önemsiz sanal kayıtarma değişkenleri birlikte, personelin örgütsel yabancılaşma puanları ile yüksek düzeyde ve anlamlı bir ilişki vermektedir ($R=,886$, $R^2 = ,784$, $p<0,00$). Önemli ve önemsiz sanal kayıtarma değişkenleri örgütsel yabancılaşmadaki toplam varyansın yaklaşık %78'ini karşılamaktadır. Standardize edilmiş regresyon katsayısına (β) göre, yordayıcı değişkenlerin örgütsel yabancılaşma üzerindeki görece önem sırası; önemli sanal kayıtarma ve önemsiz sanal kaytarmadır. Regresyon katsayılarının anlamlılığına ilişkin t-testi sonuçları incelendiğinde ise, önemli ve önemsiz sanal kayıtarma değişkenlerinin örgütsel yabancılaşma üzerinde anlamlı bir yordayıcı olduğu görülmektedir. Bu sonuç neticesinde, sanal kayıtarmasının örgütsel yabancılaşma üzerinde pozitif yönlü anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Başka bir ifade ile, çalışanların sanal kayıtarma davranışları arttıkça, örgüte karşı olan yabancılaşmaları da artmaktadır.

Babadağ (2018), işe yabancılaşmanın sanal kayıtarma üzerindeki etkisini incelemiş ve işe yabancılaşmanın sanal kaytarmayı ve sanal kayıtarmasının alt boyutları olan önemli ve önemsiz sanal kaytarmayı pozitif yönde ve anlamlı olarak etkilediği sonucuna ulaşmıştır. Babadağ (2018), işe yabancılaşmayı, birçok olumsuz sonuca neden olan bir duygu olarak değerlendirmektedir. Ona göre, çalışanlar, işe yabancılaşmaya başladığı zaman, yaptığı işi anlamsız görmeye başlayacak ve buna bağlı olarak da bireyin iş tatmini, örgütsel bağlılığı azalacak, tükenmişlik duygusu ve stresi

artacaktır. En nihayetinde de örgütten uzaklaşacak ve örgütsel yabancılaşma davranışı ortaya çıkacaktır. Bu sonuçlar neticesinde, örgüt içerisinde çalışan bireylerin, örgütlerindeki sanal kaytarma davranışları arttıkça örgütlerine olan yabancılaşmalarının da artacağını söylemek mümkündür.

Araştırmada, iş tatmini ve örgütsel yabancılaşma arasındaki ilişki ve etki değerlendirildiğinde, iş tatmini ile örgütsel yabancılaşma arasında negatif yönlü bir ilişki görülmektedir. Bu doğrultuda çalışanların iş tatmini arttıkça örgüte karşı olan yabancılaşmaları azalmaktadır. Bu bağlamda, kurum yöneticilerine çalışanlarının iş tatminleri arttırmaya yönelik, özendirici motivasyon araçları geliştirmeleri ve ödül sistemlerini düzenlemelerini ve çalışanlarının iş tatminini arttırıcı çalışmalar yapılması önerilmektedir.

Araştırmanın sonucunda, çalışanların sanal kaytarma davranışlarının örgütsel yabancılaşmaları üzerinde pozitif yönlü, anlamlı bir etkisinin olduğu görülmektedir. Bu sonuç neticesinde; çalışanların sanal kaytarma davranışlarının arttıkça, örgüte yabancılaşmalarının da o yönde arttığı görülmektedir. Buna bağlı olarak, Gençlik ve Spor İl Müdürlüğünde alışan yöneticilerin çalışanlarının önemli veya önemsiz sanal kaytarma yapmalarını önleyici yapılanmalara gitmeleri önerilmektedir.

ıkar atışması: Çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar atışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı- FUA; ZO: 1. ve 2. yazarlar tarafından gerçekleştirilmiştir İstatistik analiz- ZO: 2.Yazar tarafından gerçekleştirilmiştir. Makalenin hazırlanması- FUA; ZO: 1. ve 2. yazarlar tarafından gerçekleştirilmiştir. Verilerin Toplanması- FUA: 1. yazar tarafından gerçekleştirilmiştir.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Manisa Celal Bayar Üniversitesi Sosyal ve Beşeri Bilimler Etik Komisyonu

Tarih: 12/01/2017

Sayı/Karar No: 100-1/4

KAYNAKLAR

- Anandarajan, M. & Simmers, C. A. (2004). Constructive and dysfunctional personal web usage in the workplace: Mapping employee attitudes. In M. Anandarajan and C. Simmers (Eds.), *Personal web usage in workplace: A guide to effective human resources management* (p.1-27). Melbourne: Information science publishing.
- Babadag, M. (2018). İşe yabancılaşmanın sanal kaytarma üzerindeki etkisi. *Balıkesir Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 21(39), 207-239
- Blanchard, A.L. & Henle, C.A. (2008). Correlates of different forms of cyberloafing: The role of norms and external locus of control. *Computers in Human Behavior*, 24(3), 1067-1084.
- Candan, H. ve İnce, M. (2016). Siber kaytarma ve örgütsel bağlılık arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik emniyet çalışanları üzerine bir araştırma. *Niğde Üniversitesi İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 9 (1), 229-235.
- Cronbach, L. J. (1951). Coefficient alpha and the internal structure of tests. *Psychometrika*, 16(3), 297-334.
- Demirel, G. ve Ünal, A. (2011). Meslek yüksekokullarında turizm eğitimi alan öğrencileri örgütsel yabancılaşma eğilimlerini belirlemeye yönelik bir araştırma: Pınarhisar MYO örneği, II. *Uluslararası VI. Ulusal Meslek Yüksekokulları Sempozyumu*.
- Fettahlioğlu, T. (2006). *Örgütlerde yabancılaşmanın yönetimi: Kahramanmaraş özel işletme ve kamu kuruluşlarında karşılaştırmalı bir araştırma*, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Kahramanmaraş: Kahramanmaraş Sütçü İmam Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Herzberg, F. (1968). *One more time: How do you motivate employees* (Vol.65). Boston, MA: Harvard Business Review.
- Karasar, N. (2011). *Bilimsel araştırma yöntemleri*. Ankara: Nobel Yayınları.
- Koca, S. ve Yıldız, S.M. (2018). Futbol hakemlerini strese iten faktörler, iş tatmini ve iş performansı ilişkisinin incelenmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 3(2), 195-207.
- Lim, V. K. G. (2002). The IT way of loafing on the job: Cyberloafing, neutralizing and organizational justice. *Journal of Organizational Behavior*, 23, 675-694.
- Mottaz, C. J. (1981). Some determinants of work alienation. *The Sociological Quarterly*, 22(4), 515-529.
- Örücü, E. ve Yıldız, H. (2014). İşyerinde kişisel internet ve teknoloji kullanımı: Sanal kaytarma. *Ege Akademik Bakış*, 14(1), 99-114.
- Özkalp, E., Aydın, U. ve Tekeli, S. (2012). Sapkın örgütsel davranışlar ve çalışma yaşamında yeni bir olgu: Sanal kaytarma (cyberloafing) ve iş ilişkilerine etkileri. *Çimento İşveren Sendikası Dergisi*, 26(2), 18-33.
- Özkalp, E. ve Kirel, Ç. (2013). *Örgütsel davranış (4.Baskı)*. Bursa: Ekin Yayıncılık.
- Öztürk, A. ve Özdemir, F. (2003). İşletmelerde personel güçlendirmeye dayalı iş tatmininin artırılması. *İktisadi ve İdari Bilimler Dergisi*, 17(1-2), 189-202.
- Parsak, G. (2010). *Örgütlerde yabancılaşma ve iş tatmini ilişkisi: Çukurova üniversitesi çalışanları üzerinde bir uygulama*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Çukurova Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana.
- Robinson, S. & Bennett, R. (1995). A typology of deviant workplace behaviors: A multi-dimensional scaling study. *Academy of Management Journal*, 38, 555-572.
- Spector, P.E. (1985). Measurement of human service staff satisfaction: Development of the Job Satisfaction Survey. *American Journal of Community Psychology*, 13, 693-713
- Spector, P.E. (1997). *Job satisfaction: application, assessment, causes, and consequences*. Thousand Oaks, California: Sage Publications.
- Uysaler, A. L. (2010). *Örgütsel yabancılaşmanın örgütsel bağlılık, iş tatmini ve işten ayrılma eğilimi ile bağlantısı ve yabancılaşma yönetimi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gebze: Gebze İleri Teknoloji Enstitüsü Sosyal Bilimler Enstitüsü.

Yalçın, İ. ve Koyuncu, S. (2014). Örgütsel yabancılaşma olgusunun iş tatmini üzerine etkisi: Niğe ilinde bir araştırma. *KMÜ Sosyal ve Ekonomik Araştırmalar Dergisi*, 16(26), 86-94.

Yelboğa, A. (2009). Validity and reliability of the Turkish version of the job satisfaction survey (JSS). *World Applied Sciences Journal*, 16(8),1066-1072

Yıldız, B. ve Yıldız, H. (2015). İş yaşamındaki sanal kaytarma davranışlarının hukuki yönden incelenmesi. *Bandırma İİBF Yönetim ve Ekonomi Araştırmaları Dergisi*, 13(3), 1-17

Yıldız, S.M. (2014). İçsel pazarlamanın iş tatmini ve işten ayrılma niyeti üzerindeki rolü: Spor ve fiziksel etkinlik işletmeleri üzerine ampirik bir inceleme. *Ege Akademik Bakış*, 14(1), 137- 146.



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

Genç Yetişkin Erkeklerde Sporun ve Farklı Spor Dallarının Postür ve Denge Üzerine Etkisi: Duyusal Yeniden Ağırlıklandırma ve Spor İlişkisi*

Hediye KANTEKİN¹, Serkan ÖZGÜR², Tuncay VAROL^{2†}

¹Gençlik Spor İl Müdürlüğü, Canik, Samsun.

²Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Tıp Fakültesi.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 23.03.2021

Kabul Tarihi: 04.06.2021

DOI:10.25307/jssr.901186

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Duyusal girdi postürel kontrolde önemli rol oynar. Farklı spor dallarından sporcular postural kontrol için duyuları değişik derecelerde yeniden ağırlıklandırabilirler. Bu çalışma genç yetişkin erkeklerde postürel kontrolün sağlanmasında görme duyusunun önemini ve futbol ile basketbol eğitiminin postürel kontrolü sağlama bakımından görme duyusuna bağımlılığı ne derecede etkilediğini ortaya koyma amacıyla planlanmıştır. Lise öğrencilerinden futbol eğitimi alanlar (n=17, 17.29±0.85 yaş), basketbol eğitimi alanlar (n=19, 16.74±0.87 yaş) ve kontrol grubu olarak sanat eğitimi alanlar (n=26, 16.08±0.93 yaş) çalışma evrenini oluşturmuşlardır. Pedobarografi cihazı ile statik denge değerlendirmesi için katılımcılara iki ayak üzerinde ve kararlı zeminde gözler açık ve gözler kapalı durumda ölçüm yapılmıştır. Salınım alanı, salınım mesafesi ve salınım hızı (varyans) parametreleri elde edilmiştir. Göz açık ve göz kapalı ölçümler arasında grup faktörüne göre salınım mesafesi parametresinde anlamlı fark saptanırken (p=0.031), salınım hızının sadece ön-arka bileşeninde anlamlı fark saptanmıştır (p=0.017). Göz açık ölçümlerde gruplar arasında fark saptanmamıştır. Göz kapalı durumda futbolcular kontrol grubuna göre salınım mesafesi (p=0.008) ve salınım hızı bakımından anlamlı derecede daha üstün bulunmuşlardır (p=0.018). Futbol eğitimi alan genç yetişkin erkeklerin, görme duyusu engellendiğinde daha iyi statik denge performansına sahip oldukları gözlenmiştir. Futbol eğitimi alan grubun görme duyusu engellendiğinde postürel kontrolün sağlanmasında rol oynayan diğer duyuşal girdileri (özellikle proprioseptif duyuyu) daha iyi yeniden ağırlıklandırabildiği söylenebilir.

Anahtar kelimeler: Postürel Kontrol, Görme, Spor Eğitimi, Duyusal Yeniden Ağırlıklandırma.

The Effect of Sport and Different Sports Branches on Posture and Balance in Young Adult Men: Sensory Re-weighting and Sport Relations

Abstract

Sensory input plays an important role in postural control. Athletes from different sports can re-weight the senses to varying degrees for postural control. This study was planned to determine the importance of the sense of vision in achieving postural control in young adult males and to reveal the extent to which football and basketball training affect the dependence on vision in terms of providing postural control. The high school students were divided into three groups: football group (n=17, 17.29±0.85 years) and basketball group (n=19, 16.74±0.87 years) and control group of non-athletes (n=26, 16.08 ± 0.93 years). Static balance measurement was performed with a pedobarography device with eyes open and eyes closed on a stable surface. Area, distance and velocity (variance) parameters were obtained. While there was a significant difference in the sway distance parameter by the group factor between eyes open and eyes closed measurements (p=0.031), a significant difference was found only in the anteroposterior component of the sway velocity (p=0.017). There was no difference between the groups in terms of eyes open measurements. In eyes closed state, football group showed a lower sway distance and sway velocity compared to the control group (p=0.008 and p=0.018 respectively). It was observed that young adult males who received football training had better static balance performance when the vision was blocked. It can be argued that the football training group can re-weight the other sensory inputs (especially the proprioceptive sense) when vision is impaired.

Keywords: Postural Control, Vision, Sports Education, Sensory Re-weighting.

*Bu çalışma, üçüncü yazarın danışmanlığında yürütülen Hediye KANTEKİN'e ait yüksek lisans tezinden türetilmiştir.

† **Sorumlu yazar:** Prof. Dr. Tuncay VAROL, tuncay.varol@cbu.edu.tr, +905355660575

GİRİŞ

İki ayak üzerinde sabit duruş sırasında vücuda etki eden yerçekimi kuvveti, en küçük salınım sırasında dengenin kolayca bozulmasına neden olabilecek bir momentum değişimine neden olur. Postürel kontrolün sağlanabilmesi için bu momentum değişimini düzeltebilecek karşı bir kuvvet oluşturulması ve bunun ayaklar yardımıyla destek taban alanına uygulanması gerekir. Yeterli ve uygun karşı kuvvetin oluşturulmasında hem reaktif (Horak ve Macpherson, 2010) hem de prediktif (Winter, 1995) mekanizmalar rol oynar. Vücudun kararlı bir şekilde dengede kalabilmesi için sürekli bir duyusal geribildirim gereklidir.

Postürel kararlılığın gelişiminin 16 yaşına kadar sürebileceğini gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Cumberworth, Patel, Rogers ve Kenyon, 2007; Hirabayashi ve Iwasaki, 1995; Steindl, Kunz, Schrott-Fischer ve Scholtz, 2006). Postürel kontrol gelişiminin cinsiyet ile ilişkisi ise tartışmalıdır (Cumberworth vd., 2007; Nolan, Grigorenko ve Thorstensson, 2005). Çeşitli çalışmalarda çocukların ancak 10 yaşından sonra erişkin benzeri duyusal integrasyonu başardıkları öne sürülmektedir (Peterson, Christou ve Rosengren, 2006; Sparto vd., 2006).

Duyusal girdi ve geribildirim başlıca görsel, vestibuler, proprioseptif ve taktil sistemler vasıtasıyla sağlanır (Horak ve Macpherson, 2010). Postürel kontrolün sağlanmasında rol oynayan duyusal girdilerin her birinin ağırlığının gerektiğinde değiştirilebildiği bilinmektedir. Belirli bir durumda hangi duyusal girdi daha güvenilir ise, o duyusal girdinin postürel kontroldeki ağırlığı artmaktadır (Fetsch, Turner, DeAngelis ve Angelaki, 2009; Maurer, Mergner ve Peterka, 2005; Young vd., 1986). Bu sistemler içinde değişikliği en kolay gözlenebilen, gözlerin açılıp kapatılması yoluyla görme duyusudur (Chiba, Takakusaki, Ota, Yozu ve Haga, 2016).

Spor bilimi açısından amaçlanan, mevcut potansiyel yeteneğin, iskelet kas sistemiyle sinir sisteminin koordinasyonu içerisinde geliştirilmesidir. Sporda iyi bir performans için ve yaralanmaların önlenmesinde denge önemli bir rol üstlenir (Behm ve Anderson, 2006; Emery, Cassidy, Klassen, Rosychuk ve Rowe, 2005; Emery, Rose, McAllister ve Meeuwisse, 2007; Hellström, 2009). Denge ile sporda teknik beceri ve öğrenme hızı doğru orantılıdır ve tüm spor dalları belirli oranda denge gelişimi gerektirir (Vuillerme vd., 2001). Çocuğun gelişim süreci içinde denge ve koordinasyon eğitimi için en uygun yaş aralığının kadınlarda 11-14 yaş, erkeklerde ise 12-15 yaş olduğu bildirilmektedir (Weineck, 2004). Denge ve postürel kontrolün spor yapanlarda yapmayanlara göre, elit veya amatör sporcular arasında ve farklı spor dalları ile ilgilenen sporcular arasında farklılık gösterdiğine dair çok sayıda araştırma bulunmaktadır (Bressel, Yonker, Kras ve Heath, 2007; Gerbino, Griffin ve Zurakowski, 2007; Hrysomallis, 2011; Lamothe, van Lummel ve Beek, 2009; Paillard, 2014; Zemková, 2014). Denge egzersizleri normal bireylerde ve sporcularda postürel kontrolün gelişimini olumlu etkilemektedir (Bouteraa, Negra, Shephard ve Chelly, 2020; Emery vd., 2005; Gioftsidou vd., 2006; Zech vd., 2010).

Farklı spor dalları ile uğraşan sporcuların farklı statik denge performansına sahip olmasını açıklamaya çalışan görüşler henüz tartışmalıdır. Farklı spor dallarında yaş grubu, cinsiyet ve tecrübe seviyesi benzer olan sporcular arasındaki statik denge performans farklılıklarını

açıklamaya çalışan çalışmalarda, yapılan sporun özellikleri ve antrenman teknikleri öne çıkmaktadır (Bressel vd., 2007; Hrysonmallis, 2011; Paillard, 2014). Bir spor dalının özelliği gereği ihtiyaç duyduğu güç, esneklik, çeviklik ve denge gibi faktörlerin ne ağırlıkta önemli olduğu ve bunların geliştirilmesi için uygulanan çalışma programlarının bu gereksinimleri ne ölçüde karşıladığı önemli görünmektedir. Bu açıdan bakıldığında belirli duyusal girdilerin antrenman yöntemleri ile geliştirilmesi yanı sıra, belirli bir duyusal girdinin güvenilir olmadığı ya da engellendiğinde, duyusal girdilerin ağırlığının değiştirilebilmesinin de bu eğitimden etkilenmesi söz konusudur (Stambolieva, Diafas, Bachev, Christova ve Gatev, 2012). Bu durumun özellikle yapılan spor disiplinin gerektirdiği duyusal enformasyon girdisinin değişiklik göstermesinden kaynaklandığı öne sürülmüştür (Paillard ve Noé, 2006). Bu çalışmada genç yetişkin erkeklerde sporun ve farklı spor dallarının postürel kontrol ve dengenin sağlanmasında rol oynayan duyusal girdilerin yeniden ağırlıklandırılması üzerine etkisinin araştırılması amaçlanmıştır

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bağımlı değişkende (postürel kontrol ve denge) meydana gelen değişimi açıklamak üzere, etkisi olduğu düşünülen çok faktörlü ve çok denekli eşitlenmemiş kontrol gruplu yarı deneme modeli seçilmiştir.

Çalışma Grubu

Tüm katılımcılar 2012-2013 eğitim ve öğretim yılında Manisa Güzel Sanatlar ve Spor Lisesinde okuyan öğrencileri arasından, çalışmaya katılmayı kabul eden ve çalışmaya katılmasına engel olabilecek herhangi bir sorunu olmayan erkek gönüllüler arasından seçilmişlerdir. Çalışma için ilgili resmi kurum izni ile gönüllü olan öğrenciler ve velilerinden gönüllü katılım onam formunu imzalayanlar çalışmaya dahil edilmiştir. Gönüllüler alt ekstremitte yaralanması, dengeyi olumsuz etkileyen nörolojik problemler (örn. vertigo), görsel problemler (örn. bir gözde görme kaybı) veya çalışmadan önceki altı ay içinde ciddi kafa travması konusunda sözel olarak sorgulanmışlar ve böyle bir durumu söz konusu olanlar çalışmadan dışlanmışlardır.

Katılımcılardan spor grubunda yer alan gönüllüler futbol (futbol grubu-FG, n=17, 17.29±0.85 yaş) ve basketbol (basketbol grubu-BG, n=19, 16.74±0.87 yaş) dallarında branş eğitimi alırken, müzik ve resim bölümü öğrencileri kontrol grubunu (KG, n=26, 16.08±0.93 yaş) oluşturdu. Katılımcıların boy ve ağırlık ölçümleri yapıldı, vücut kitle indeksleri (VKİ) hesaplandı (Tablo 1). Dört senelik eğitim programında spor bölümü öğrencilerinin tümü temel spor eğitimi konuları olarak ısınma (12 saat), kuvvet (22 saat), çabukluk (18 saat), dayanıklılık (20 saat), koordinasyon (13 saat), esneklik (13 saat) ve denge (10 saat) konularında uygulamalı eğitim almaktadırlar. Temel eğitim yanı sıra kendi spor dallarına özgü koordinasyon ve teknik çalışmalar yapmaktadırlar (birinci yılda 28 saat/yıl, diğer yıllarda 36 saat/yıl). Kontrol grubunu oluşturan öğrencilerin sadece haftalık 2 saat beden eğitimi dersi dışında planlı fiziksel aktivitesi bulunmamaktadır. Çalışma eğitim yılı sonunda olmak üzere tüm sınıflardan öğrencilerin katılımı ile yapılmıştır.

Veri Toplama Araçları

Boy ölçümü: Stadiometre (Charder HM200P) ile yapılmıştır.

Vücut ağırlığı ölçümü: Baskül (Tanita BC730) ile yapılmıştır.

Statik dengenin değerlendirilmesi: Statik denge ölçümleri için HR Mat (Tekscan, Boston, MA, USA) pedobarografi cihazı kullanılmıştır. Bu cihaz ile ağırlık merkezinin platform üzerindeki horizontal iz düşümünü yansıtan basınç merkezi (BM) yer değişimi, bir başka deyişle vücut salınımı kaydedilmiştir. Her ölçüm 30 saniye süre ile ve 50 Hz frekansta yapılmıştır. Bu hareketin hem antero-posterior (AP) hem de medio-lateral (ML) bileşenlerinin analizi yapılmıştır. Verilerin elde edilmesinde cihazla birlikte verilen HR Mat Research Software 6.7 salınım analiz modülü kullanılmıştır. Zamana göre değişen BM pozisyonu ile salınım mesafesi (Dist), salınım hızı (Var) ve salınım alanı (Area) verileri elde edilmiştir. Bu verilerin düşük değerlerde olması daha iyi statik denge yönünde değerlendirilmektedir. Ölçümler öncesi katılımcıların fiziksel egzersiz yapmamaları ve yorgun olmamaları sağlanmıştır. Ölçüm yapılırken platform üzerindeki katılımcının ayakları topukları arasında 5 cm ve iki ayağının iç kenarları arasında 30 derecelik açı olacak şekilde konumlandırılmıştır. Katılımcılardan iki ayak üzerinde gözü açık (GA) ve iki ayak üzerinde gözü kapalı (GK) ölçümleri yapılmıştır. Gözü açık olarak alınan ölçümlerde katılımcının 2 metre uzağında ve göz hizasında bulunan, 2 cm çapında bir noktaya bakması sağlanarak, dikkatinin dağılmasının önüne geçilmiştir. Her ölçüm arasında katılımcıların en az 2 dakika dinlenmesi sağlanmıştır. Ölçümler sırasında normal oda ısısı ve aydınlatması sağlanmıştır.

Araştırma Etiği

Çalışma Manisa Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından onaylanmıştır (13.12.2012/298). Çalışma Helsinki Deklarasyonu Prensipleri'ne göre yapılmıştır.

Verilerin Analizi

Verilerin analizi için IBM SPSS Statistics 15.0 programı kullanılmıştır. Katılımcıların demografik verilerinin ortalama ve standart sapmaları hesaplanmıştır ve boy, ağırlık ve vücut kitle indeksi ortalama değerleri one-way ANOVA ile karşılaştırıldı. Spor eğitimi alan katılımcılar ile kontrol grubu katılımcılarının göz açık ve göz kapalı durumda statik denge parametreleri arasında fark olup olmadığını belirlemek için bağımsız örneklem t testi yapılmıştır. Bağımlı değişken olarak belirlenen statik denge parametrelerinin (Area, Dist, ML_{Dist} , AP_{Dist} , Var, ML_{Var} , AP_{Var}) gruplara (FG, BG, KG), görme duyusuna (GA, GK) ve grup-görme etkileşimine göre değerlendirilmesi için two-way mixed ANOVA yapılmıştır. Gruplara göre görme duyusunun statik denge üzerine etkisini belirlemek için one-way ANOVA yapılmış ve gözlenen istatistiksel anlamlı farkların ($p < 0.05$) post hoc analizi Bonferroni testi ile yapılmıştır.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcılara ilişkin demografik bilgiler

	FG (n=17)	BG (n=19)	KG (n=26)	p
Yaş (yıl)	17.29±0.85	16.74±0.87	16.08±0.93	-
Boy (cm)	173.32±5.59	179.02±7.45	173.77±6.74	0.002*
Ağırlık (kg)	67.11±6.24	71.39±8.49	68.22±10.56	0.031*
VKİ (kg/m ²)	22.32±1.54	22.29±2.43	22.63±3.45	0.475

* p<0.05

Katılımcılara ait boy ve ağırlık ortalamaları arasında anlamlı farklılık saptanmıştır. Basketbol grubunun boy ortalaması ve ağırlık ortalaması hem futbol hem de kontrol grubundan anlamlı derecede daha yüksek bulundu (sırasıyla p=0.002 ve p=0.031) (Tablo 1). Vücut kitle indeksi bakımından ise gruplar arasında fark saptanmamıştır.

Tablo 2. Spor eğitimi alan gönüllüler ile kontrol grubunun göz açık ve göz kapalı durumda statik denge parametrelerinin karşılaştırılması

		Spor Eğitimi Alanlar (n=36)	Kontrol Grubu (n=26)	p
GA	Area	0.798±0.49	1.212±1.36	0.099
	Dist	85.02±23.42	94.03±30.02	0.189
	Var	0.033±0.009	0.036±0.012	0.165
GK	Area	1.116±0.83	1.30±1.137	0.464
	Dist	81.62±19.61	94.83±24.94	0.023*
	Var	0.031±0.007	0.036±0.010	0.032*

*p<0.05

Spor eğitimi alan gruplar ile kontrol grubu arasında gözler açık durumda statik denge parametreleri arasında istatistiksel fark saptanmamışken, gözler kapalı durumda Dist ve Var parametrelerinin spor eğitimi alanlarda kontrol grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha iyi olduğu gözlenmiştir (sırasıyla p=0.023 ve p=0.032) (Tablo 2). Area parametresi bakımından hem gözler açık hem de gözler kapalı durumda yapılan ölçümler arasında anlamlı fark bulunamamıştır.

Tablo 3. Gözü açık (GA) ve gözü kapalı (GK) durumda futbol grubu (FG), basketbol grubu (BG) ve kontrol grubu (KG) katılımcıların ortalama statik denge parametrelerinin grup faktörü, görme faktörü ve grup-görme etkileşimi bakımından karşılaştırılması

	GA			GK			Grup Faktör		Görme Faktör		Grup-Görme Etkileşimi	
	FG Ort. (SS)	BG Ort. (SS)	KG Ort. (SS)	FG Ort. (SS)	BG Ort. (SS)	KG Ort. (SS)	F	p	F	p	F	p
Area	0.80 (0.42)	0.80 (0.57)	1.21 (1.36)	1.07 (0.75)	1.16 (0.92)	1.30 (1.14)	0.522	0.596	7.722	0.007*	0.515	0.600
Dist	74.82 (18.69)	87.71 (25.81)	94.04 (30.02)	77.92 (17.95)	91.37 (19.46)	94.83 (24.94)	3.670	0.031*	0.471	0.471	0.032	0.383
ML _{dist}	57.49 (18.39)	65.18 (25.01)	71.18 (24.39)	60.61 (16.75)	72.02 (18.03)	71.01 (24.41)	1.787	0.177	3.827	0.055	1.504	0.231
AP _{dist}	34.61 (8.97)	40.90 (11.72)	43.58 (17.24)	34.43 (7.87)	40.46 (9.97)	45.48 (10.44)	4.261	0.019*	0.849	0.361	0.949	0.393
Var	0.031 (0.007)	0.035 (0.011)	0.037 (0.012)	0.029 (0.008)	0.034 (0.008)	0.037 (0.01)	2.955	0.060	0.526	0.471	0.620	0.541
ML _{var}	0.051 (0.02)	0.060 (0.02)	0.060 (0.02)	0.049 (0.01)	0.055 (0.01)	0.060 (0.02)	1.711	0.190	3.719	0.059	1.429	0.248
AP _{var}	0.030 (0.01)	0.035 (0.01)	0.037 (0.01)	0.030 (0.01)	0.035 (0.01)	0.039 (0.01)	4.358	0.017*	1.553	0.218	1.114	0.335

Ort.= ortalama; SS= Standart Sapma; ML=medio-lateral; AP= antero-posterior; *p<0.05

Gruplar arasında grup-görme etkileşimi bakımından hiçbir parametrede anlamlı fark saptanmamıştır (Tablo 3).

Ortalama Area parametresi üzerine grup faktörünün etkili olmadığı (p=0.596) ancak görme faktörünün gruptan bağımsız olarak farklı görme koşuluna (GA ve GK) göre istatistiksel olarak anlamlı farklılık gösterdiği saptanmıştır (F_(2,59)=0.522, p=0.007, kısmi η^2 =0.007).

Ortalama Dist parametresi üzerine görme faktörünün etkisinin gruplar arasında anlamlı fark gösterdiği (F_(2,59)=3.670, p=0.031, kısmi η^2 =0.111) ve bu farkın esas olarak antero-posterior yönde yer değiştirmeden kaynaklandığı gözlenmiştir (p=0.019).

Gruplar arasında ve gruplar içinde Var parametresi açısından istatistiksel olarak anlamlı bir fark olmamasına karşılık, gruplar arasında antero-posterior (AP_{var}) bileşeni açısından anlamlı fark olduğu bulunmuştur; (F_(2,59)=4.358, p=0.017, parsiyel η^2 =0.133) (Tablo 3).

Tablo 4. Gözler açık (GA) ve kapalı (GK) durumda futbol (FG), basketbol (BG) ve kontrol (KG) gruplarına ait statik denge ölçümlerinin one-way ANOVA yöntemi ile karşılaştırılması

	FG n=17 Ort (SS)	BG n=19 Ort (SS)	KG n=26 Ort (SS)	F	p	
GA	Area	0.80 (0.42)	0.80 (0.57)	1.21 (1.36)	1.384	0.259
	Dist	74.82 (18.69)	87.71 (25.81)	94.04 (30.02)	2.096	0.132
	ML _{dist}	57.49 (18.39)	65.18 (25.01)	71.18 (24.39)	1.308	0.278
	AP _{dist}	34.61 (8.97)	40.90 (11.72)	43.58 (17.24)	2.126	0.128
	Var	0.031 (0.007)	0.035 (0.011)	0.037 (0.012)	1.684	0.194
	ML _{var}	0.051 (0.02)	0.060 (0.02)	0.060 (0.02)	1.233	0.299
	AP _{var}	0.030 (0.01)	0.035 (0.01)	0.037 (0.01)	2.042	0.139
GK	Area	1.07 (0.75)	1.16 (0.92)	1.30 (1.14)	0.302	0.741
	Dist	77.92 (17.95)	91.37 (19.46)	94.83 (24.94)	5.027	0.010*
	ML _{dist}	60.61 (16.75)	72.02 (18.03)	71.01 (24.41)	2.270	0.112
	AP _{dist}	34.43 (7.87)	40.46 (9.97)	45.48 (10.44)	7.065	0.002*
	Var	0.029 (0.008)	0.034 (0.008)	0.037 (0.01)	4.061	0.022*
	ML _{var}	0.049 (0.01)	0.055 (0.01)	0.060 (0.02)	2.163	0.124
	AP _{var}	0.030 (0.01)	0.035 (0.01)	0.039 (0.01)	7.522	0.001*

Ort.= ortalama; SS= Standart Sapma; ML=medio-lateral; AP= antero-posterior; *p<0.05

Gruplar arasında görme duyusu engellendiğinde (GK) salınım mesafesinde (Dist) istatistiksel olarak anlamlı fark saptanmıştır (F_(2,59)=5.027, p=0.010, kısmi η^2 =0.146) (Tablo 4). Post hoc analizinde bu farkın futbol grubu ile kontrol grubu arasında olduğu gözlenmiştir (p=0.008).

GK durumunda salınım hızı bakımından gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır (F_(2,59)=4.061, p=0.022, kısmi η^2 =0.121) (Tablo 4). Post hoc analizinde Var, futbol grubunda kontrol grubuna göre istatistiksel olarak anlamlı derecede daha düşük bulunmuştur (p=0.018).

GK durumunda AP_{Dist} parametresinde (F_(2,59)=7.065, p=0.002, kısmi η^2 =0.196) ve AP_{var} parametresinde (F_(2,59)=7.522, p=0.001, kısmi η^2 =0.206) gruplar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir fark saptanmıştır (Tablo 4). Her iki parametre için saptanan anlamlı farkın post hoc analizde futbol ile kontrol grubu arasındaki farktan kaynaklandığı gözlenmiştir (sırasıyla p=0.001 ve p=0.001).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Genç yetişkin erkek gönüllülerde yaptığımız çalışmada spor eğitiminin statik denge parametrelerini olumlu etkilediği ve bu durumun özellikle görme duyusu ortadan kaldırıldığında belirgin olarak ortaya çıktığı gözlenmiştir. Spor eğitimi alan gruplar birlikte değerlendirildiğinde gözler kapalı konumda Dist ($p=0.023$) ve Var ($p=0.032$) parametreleri bakımından kontrol grubuna göre anlamlı derecede daha iyi statik dengeye sahip oldukları gösterilmiştir.

Futbol (FG) ve basketbol (BG) sporu ile ilgili eğitim alan gönüllüler ile resim ve müzik eğitimi alan gönüllüler (KG) arasında statik denge parametreleri karşılaştırıldığında, Area parametresinin görme faktörü ile ($p=0.007$), Dist parametresinin ise grup faktörü ile ($p=0.031$) anlamlı fark gösterdiği saptanmıştır. Salınım mesafesi verisi vektöriyel bileşenlerine göre değerlendirildiğinde, özellikle antero-posterior yöndeki (APdist) yer değişimin anlamlı olduğu ($p=0.019$) gözlenmiştir. Salınım hızı parametresinde anlamlı fark gözlenmezken, vektöriyel bileşenlerine bakıldığında antero-posterior yöndeki salınım hızı bileşeninin (APvar) grup faktörü ile anlamlı fark gösterdiği saptanmıştır ($p=0.017$).

Gözler kapalı yapılan ölçümlerde Dist ve Var parametrelerinde gruplar arasında anlamlı fark olduğu saptanmıştır. Buna göre futbol grubunda kontrol grubuna göre toplam salınım mesafesinin (Dist) ve Var parametresinin ol anlamlı fark gösterdiği gözlenmiştir (sırasıyla $p=0.008$ ve $p=0.018$). Vektöriyel bileşenler olarak bakıldığında hem Dist hem de Var için antero-posterior yöndeki (APdist ve APvar) değişimin anlamlı olduğu bulunmuştur ($p=0.001$).

Liang, Hiley ve Kanosue (2019) kolej öğrencileri arasında en az 8 yıldır futbol ve beyzbol spor eğitimi alan öğrenciler ile hiçbir spor dalı deneyimi olmayan bir öğrenci grubu üzerinde statik denge performansını değerlendirmişlerdir. Bu çalışmada salınım alanının görme (göz açık-göz kapalı), postür (iki ayak, tek ayak ve tek ayak kararsız zemin) ve deneyim durumundan etkilendiği gösterilmiş ve gruplar arasında gözü kapalı durumda futbolcuların anlamlı derecede daha küçük salınım alanı değerine sahip oldukları öne sürülmüştür. Bir temas sporu olarak futbol eğitiminin göz kapalı durumda sadece tek ayak ve kararsız zeminde tek ayak ölçümlerinde diğer gruplardan anlamlı derecede daha az postürel salınım gösterdiklerini bildirmişlerdir. Aynı şekilde BM hızının da göz kapalı durumda göz açık duruma göre tek ayak üzerinde ve kararsız zeminde daha fazla arttığını ve bu parametrenin futbolcularda en iyi olduğunu öne sürmüşlerdir. Bu çalışmada beyzbol sporcuları ile deneyimsiz öğrencilerin statik denge performanslarının hem salınım alanı hem de BM hızı bakımından benzer olduğu ifade edilmiştir.

Düzenli futbol antrenmanı yapan erkek kolej futbolcuları ile kısıtlı fiziksel aktivite yapan erkek kontrol grubunun statik denge performansının, görme (göz açık ve göz kapalı) ve postürel (normal iki ayak duruş ve tandem iki ayak duruş) değişkenlik ile değerlendirildiği bir çalışmada, tüm statik denge parametreleri bakımından futbolcuların sporcu olmayan gruba göre daha üstün olduğu gösterilmiştir (Thompson, Badache, Cale, Behera ve Zhang, 2017). Bu çalışmalarını destekler şekilde çalışmamızın sonucunda statik denge parametreleri arasında grup faktörü ve

görme faktörü bakımından anlamlı fark olup, futbol grubu basketbol grubu ve kontrol grubuna göre üstün değerlere sahip bulunmuştur.

Marchetti'nin basketbol sporu yapan erkek kolej öğrencileri ve sporcu olmayan kontrol grubu erkekler arasında statik denge performanslarının değerlendirildiği çalışmada, BM yer değiştirme hızının medio-lateral yönde basketbolcularda anlamlı derecede düşük olduğu gösterilmiştir (Marchetti, Hartigan ve Duarte, 2012). Sporun postürel kontrolü olumlu etkilediği bilinmekle beraber, birçok çalışmada basketbolcuların diğer sporlar ile ilgilenen atletlere göre daha kötü statik denge performansına sahip oldukları bilinmektedir (Bressel vd., 2007; Matsuda, Demura ve Uchiyama, 2008). Buradaki temel sorun, ölçüm yapılan grupların antrenman programlarının ne ölçüde denge gelişimine yönelik antrenman programları içerdiklerinin bilinmemesidir. Nitekim genç yetişkin kadın basketbolcularda yapılan bir çalışmada 8 hafta süreyle denge ve pliyometrik antrenman eklenen sporcuların denge ve çeviklik bakımından anlamlı derecede daha iyi performans gösterdikleri gösterilmiştir (Boutera vd., 2020). Genç yetişkin yaş grubu basketbolcularda denge antrenmanlarının akut yaralanmaları önlemek bakımından da önemli olduğu vurgulanmaktadır (Emery vd., 2007). Genç yetişkin erkek futbolcularda sadece futbol antrenmanının statik denge performansı üzerine olumlu etkisinin olmadığı ancak futbol antrenmanı sonrası 12 haftalık denge antrenmanının statik denge performansında anlamlı gelişim sağladığı öne sürülmüştür (Gioftsidou vd., 2006). Bu açıdan bakıldığında aynı sporu yapan genç yetişkin bireylere denge gelişimine yönelik çalışma programı uygulandığında daha iyi statik denge performansına sahip olabildikleri söylenebilir.

Yapılan sporun statik denge bakımından fark yarattığı konusu üzerinden bakıldığında, özellikle kararlı olmayan bir zeminde ve topun ayak ile kontrolüne dayanan futbolda hem ayak bileği hem de kalça eklemi ile ilişkili proprioseptif duyunun daha iyi geliştiği öne sürülebilir. Özellikle sert zeminde ayakta sabit durmak gerektiğinde ortaya çıkan hafif vücut salınımlarında ayak bileği propriosepsiyonu statik dengede önemli rol oynarken, dengenin daha fazla bozulduğu durumlarda kalça propriosepsiyonu önem kazanır (Ricotti, 2011). Futbola özgü antrenman ve sportif özelliklerin ayak bileği propriosepsiyonunun daha iyi gelişmesini sağlayarak statik dengenin daha iyi olmasını sağladığı düşünülebilir. Ancak bu durumun sert zeminde olabileceğini, kararsız zeminde ise merkezi sinir sisteminin proprioseptif kaynaklarının ağırlığını değiştirmeye zorlayan bir durumun ortaya çıktığı ileri sürülmektedir (Kiers, Brumagne, Van Dieen, van der Wees ve Vanhees, 2012). Stambolieva kayak ve kanocular ile spor yapmayan kontrol grubu üzerinde yaptığı çalışmada ise, sporcuların kararlı zeminde gözleri açıkken kontrol grubuna göre daha kötü statik denge performansı göstermelerine karşılık, gözleri kapalıyken bu farkın ortadan kalktığını bildirmektedir. İlginç bir şekilde kararsız zeminde gözler kapalı durumda sporcular aleyhine anlamlı fark ortaya çıkmaktadır ve sporcuların görme duyusuna daha fazla bağımlı oldukları bildirilmektedir (Stambolieva vd., 2012). Denge antrenmanları hem sportif performans hem de sakatlıkların önlenmesi bakımından önemli olmakla birlikte, yapılan sporun özelliklerinin hem statik denge performansı gelişimi hem de duyuların ağırlıklandırılmasında daha belirleyici olduğu görülmektedir.

Bu açıdan bakıldığında futbol antrenman programının basketbol antrenman programından daha iyi postürel kontrol gelişimi sağladığı öne sürülebilir. Bir başka ifade ile farklı spor dallarının farklı duysal girdilere ihtiyaç duymasına bağlı olarak değişen durumlara adaptasyon ve yeniden ağırlıklandırma konusunda farklılık gösterdikleri ortaya çıkmaktadır. Futbolun statik denge performansının gelişimine daha olumlu etki yapan bir spor olduğunu ve adolesan erkek futbolcuların görme duysusu ortadan kaldırıldığında proprioseptif duysuyu daha etkili bir şekilde kullanarak daha üstün statik denge performansı gösterdiklerini söyleyebiliriz.

Bu kesitsel çalışmada grupların demografik verileri arasında (boy ve ağırlık ortalaması) anlamlı fark olması kısıtlılık olarak görülmektedir. Özellikle boyun statik dengeyi etkileyebileceği bilinmektedir (Alonso vd., 2015). Bu bakımdan diğer gruplara göre daha uzun boy ortalamasına sahip olan basketbol grubu için olumsuz bir faktör olduğunu kabul etmek gerekir. Ancak istatistik sırasında grupların kendi içinde de değerlendirme yapıldığından, yorum için yeterli veriyi aldığımızı düşünüyoruz.

Hem sporun gereklilikleri hem de antrenman programlarının içerdiği antrenman teknikleri bakımından genç yetişkin yaş grubu erkeklerde futbol eğitiminin spor yapmayanlara ve basketbol eğitimi alanlara göre görme duysusuna daha az ihtiyaç duyacak şekilde, başka bir deyiş ile duysuları daha iyi yeniden ağırlıklandırma yoluyla daha üstün statik denge gelişimi sağladığını öne sürebiliriz.

ÖNERİLER

Bu çalışmada genç yetişkin erkeklerde sporun postürel kontrol ve denge gelişimi üzerinde etkili olduğu ve özellikle futbol gibi kararsız zeminde yapılan bir spor ile ilgili antrenman yöntemlerinin postürel kontrolde etkili duysal girdileri daha iyi yeniden ağırlıklandırabilmesinden yola çıkılarak, basketbol gibi kararlı zeminde yapılan sporların yol açabileceği sakatlıkların önlenmesi bakımından, duysal yeniden ağırlıklandırabilmeyi geliştiren antrenman yöntemlerine daha fazla önem verilmelidir.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında araştırmacılar arasında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı- HK; TV, İstatistik analiz- SÖ; TV, Makalenin hazırlanması- HK; SÖ; TV, Verilerin Toplanması- HK: tarafından gerçekleştirilmiştir.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Manisa Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu

Tarih: 13.12.2012

Sayı/Karar No: 298

KAYNAKLAR

- Alonso, A. C., Mochizuki, L., Silva Luna, N. M., Ayama, S., Canonica, A. C. & Greve, J. M. (2015). Relation between the sensory and anthropometric variables in the quiet standing postural control: Is the inverted pendulum important for the static balance control? *BioMed Research International*, 2015, 1-5. <https://doi.org/10.1155/2015/985312>.
- Behm, D. G. & Anderson, K. G. (2006). The role of instability with resistance training. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 20(3), 716-722. <https://doi.org/10.1519/R-18475.1>.
- Boutera, I., Negra, Y., Shephard, R. J. & Chelly, M. S. (2020). Effects of combined balance and plyometric training on athletic performance in female basketball players. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 34(7), 1967-1973. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000002546>.
- Bressel, E., Yonker, J. C., Kras, J. & Heath, E. M. (2007). Comparison of static and dynamic balance in female collegiate soccer, basketball, and gymnastics athletes. *Journal of Athletic Training*, 42(1), 42-46. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/17597942/>
- Chiba, R., Takakusaki, K., Ota, J., Yozu, A. & Haga, N. (2016). Human upright posture control models based on multisensory inputs; in fast and slow dynamics. *Neuroscience Research*, 104, 96-104. <https://doi.org/10.1016/j.neures.2015.12.002>.
- Cumberworth, V., Patel, N., Rogers, W. & Kenyon, G. (2007). The maturation of balance in children. *The Journal of Laryngology & Otology*, 121(5), 449-454. <https://doi.org/10.1017/S0022215106004051>.
- Emery, C. A., Cassidy, J. D., Klassen, T. P., Rosychuk, R. J. & Rowe, B. H. (2005). Effectiveness of a home-based balance-training program in reducing sports-related injuries among healthy adolescents: a cluster randomized controlled trial. *Canadian Medical Association Journal*, 172(6), 749-754. <https://doi.org/10.1503/cmaj.1040805>.
- Emery, C. A., Rose, M. S., McAllister, J. R. & Meeuwisse, W. H. (2007). A prevention strategy to reduce the incidence of injury in high school basketball: a cluster randomized controlled trial. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 17(1), 17-24. <https://doi.org/10.1097/JSM.0b013e31802e9c05>.
- Fetsch, C. R., Turner, A. H., DeAngelis, G. C. & Angelaki, D. E. (2009). Dynamic reweighting of visual and vestibular cues during self-motion perception. *Journal of Neuroscience*, 29(49), 15601-15612. <https://doi.org/10.1523/JNEUROSCI.2574-09.2009>.
- Gerbino, P. G., Griffin, E. D. & Zurakowski, D. (2007). Comparison of standing balance between female collegiate dancers and soccer players. *Gait & Posture*, 26(4), 501-507. <https://doi.org/10.1016/j.gaitpost.2006.11.205>.
- Gioftsidou, A., Malliou, P., Pafis, G., Beneka, A., Godolias, G. & Maganaris, C. N. (2006). The effects of soccer training and timing of balance training on balance ability. *European Journal of Applied Physiology*, 96(6), 659-664. <https://doi.org/10.1007/s00421-005-0123-3>.

- Hellström, J. (2009). Competitive elite golf: A review of the relationships between playing results, technique and physique *Sports Medicine*, 39(9), 723-741. <https://doi.org/10.2165/11315200-000000000-00000>.
- Hirabayashi, S.I. & Iwasaki, Y. (1995). Developmental perspective of sensory organization on postural control. *Brain and Development*, 17(2), 111-113. [https://doi.org/10.1016/0387-7604\(95\)00009-z](https://doi.org/10.1016/0387-7604(95)00009-z).
- Horak, F. B. & Macpherson, J. M. (2010). Postural orientation and equilibrium. *Comprehensive Physiology*, 255-292. <https://doi.org/10.1002/cphy.cp120107>.
- Hrysomallis, C. (2011). Balance ability and athletic performance. *Sports Medicine*, 41(3), 221-232. <https://doi.org/10.2165/11538560-000000000-00000>.
- Kiers, H., Brumagne, S., Van Dieen, J., van der Wees, P. & Vanhees, L. (2012). Ankle proprioception is not targeted by exercises on an unstable surface. *European Journal of Applied Physiology*, 112(4), 1577-1585. <https://doi.org/10.1007/s00421-011-2124-8>.
- Lamoth, C. J., van Lummel, R. C. & Beek, P. J. (2009). Athletic skill level is reflected in body sway: a test case for accelometry in combination with stochastic dynamics. *Gait & Posture*, 29(4), 546-551. <https://doi.org/10.1016/j.gaitpost.2008.12.006>.
- Liang, Y., Hiley, M. & Kanosue, K. (2019). The effect of contact sport expertise on postural control. *PloS One*, 14(2), e0212334. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0212334>.
- Marchetti, P. H., Hartigan, E. H. & Duarte, M. (2012). Comparison of the postural control performance of collegiate basketball players and nonathletes. *Athletic Training and Sports Health Care*, 4(6), 251-256. <https://doi.org/10.3928/19425864-20121005-01>.
- Matsuda, S., Demura, S. & Uchiyama, M. (2008). Centre of pressure sway characteristics during static one-legged stance of athletes from different sports. *Journal of Sports Sciences*, 26(7), 775-779. <https://doi.org/10.1080/02640410701824099>.
- Maurer, C., Mergner, T. & Peterka, R. J. (2005). Multisensory control of human upright stance. *Experimental Brain Research*, 171(2), 231-250. <https://doi.org/10.1007/s00221-005-0256-y>.
- Nolan, L., Grigorenko, A. & Thorstensson, A. (2005). Balance control: sex and age differences in 9-to 16-year-olds. *Developmental Medicine and Child Neurology*, 47(7), 449-454. <https://doi.org/10.1017/s0012162205000873>.
- Paillard, T. (2014). Sport-specific balance develops specific postural skills. *Sports Medicine*, 44(7), 1019-1020. <https://doi.org/10.1007/s40279-014-0174-x>.
- Paillard, T. & Noé, F. (2006). Effect of expertise and visual contribution on postural control in soccer. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 16(5), 345-348. <https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2005.00502.x>.
- Peterson, M. L., Christou, E. & Rosengren, K. S. (2006). Children achieve adult-like sensory integration during stance at 12-years-old. *Gait & Posture*, 23(4), 455-463. <https://doi.org/10.1016/j.gaitpost.2005.05.003>.

- Ricotti, L. (2011). Static and dynamic balance in young athletes. *Journal of Human Sport and Exercise*, 6(4), 616-628. <https://doi.org/10.4100/jhse.2011.64.05>.
- Sparto, P. J., Redfern, M. S., Jasko, J. G., Casselbrant, M. L., Mandel, E. M. & Furman, J. M. (2006). The influence of dynamic visual cues for postural control in children aged 7–12 years. *Experimental Brain Research*, 168(4), 505-516. <https://doi.org/10.1007/s00221-005-0109-8>.
- Stambolieva, K., Diafas, V., Bachev, V., Christova, L. & Gatev, P. (2012). Postural stability of canoeing and kayaking young male athletes during quiet stance. *European Journal of Applied Physiology*, 112(5), 1807-1815. <https://doi.org/10.1007/s00421-011-2151-5>.
- Steindl, R., Kunz, K., Schrott-Fischer, A. & Scholtz, A. (2006). Effect of age and sex on maturation of sensory systems and balance control. *Developmental Medicine and Child Neurology*, 48(6), 477-482. <https://doi.org/10.1017/S0012162206001022>.
- Thompson, L. A., Badache, M., Cale, S., Behera, L. & Zhang, N. (2017). Balance performance as observed by center-of-pressure parameter characteristics in male soccer athletes and non-athletes. *Sports*, 5(4), 1-9. <https://doi.org/10.3390/sports5040086>.
- Vuillerme, N., Danion, F., Marin, L., Boyadjian, A., Prieur, J., Weise, I. & Nougier, V. (2001). The effect of expertise in gymnastics on postural control. *Neuroscience Letters*, 303(2), 83-86. [https://doi.org/10.1016/s0304-3940\(01\)01722-0](https://doi.org/10.1016/s0304-3940(01)01722-0).
- Weineck, J. (2004). *Optimales training: Leistungsphysiologische trainingslehre unter besonderer berücksichtigung des kinder-und jugendtrainings*: Spitta Verlag GmbH & Co. KG.
- Winter, D. A. (1995). Human balance and posture control during standing and walking. *Gait & Posture*, 3(4), 193-214. [https://doi.org/10.1016/0966-6362\(96\)82849-9](https://doi.org/10.1016/0966-6362(96)82849-9).
- Young, L. R., Oman, C. M., Watt, D. G. D., Money, K. E., Lichtenberg, B. K., Kenyon, R. V. & Arrott, A. P. (1986). M.I.T./Canadian vestibular experiments on the Spacelab-1 mission: 1. Sensory adaptation to weightlessness and readaptation to one-g: an overview. *Experimental Brain Research*, 64(2), 291-298. <https://doi.org/10.1007/BF00237746>.
- Zech, A., Hübscher, M., Vogt, L., Banzer, W., Hänsel, F. & Pfeifer, K. (2010). Balance training for neuromuscular control and performance enhancement: a systematic review. *Journal of Athletic Training*, 45(4), 392-403. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-45.4.392>.
- Zemková, E. (2014). Author's reply to Paillard T: "Sport-specific balance develops specific postural skills". *Sports Medicine*, 44(7), 1021-1023. <https://doi.org/10.1007/s40279-014-0175-9>.



Dış Mekân Spor Aletlerinin Fiziksel Aktivite, Sağlık ve Ergonomik Açından Değerlendirilmesi*

Nasuh Evrim ACAR^{1†}, Latif AYDOS²

¹ Mersin Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Mersin.

² Gazi Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Ankara.

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 05.04.2021

Kabul Tarihi: 06.06.2021

DOI: 10.25307/jssr.908565

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Bu çalışma, insanların fiziksel aktivite, sağlık ve ergonomik açıdan dış mekân spor aletlerini kullanma deneyimlerini belirlemeyi amaçlamaktadır. Bu çalışma kapsamında Ankara Çankaya Belediyesi'ne ait dış mekân spor alanı bulunan 20 parka fiziksel aktivite yapmak amacıyla gelen bireylere (94 kadın, 99 erkek toplam 193 katılımcı), 4 dakikayı geçmeyen toplam 13 sorudan oluşan yüz yüze görüşme yöntemi ile anket çalışması yapılmıştır. Bireylerin çoğunluğunun (%65,28) 46-60 dakikasını spora ayırdığı belirlenmiştir. Katılımcıların %60'nın uzman eşliğinde spor yapmak istediği, ancak uzman eşliğinde spor yapma durumu ile eğitim durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin bulunmadığı ($p>0.05$) tespit edilmiştir. Cinsiyetler ile kullanılan bazı spor aletleri arasında anlamlı bir fark olduğu görülmüştür ($p<0.05$). Bireylerin tamamı (193 kişi) kullandıkları aletleri vücutlarında belli bölgelerinin çalıştırdığını düşündükleri için tercih ettiklerini belirtmiştir. Katılımcıların %12,4'ü gittiği dış mekân spor alanlarında sakatlık geçirmiş olup, bu sakatlanmaların en çok bacak bölgesinde (%37,5) olduğunu belirtmişlerdir. Ancak bu sakatlık durumunun yaş, eğitim durumu ve spora ayrılan süreyle aralarında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$). Bu alanların ergonomik açıdan tercih sebepleri incelendiğinde; Ulaşım (4,53 puan), konum (4,36 puan) ve temizliğin (4,22 puan) bireylerin kullandıkları dış mekân spor alanlarını değerlendirme önemli kriterler olduğu tespit edilmiştir. Dış mekân spor alanları birçok açıdan kullanıcılar tarafından tercih edilmektedir. Bu alanların her yaşa uygun egzersiz aletleri ile ergonomik açıdan uygun tasarlanması, yürüyüş yollarının birçok alternatifle zenginleştirilmesi, uzmanlar eşliğinde bireylere bu alanlarda egzersiz yapma imkânı sunulması ucuz maliyetli bir yatırım olmakla birlikte sağlıklı toplum yetiştirilmesi açısından çok değerli bir adım olacağı düşünülmektedir.

Anahtar kelimeler: Fiziksel aktivite, Sağlık, Dış mekan, Spor aletleri, Ergonomi.

Evaluation of Outdoor Fitness Equipment in Terms of Physical Activity, Health and Ergonomic

Abstract

This study aims to identify people's experience of using outdoor fitness equipment in terms of physical activity, health and ergonomic. Within the scope of this study, individuals (94 females, 99 males, a total of 193 participants) who came to 20 parks with outdoor sports areas belonging to Ankara Çankaya Municipality, were interviewed with a face-to-face interview method consisting of 13 questions not exceeding 4 minutes. It was determined that the majority of individuals (65,28%) spent 46-60 minutes on sports. It was determined that 60,1% of the participants wanted to do sports in the company of an expert, but there was no statistically significant relationship ($p>0.05$) between the state of doing sports in the company of an expert and their educational status. It was found that there is a significant difference between genders and some sports equipment used ($p>0.05$). All the individuals (193 people) stated that they preferred the tools they used because they thought that certain parts of their bodies were activated. 12,4% of the participants had an injury in the outdoor sports areas they went to, and they stated that these injuries were mostly in the leg area (37,5%). However, there was no significant relationship between this disability, age, education level, and time allocated to sports ($p>0.05$). When the ergonomic preference reasons for these areas are examined, it was discovered that transportation (4.53 points), location (4.36 points), and cleanliness (4.22 points) are important criteria for evaluating the outdoor sports areas used by individuals. Outdoor sports fields are preferred by users in many respects. Designing the outdoor sports areas ergonomically with exercise equipment suitable for all ages, enriching the walking paths with many alternatives, offering individuals the opportunity to exercise in these areas in the presence of experts is a cheap investment, but it is thought to be a very valuable step in terms of raising a healthy society.

Keywords: Physical activity, Health, Outdoor, Sports equipment, Ergonomics.

* Bu makale, 2016 yılında 22. Ulusal Ergonomi Kongresi'nde (Denizli, Türkiye) sözel bildiri olarak sunulmuş olup, Gazi Üniversitesi Sağlık Bilimleri Enstitüsü Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı Spor ve Sağlık Bilimleri programında Şubat 2017 yılında sunulan "Ankara Çankaya Belediyesine Ait Rekreatif Amaçlı Dış Mekân Spor Alanlarının Ergonomik Açından İncelenmesi" adlı Yüksek Lisans tezinden üretilmiştir.

† Sorumlu Yazar: Nasuh Evrim ACAR, E-posta: nasuhiacar@yahoo.com

GİRİŞ

Fiziksel aktiviteyi teşvik eden iyi tasarlanmış parklar, yerel halkın sağlığına potansiyel olarak katkıda bulunabilecek önemli kamusal açık alanlardır. Çağdaş toplumlarda kamusal açık alanlar, bu bakımdan önemli bir rol oynamaya devam etmektedir (Giles-Corti vd., 2005). Parklar, fiziksel aktiviteyi iki şekilde teşvik edebilirler. Bu alanlar; yürüyüş yapmak, bisiklet sürmek gibi aktif ulaşım alanları olarak kullanılması veya fiziksel aktivitenin gerçekleşebileceği elverişli ortamlar olması açısından fiziksel aktiviteyi teşvik edebilirler. (Sugiyama, Francis, Middleton, Owen ve Giles-Corti, 2010). Her ne kadar fiziksel aktiviteyi teşvik etme konusunda parklar önemli bir yere sahip olsa da genellikle bu anlamda halen yetersiz kullanılmaktadır (Cohen, Marsh, Williamson, Golinelli ve McKenzie, 2012). Bu alanların kullanımını artırma çabaları mevcut fiziksel aktivite seviyelerini potansiyel olarak artırabileceği (Veitch vd., 2015) değerlendirildiğinde dış mekân spor alanlarının önemi daha iyi anlaşılabilir.

Aktif park olarak da adlandırılan çok sayıda insanın serbestçe erişilebileceği fitness ekipmanlı dış mekân spor alanları; her ne kadar daha az ilgi görsede aslında toplumun faydalanabileceği önemli fiziksel aktivite alanlarıdır (Volaklis, Halle ve Meisinger, 2015). Her geçen gün dünyanın her yerinde hızla gelişen (Janssona vd., 2019) dış mekân spor alanları, sayısal olarak artmakla birlikte; bu alanların parkları canlandırma ve fiziksel aktivite fırsatlarına eşit erişim sağlama potansiyeline de sahip olduğu unutulmamalıdır (Chow, Mowen ve WuInt, 2017; Cranney, Shawa ve Phongsavana, 2018). Geniş olarak tanımlanmış dış mekân spor alanları; genellikle kurulan cihazların çalışması için elektrik enerjisine ihtiyaç duyulmayan ve park alanları gibi toplum kullanımına açık kamusal alanlara monte edilen basit ve dayanıklı egzersiz aletlerinden oluşan tesisleri ifade eder (Cohen vd., 2012). Dış mekân spor alanlarındaki egzersiz aletlerinin sayısı ve fonksiyonel tipleri genellikle tesisler arasında farklılık gösterse de (Lee, Lo ve Ho, 2018), bu aletlerde direnç oluşturmak için genellikle bireyin kendi vücut ağırlığı kullanır (Scott, Stride, Neville ve Hua, 2014).

Araştırmalar, parkların insanların fiziksel aktiviteye katılımını teşvik ettiğini göstermektedir (Cohen vd., 2007; Kaczynski, Potwarka ve Saelens, 2008). Ülkemizdeki parklarda dış mekân spor aletleri kurma eğilimi artmasına rağmen, bu aletlerinin fiziksel aktivite, sağlık ve ergonomi yönünden rollerini bir bütünlük içerisinde inceleyen çalışma olmamakla birlikte, ayrı ayrı değişkenler açısından inceleyende sınırlı sayıda çalışma mevcuttur (Doğru, Kızılcı, Çömük, Çetişli ve Tekindal, 2015; Gümüş, Özgül ve Karakılıç, 2017; Muftuler, Yapar, Irez ve Ince, 2011). Bu çalışma, insanların fiziksel aktivite, sağlık ve ergonomi yönünden dış mekân spor aletlerini kullanma deneyimlerini bir bütünlük içerisinde inceleyerek, ileride kurulması planlanan bu tür alanlar için referans teşkil edecek hususları belirlemeyi amaçlamaktadır.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışmada bir konu hakkındaki var olan durumu saptamaya yönelik betimsel araştırma modeli kullanılmıştır (Gliner, Morgan ve Leech, 2015: 90).

Evren-Örneklem

Çalışmanın evrenini Ankara İli Çankaya İlçesi'nde dış mekan spor alanlarında fiziksel aktivite yapan bireyler oluşturmaktadır. Örneklem grubumuz ise kolaydan örneklem seçim yöntemiyle seçilen 99 erkek, 94 kadın olmak üzere toplam 193 kişiden oluşmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Bu çalışma kapsamında Ankara Çankaya Belediyesi'ne ait dış mekân spor alanı bulunan 20 parka fiziksel aktivite yapmak amacıyla gelen bireylere, 4 dakikayı geçmeyen toplam 13 sorudan oluşan anket çalışması yapıldı. Anket formu egzersiz, spor alanları ve dış mekân spor alanları konusunda literatür taraması yapılarak benzer anket formları incelenmesi neticesinde oluşturuldu (Doğru vd., 2015; Gümüş, Özgül ve Karakılıç, 2015). Anket iki bölümden oluşturuldu. İlk bölümde kullanıcı profiline sosyo-demografik yapısını belirlemek amacıyla (Cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu ve mesleği) 4 soru, ikinci bölümde fiziksel aktivite, sağlık ve ergonomiyi ölçen (Kullanıcıların spor yapma alışkanlıkları [gün ve saat], uzman eşliğinde spor yapıp yapmama istekleri, spor alanında mevcut olan aletler, bu aletlerden spor yapmak için tercih ettikleri ile tercih sebepleri, spor sakatlık durumları, kullanılan alanın ergonomi puanı, park seçiminde ergonomik değerlendirmenin sıralamasına ilişkin tercih belirlemeye yönelik sorular) 9 soru çoktan seçmeli olarak hazırlandı.

Araştırma Yayın Etiği

Çalışmaya ilişkin etik onay; Gazi Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu tarafından alınmıştır (23.05.2016/302).

Verilerin Toplanması

Katılımcılara yüz yüze görüşme yöntemi ile Ekim-Kasım-Aralık aylarında sabah 06.30-10.30 ve akşam 17.30-21.30 saatleri arasında anket uygulanmıştır. Anket uygulanmadan önce katılımcılara gönüllü onam formu imzalatılmıştır.

Verilerin Analizi

Araştırmaya katılanların demografik özellikleri ve alanın ergonomik değerlendirmeleri Frekans (n) ve Yüzde (%) şeklinde sunulmuştur. Ayrıca bireylerin tercih nedenleri oran ve ortalamalar verilerek tespit edilmiştir. Değişkenlerin dağılımının normalliği Kolmogorov-Smirnov testi ile incelenmiştir ($p>0.05$). Cinsiyet değişkenine göre katılımcıların kullandıkları spor aletleri arasında fark olup olmadığını belirlemek amacıyla bağımsız örneklem t-test analiz yöntemi kullanılmıştır. Spor alanı kullanıcılarının, parklarda spor yaparken sakatlık geçirme durumları ile demografik özellikler arasında, uzman eşliğinde yapılan sporun eğitim durumu ile ilişkisi ve spor aletlerinin cinsiyete göre kullanım durumları Ki-kare testi (gruplardaki gözlenen frekanslar 5'ten küçük olduğu için Kontenjan Katsayısı ile ilişkiler incelenmiştir) ile tespit edilmiştir.

BULGULAR

Tablo 1. Katılımcılara ait tanımlayıcı istatistikler ve egzersize ayrılan sürenin demografik özelliklere göre dağılımı

Değişken	Kategori	Spora Ayrılan Süre (dk)				Toplam (N=193) Frekans ve Yüzde (%)
		16-30 dk	31-45 dk	46-60 dk	60dk ve Üzeri	
Cinsiyet	Erkek	7	8	63	21	99 (51,3)
	Kadın	4	7	63	20	94 (48,7)
Yaş	15-24 Yaş	1	3	6	4	14 (7,3)
	25-44 Yaş	1	0	16	4	21 (10,9)
	45-64 Yaş	6	10	84	25	125 (64,8)
	65 ve Üstü Yaş	3	2	20	8	33 (17,1)
Eğitim Durumu	İlkokul	1	1	11	0	13 (6,74)
	Ortaokul	2	1	0	1	4 (2,07)
	Lise	1	6	25	9	41 (21,24)
	Lisans	6	6	73	27	112 (58,03)
	Lisansüstü	1	1	17	4	23 (11,92)
Meslek Grubu	Memur	1	1	24	10	36 (18,7)
	Özel Sektör	3	3	17	9	32 (16,6)
	Öğrenci	1	3	8	4	16 (8,3)
	Emekli	4	5	53	15	77 (39,9)
	Çalışmıyor	2	3	24	3	32 (16,6)

Dış mekân spor aleti kullanan bireyler incelendiğinde; çoğunluğunun erkek, 45 yaş üstü, lisans eğitim düzeyine sahip, emekli bireylerden oluştuğu görülmektedir (Tablo 1). Katılımcıların bu mekanları en çok 46-60 dakika arası kullandıkları gözlemlenmektedir (Tablo 1).

Tablo 2. Uzman eşliğinde egzersiz yapılmasını isteyen ve istemeyenlerin demografik özelliklere göre dağılımı ve eğitim durumu ile ilişkisi

Değişken	Kategori	Uzman Eşliğinde Spor Yapmak İster misiniz?		p
		Evet (%)	Hayır (%)	
Cinsiyet	Erkek	51 (44)	48 (62.3)	0.468
	Kadın	65 (56)	29 (37.7)	
Yaş	15-24 Yaş	10 (8.6)	4 (5.2)	
	25-44 Yaş	14 (12.1)	7 (9.1)	
	45-64 Yaş	74 (63.8)	51 (66.2)	
	65 ve Üstü Yaş	18 (15.5)	15 (19.5)	
Eğitim Durumu	İlkokul	8 (6.9)	5 (6.5)	
	Ortaokul	2 (1.7)	2 (2.6)	
	Lise	27 (23.3)	14 (18.2)	
	Lisans	67 (57.8)	45 (58.4)	
	Lisansüstü	12 (10.3)	11 (14.3)	
Meslek Grubu	Memur	19 (16.4)	17 (22.1)	
	Özel Sektör	18 (15.5)	14 (18.2)	
	Öğrenci	11 (9.5)	5 (6.5)	
	Emekli	46 (39.7)	31 (40.3)	
	Çalışmıyor	22 (19)	10 (13)	
Toplam		116 (60.1)	77 (39.9)	

Dış mekân spor alanlarında en çok kadınların, 45-64 yaş aralığında, lisans mezunu emekli bireylerin uzman eşliğinde egzersiz yapmayı istedikleri görülmektedir. Her ne kadar lisans mezunları uzman eşliğinde daha çok spor yapmak istesede, uzman eşliğinde spor yapma durumu ile eğitim durumu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$).

Tablo 3. Cinsiyet faktörüne göre parkta kullanılan aletlerin tercih edilme durumlarının karşılaştırılması

Aletler	Kadın (n=94)	Erkek (n=99)	Değer (x ²)	p
Yürüyüş Yolu	75	74	0,696	0,404
Oturarak Barfiks Aleti	28	50	8,594	0,003*
Ayakta Bel Çalıştırma Aleti	39	35	0,740	0,786
Kros-Kayak Aleti	50	21	21,205	0.001*
Kol ve Bilek Çalıştırma Aleti	35	35	0,740	0,786
Airwalk Aleti	43	19	15,591	0.001*
Salınım Aleti	35	19	7,789	0,005*
Bisiklet Aleti	31	21	3,392	0,066
Mekik	18	20	0,034	0,854
Bacak İtme Aleti	21	12	2,427	0,119
Bacakla Ağırlık Kaldırma	13	18	0,677	0,41
Step Aleti	16	10	1,981	0,159
Sırt Esnetme Aleti	11	7	1,223	0,269
Bel Esnetme Aleti	6	9	0,493	0,482
Diğer	7	6	0,147	0,701
Barfiks	3	9	3,541	0,06
Oturarak Bel Çalıştırma Aleti	4	7	0,711	0,399
Bacak Açma Aleti	6	4	0,539	0,463
Jokey Aleti	4	5	0,077	0,781

* p>0.05

Kullanıcıların cinsiyetler ile kullanılan bazı spor aletleri arasında anlamlı bir fark olduğu görülmektedir (p>0.05). Erkeklerin oturarak barfiks aletini kadınlara göre daha çok tercih ettiği, kadınların ise cross-country aletini, airwalk aletini ve salınım aletini erkeklere göre daha çok tercih ettikleri görülmektedir. Bireyler en çok yürüyüş yollarını, en az ise jokey aletini tercih ettikleri görülmüştür.

Tablo 4. Kullanıcıların egzersiz aletlerini tercih nedenleri

Sıra No	Tercih Nedeni	Tercih Edilme Durumu (%)
1	Kullandığım aletin vücudumda belli bölgeleri çalıştırdığını düşündüğüm için	193 (100)
	▪ Kol	24 (12.4)
	▪ Boyun	16 (8.3)
	▪ Bel	10 (5.2)
	▪ Karın	6 (3.1)
	▪ Bacak	6 (3.1)
	▪ Göğüs	5 (2.6)
	▪ Kalça	4 (2.1)
	▪ Hangi Bölgesini Çalıştırdığına Dair Bilgisi Yok	122 (63.2)
2	Sağlıklı Yaşam Amacıyla	130 (67.4)
3	Kullanım Kolaylığı Sebebiyle	17 (8.8)
4	Spora Ayırdığı Vakit Sebebiyle	10 (5.2)
5	Özel Bir Nedeni Yok	10 (5.2)
6	Masaj Amacıyla	4 (2.1)
7	Çevresindeki Kullanıcılardan Etkilenmesi Sebebiyle	3 (1.6)

Tablo 4'te parklarda kullanılan aletlerin tercih edilme sebepleri verilmiştir. Bireylerin tamamı kullandıkları aletleri vücutlarında belli bölgelerinin çalıştırdığını düşündükleri için tercih ettiklerini belirtmiştir. Katılımcılara kullandıkları spor aletlerin vücutlarında hangi bölgelerini çalıştırdığına ilişkin soruya verdikleri cevaplarda çoğunluğun (122 birey) kullandığı spor aletinin vücudunun hangi bölgesini çalıştırdığını bilmediği; geri kalanların ise belli bölgeleri (kol, boyun, bel, karın, bacak, göğüs ve kalça) çalıştırdığını belirtmişlerdir. Ayrıca çalışmaya katılanların büyük çoğunluğu (%67,4) sağlıklı yaşam için spor alanlarını tercih ettiklerini ifade etmişlerdir.

Tablo 5. Egzersiz alanında geçirilen sakatlık oranı ve sakatlık geçirilen bölge dağılımı

Soru	Cevap	Frekans ve Yüzde (%)
Spor Yapılan Alanda Sakatlık Geçirme Durumu	Hayır	169 (87,6)
	Evet	24 (12,4)
Sakatlık Geçirilen Bölge (n=24)	Baş	7 (29,17)
	Bacak	9 (37,50)
	Kol	5 (20,83)
	Göğüs	2 (8,33)
	Bel	1 (4,17)

Katılımcıların %12,4'ü (24 kişi) gittiği dış mekân spor alanlarında sakatlık geçirmiş olup, bu sakatlanmaların en çok bacak bölgesinde (%37,5) olduğunu belirtmişlerdir (Tablo 5).

Tablo 6. Sakatlık geçirme durumunun demografik değişkenler ile ilişkisi

Değişken	Kategori	Sakatlık Geçirme Durumu			p
		Evet	Hayır	Toplam	
Spora Ayrılan Süre	5-15 dk	0 (%0)	0 (%0)	0 (%0)	0.953
	16-30 dk	1 (%4.2)	10 (%5.9)	11 (%5.7)	
	31-45 dk	2 (%8.3)	13 (%7.7)	15 (%7.8)	
	46-60 dk	15 (%62.5)	111 (%65.7)	126 (%65.3)	
	60 üstü dk	6 (%25)	35 (%20.7)	41 (%21.2)	
	Toplam	24 (%100)	169 (%100)	193 (%100)	
Eğitim Durumu	İlkokul	1 (%4.2)	12 (%7.1)	13 (%6.7)	0.763
	Ortaokul	1 (%4.2)	3 (%1.8)	4 (%2.1)	
	Lise	6 (%25)	35 (%20.7)	41 (%21.2)	
	Lisans	12 (%50)	100 (%59.2)	112 (%58)	
	Lisansüstü	4 (%16.7)	19 (%11.2)	23 (%11.9)	
	Toplam	24 (%100)	169 (%100)	193 (%100)	
Yaş	0-14 yaş	0 (%0)	0 (%0)	0 (%0)	0.514
	15-24 yaş	0 (%0)	14 (%8.3)	14 (%7.3)	
	25-44 yaş	3 (%12.5)	18 (%10.7)	21 (%10.9)	
	45-64 yaş	16 (%66.7)	109 (%64.5)	125 (%64.8)	
	65 üstü yaş	5 (%20.8)	28 (%16.6)	33 (%17.1)	
	Toplam	24 (%100)	169 (%100)	193 (%100)	

Spor yaparken sakatlık geçirme durumunun yaş, eğitim durumu ve spora ayrılan süreyle aralarında anlamlı bir ilişki bulunamamıştır ($p>0.05$). Bütün değişkenler cinsinden, kategoriler arası herhangi bir farklılık tespit edilememiştir (Tablo 6).

Tablo 7. İncelenen parklara ait ergonomi puanlarına ilişkin ortalama puanlar ve dağılımı

Ölçütler	Ergonomi Ölçüt Değerlendirmesi					Ölçüt Puan X (Ort.)	Sıralama
	ÇK	K	O	İ	Çİ		
Ulaşım Durumu	6	4	4	46	133	4.53	1
Yerleşim Alanlarına Yakınlığı	3	6	21	51	112	4.36	2
Temizlik Durumu	13	4	17	52	107	4.22	3
Çevre Gürültü Düzeyi	11	12	22	58	90	4.06	4
Renk ve Ses Düzeni	11	9	29	103	41	3.80	5
Hava Kirliliğinden Etkilenme Düzeyi	10	21	39	55	68	3.78	6
Görüş Alanındaki Parlaklık Durumu	14	16	47	51	65	3.71	7
Zemin Durumu	20	15	38	46	44	3.56	8
Çevre Aydınlatması	18	13	62	45	55	3.55	9
Konumu	14	19	47	83	30	3.50	10
Güvenlik Durumu	45	10	24	57	57	3.37	11
Aletlerin Durumu	23	26	65	59	20	3.14	12
Aletlerin Sayısı	23	29	60	63	18	3.12	13
Özel Araç Park Yeri	81	2	13	25	72	3.03	14
Bilgilendirme Levhalarının Sayısı	97	29	42	22	3	1.99	15
Bilgilendirme Levhalarının Okunaklılığı	110	24	49	10	0	1.79	16

ÇK: Çok Kötü, K: Kötü, O: Orta, İ: İyi, Çİ: Çok İyi

Katılımcılara spor yaptıkları alanları ergonomik açıdan değerlendirmeleri istendiğinde, kullanıcılar için en önemli ergonomi kriterinin spor alanına ulaşım durumu (Ort.= 4,53 puan) olduğu, en düşük kriterin ise bilgilendirme levhalarının okunaklılığı olduğunu tespit edilmiştir. Ulaşım, konum ve temizliğin bireylerin kullandıkları dış mekân spor alanlarını değerlendirme önemli kriterler olduğu görülürken park alanlarındaki fiziksel sorunların (özel park yeri, bilgilendirme levhalarındaki eksiklikler) ise yetersiz görüldüğü belirlenmiştir (Tablo 7).

Tablo 8. Ergonomi ölçütlerini tercih nedenleri sıralaması

Ölçütler	Tercih Edilme Sayısı (%)	Sıra No
Yerleşim Alanlarına Yakınlığı	170 (88.1)	1
Ulaşım Durumu	53 (27.5)	2
Hava Kirliliğinden Etkilenme Düzeyi	30 (15.5)	3
Temizlik Durumu	29 (15)	4
Zemin Durumu	20 (10.4)	5
Güvenlik Durumu	13 (6.7)	6
Özel Araç Park Yeri	11 (5.7)	7
Aletlerin Durumu	10 (5.2)	8
Aletlerin Sayısı	8 (4.1)	9
Çevre Gürültü Düzeyi	8 (4.1)	9
Çevre Aydınlatması	5 (2.6)	10
Renk ve Ses Düzeni	5 (2.6)	10
Konumu	4 (2.1)	11
Görüş Alanındaki Parlaklık Durumu	1 (0.5)	12
Bilgilendirme Levhalarının Sayısı	1 (0.5)	12
Bilgilendirme Levhalarının Okunaklılığı	1 (0.5)	12

Katılımcılardan ergonomi ölçütlerinin tercih nedenlerinin sıralanması istendiğinde, katılımcıların bu alanları ilk tercih nedenlerinin spor alanının konumu olduğu, ikinci ve üçüncü nedenin ise ulaşım ve hava kirliliğinden etkilenme düzeyinin olduğu saptanmıştır. Sporseverler spor alanlarındaki fiziksel yetersizliklerden şikâyetçi oldukları parklardaki levha ve görüntü eksikliklerinin park seçimini kötü etkilediği belirlenmiştir (Tablo 8).

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada, bireylerin çeşitli değişkenler açısından dış mekân spor aletleri kullanım deneyimleri belirlenmeye çalışılmıştır. Dış mekân spor aletleri kullanıcıları demografik açıdan incelendiğinde çalışmamızdaki benzer sonuçlara ulaşan birçok alan yazınla karşılaşılmaktadır. Bu kapsamda erkek kullanıcıların kadınlardan fazla olduğu (Evenson, Jones, Holliday, Cohen ve McKenzie, 2016; Hecke vd., 2017; Stewart, Moudon, Littman, Seto ve Saelens, 2018; Veitch vd., 2015), yetişkin bireylerin (Kaczynski vd., 2014; Muftuler vd., 2011; Parra vd., 2019; Stewart vd., 2018) ve çoğunlukla lisans mezunu (Copeland vd., 2017; Doğru vd., 2015), emekliye ayrılmış kullanıcıların ilgili alanları fiziksel aktivite için tercih ettikleri görülmektedir (Tablo 1). Tam aksine ilgili spor alanlarının kadınlar tarafından daha çok kullanıldığını (Burrows, O'Mahony ve Geraghty, 2018; Cunningham-Myrie vd., 2019; Furber, Pomroy, Grego ve Tavener-Smith, 2014; Kaczynski vd., 2014; Muftuler vd., 2011) ve emeklilerin daha az kullandığını (Doğru vd., 2015) bildiren çalışmalarda mevcuttur. Kültürel farklılıklar ve parkların kullanımına ilişkin güvenlik yakınlık gibi diğer unsurlar kullanıcıların demografik yapısını etkileyebileceği değerlendirilmektedir. Dünya Sağlık Örgütü'nün temel

stratejilerinden birisinin çevreyi daha yaş dostu bir yer haline getirmek olduğu düşünülürse, başta yaşlı bireyler olmak üzere her yaştan bireylerin bu alanları kullanımını arttırmaya yönelik tedbirler alınmalıdır (Barton ve Pretty, 2010).

Çalışmamızda her iki cinsiyete ait parklardaki egzersiz süresi değerlendirildiğinde kullanıcıların büyük bir kısmının 45 dakikanın üstünde fiziksel aktiviteye zaman ayırdıkları görülmektedir (Tablo 1). Her ne kadar ölçüm yöntemlerinde farklılıklar olsada (Janssona vd., 2019) dış mekan spor alanlarında egzersiz için geçirilen süreler değerlendirildiğinde; bazı çalışmalar 15 ila 30 dakika arasında süre harcadığını belirtirken (da Silva, Fermio, Lopes, Alberico ve Reis, 2018; Mora, 2012; Mora, Weisstaub, Greene ve Herrmann, 2017) aksine, Chow ve diğerleri (2017) dış mekan spor aletleri kullanarak harcanan ortalama sürenin dokuz dakika olduğunu bildirmiş ve bu sürenin fiziksel aktivite önerilerini karşılayacak kadar yeterli olmadığını da ifade etmişlerdir. Çalışmamızdakine benzer olarak fiziksel aktivite için kullanıcıların dış mekan spor alanlarında en çok yürüyüş yollarını (Tablo 3) tercih ettikleri dikkate alındığında (Burrows vd., 2018; Copeland vd., 2017; Muftuler vd., 2011; Stride, Cranney, Scott ve Hua, 2017) bu mekanlardaki spor aletlerinde geçen sürenin daha düşük olabileceği değerlendirilerek (Copeland vd., 2017) gerekli tedbirler alınmalıdır.

Bu tedbirlerin başında uzman eşliğinde spor yaptırılması gelebilir. Çalışmamızdaki bulgulardan yola çıkarak (Tablo 2) her ne kadar istatistiksel olarak anlamlı olmasa da eğitim seviyesinin artışının belli oranda uzman eğitime olan isteği de arttırmış olduğu söylenebilir. Elde edilen bu sonuçlara göre, orta ve üstü yaş grubu, emekli bireylerin uzman eğitime önem verdiği ve istediği, genç kesimin ise daha çok bireysel çalışmalardan yana olduğu görülmektedir. Uzman eşliğinde dış mekân spor aletlerinde yaptırılan egzersizin fiziksel aktivite ve sağlık açısından faydasını gösteren çalışmalarda mevcuttur (Kim vd., 2018).

Dış mekân spor alanlarında yürüyüşten sonra oturarak barfiks aleti ve ayakta bel çalıştırma aletinin en çok tercih edilen diğer aletler olduğu görülmektedir. Cinsiyetler açısından kullanılan cihazlar incelendiğinde; erkeklerin oturarak barfiks aletini, kadınların ise uzay yürüyüş aletini, airwalk aletini ve salınım aletini karşı cinslerine göre daha çok tercih ettikleri belirlenmiştir (Tablo 3). Yapılan diğer çalışmalar incelendiğinde yürüyüşün (Burrows vd., 2018; Copeland vd., 2017; Muftuler vd., 2011; Stride vd., 2017) dış mekân spor alanlarında çok popüler bir fiziksel aktivite olduğu söylenebilir. Diğer dış mekân spor aletleri kullanım açısından incelendiğinde çalışmamıza benzer sonuçlarla karşılaşılmaktadır. Bu kapsamda; Chow ve Wu (2019), dış mekân spor aletlerinin kullanıcı davranışlarını gözlemlemiş ve en çok kullanıcıların air walker aletini sonra twist, ski machine ve sırt masaj aletini tercih ettiğini ifade etmişlerdir. Yine bu aletlerin en çok kadınların ve yaşlı bireylerin kullandıklarını gözlemlemişlerdir. Başka bir çalışmada ise oturarak barfiks çekme aletinin en çok tercih edilenler arasında olduğunu bildirmiştir (Stride vd., 2017). Yapılan bir çalışmada ski machine ve air walker cihazları ile yapılan antrenmanlar orta şiddette kabul edilebilirken, bel twist hareketi ve çift kol esneme hareketlerinin oldukça düşük yoğunluklu fiziksel aktiviteler olduğu tespit edilmiştir (Chow ve Ho, 2018). Yapılan bir başka çalışmada ise kullanıcılar parktaki 6 aletten genelde 3 veya daha azını kullanmayı tercih ettiklerini bunlarda da bir alette 5 dakikadan az zaman harcadıklarını bildirmişlerdir (Chow vd., 2017). Mevcut literatür incelendiğinde erkeklerin kol kuvvetine yönelik cihazları daha çok tercih ettikleri, kadınlarınsa bacak kuvvetine ilişkin aletleri tercih ettikleri tespit edilmektedir. İleride tercih edilen dış mekân spor aletlerine yönelik çalışmalar artırılarak ilgili spor alanlarına yönelik daha uygun aletlerin kurulumu sağlana bilir. Yine

yürüyüş yollarının sayısı ve rota olarak alternatiflerinin artırılmasının bireylerin dış mekân spor alanları tercihlerini arttıracığı değerlendirilmektedir.

Katılımcıların dış mekân spor aletlerini tercih sebepleri incelendiğinde tamamının kullandıkları aletleri vücutlarında belli bölgeyi çalıştırdığını düşündükleri için tercih ettikleri (Tablo 4) ancak yine çoğunun benzer bir çalışmada (Doğru vd., 2015) da belirtildiği gibi bu aletlerin vücutlarında hangi bölgeye etki ettiği konusunda fikir sahibi olmadıkları tespit edilmiştir.

Katılımcıların küçük bir kısmı gittiği dış mekân spor alanlarında sakatlık geçirmiş olup, bu sakatlanmaların en çok bacak bölgesinde olduğunu belirtmişlerdir (Tablo 5 ve 6). Sakatlanma sebepleri sorulduğunda aletle ilgili kullanım bilgisi yetersizliği, aletin bakım eksikliği ve kötü hava koşullarında zemin ve aletlerin olumsuz etkilenmesini göstermişlerdir. Yine benzer şekilde birkaç çalışma, dış mekân spor aletlerinin gözetim eksikliği ve yetersiz kullanım talimatları nedeniyle sağlık açısından birçok güvenlik sorunu ortaya çıkardığını göstermiştir (Doğru vd., 2015; Copeland vd., 2017). Yapılan bir çalışmada dış mekân spor aletlerinin kullanıcılarının %79'unun bu aletleri kullandıktan sonra sağlık sorunları geliştirdiğini ve %54'ünün kas ağrısından şikâyet ettiğini bildirmiştir (Doğru vd., 2015). Yapılan diğer çalışmalarda katılımcılar, dış mekân spor aletleri kullanılmasının omuz (Copeland vd., 2017), ameliyat sonrası rehabilitasyon (Chow, 2013), omurga sorunları (Copeland vd., 2017) gibi sağlık sorunlarının tedavisine yardımcı olduğunu ifade etmişlerdir.

Parklar, fiziksel aktiviteyi artırmak için önemli, düşük maliyetli alanlar olmakla birlikte bu alanların kalitesi kullanımı etkilemektedir (Knapp, Gustat, Darenbourg, Myers ve Johnson, 2019). Parkları çeşitli ergonomik açıdan inceleyen benzer araştırmalar incelendiğinde, çalışmamızdaki sonuçlara paralel olarak (Tablo7 ve 8), park özelliklerinin kalitesi ile kullanıcı sayısı ve park temelli fiziksel aktivite seviyeleri arasında olumlu ilişkiler bulmuşlardır (Douglas vd., 2018; Rung, Mowen, Broyles ve Gustat, 2011). Örneğin bireylerin parkları tercih nedenleri arasında; başta güvenlik, konum, estetik görünüş ve yürüyüş yollarını barındırması yatmaktadır (Cunningham-Myrie vd., 2019). Çalışmamızda elde ettiğimiz bulgularda olduğu gibi birçok çalışma özellikle bu alanlara yakınlığın, açık hava spor alanları kullanımını etkileyen en önemli faktörlerden biri olduğunu tespit etmiştir. (Cohen vd., 2012; Cranney vd., 2016; da Silva vd., 2018; Stride vd., 2017). Bununla birlikte yakın tarihli bir çalışma, parklara erişim ile fiziksel aktivite arasındaki karışık ilişkileri rapor ederken (Bancroft vd., 2015) başka bir çalışma park tesislerinin kalitesinin, fiziksel aktivitenin geliştirilmesinde parklara yakınlıktan daha önemli olduğunu tespit etmiştir (Stewart vd., 2018; Sugiyama vd., 2010). Diğer taraftan bu tür alanlara yakınlığın mutlaka erişim veya kullanım anlamına gelmediği, herhangi bir parka yakınlığın fiziksel aktivite ile ilişkili olmadığını gösteren çalışmalarda mevcuttur (Kaczynski vd., 2014; Ou vd., 2016). Bu çalışmalarda özel kolaylık tesislerinin hem park kullanımı hem de park temelli fiziksel aktivite ile ilişkili olduğu bulunmuştur (Child vd., 2014; Kaczynski vd., 2014; Muftuler vd., 2011; Stewart vd., 2018). Bu alanları ergonomik açıdan inceleyen bir başka çalışmada bulgularımıza paralellik göstermektedir. İlgili çalışmaya göre dış mekân spor aletleri ve alanlarının daha iyi tanıtımının yapılmasının, bu alanlarda bilgilendirme levhalarının olmasının, yetkililerce egzersiz programları uygulanmasının bu alanların kullanılabilirliğini artıracığı sonucuna varılmıştır (Copeland vd., 2017).

Dış mekân spor aletlerinin en büyük avantajlarından birisi herkesime hitap ederek yine herkesin rahatlıkla ulaşabileceği, fiziksel aktivite düzeylerini geliştirebilecekleri halka açık

kamusal alanlardır. Bu alanların kullanımına ilişkin yapılacak doğru hamleler maliyet açısından ucuz olmasının yanında, toplum sağlığının pozitif etkinliği açısından bir o kadarda önemlidir. Bu alanların planlamasında; kullanıcılara yakın, ulaşımı kolay ve temiz olmasının, her yaşa uygun aletlerle tasarlanmasının, yürüyüş yollarının birçok alternatifle zenginleştirilmesinin, uzmanlar eşliğinde bireylere bu alanlarda egzersiz yapma imkânı sunulmasının sağlıklı toplum yetiştirilmesi açısından ucuz ama çok değerli bir adım olacağı değerlendirilmektedir.

Çalışmamızın sınırlılıklarını da oluşturan; seçilen park sayısı, mevsim şartları, örneklem boyutu ve bu alanlarda yapılan fiziksel aktivitenin etkileri ileride yapılan çalışmalarda geliştirilerek alan yazına değerli katkılar sağlanabileceği düşünülmektedir.

Çıkar Çatışması: Makalenin yazarları arasında, çalışma kapsamında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması yoktur.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Nasuh Evrim ACAR: Fikir gelişimi, veri toplama/işleme, veri analizi, literatürün araştırılması, yazma. Latif AYDOS: Proje yönetimi, çalışma dizaynı, veri yorumlama, kritik gözden geçirme.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Gazi Üniversitesi Klinik Araştırmalar Etik Kurulu

Tarih: 23 Mayıs 2016

Sayı No: 25901600/214

KAYNAKLAR

- Barton, J. & Pretty, J. (2010). What is the best dose of nature and green exercise for improving mental health? A multi-study analysis. *Environ Sci Technol.*, 44, 3947–3955.
- Bancroft, C., Joshi, S., Rundle, A., Hutson, M., Chong, C., Weiss, C.C., Genkinger, J., Neckerman, K. & Lovasi, G. (2015). Association of proximity and density of parks and objectively measured physical activity in the United States: A systematic review. *Soc Sci Med.*, 138, 22-30. <https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2015.05.034>
- Burrows, E., O’Mahony, M. & Geraghty, D. (2018). How urban parks offer opportunities for physical activity in Dublin, Ireland. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 15(4), 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph15040815>
- Child, S. T., McKenzie, T. L., Arredondo, E.M., Elder, J. P., Martinez, S. M. & Ayala, G. X. (2014). Associations between park facilities, user demographics, and physical activity levels at san diego county parks. *Journal of Park and Recreation Administration*, 32(4), 68-81.
- Chow, H. (2013). Outdoor fitness equipment in parks: A qualitative study from older adults’ perceptions. *BMC Public Health*, 13(1216), 1-9.
- Chow, H., Mowen, A. J. & WuInt, G. (2017). Who is using outdoor fitness equipment and how? the case of xihu park. *J. Environ. Res. Public Health*, 14(448), 1-12. <https://doi.org/10.3390/ijerph14040448>
- Chow, H. & Ho, C.H. (2018). Does the use of outdoor fitness equipment by older adults qualify as moderate to vigorous physical activity? *PLoS ONE*, 13(4), 1-13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0196507>
- Chow, H. & Wu, D.R. (2019). Outdoor fitness equipment usage behaviors in natural settings. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16(391), 1-18. <https://doi.org/10.3390/ijerph16030391>
- Cohen, D., Marsh, T., Williamson, S., Golinelli, D. & McKenzie, T.L. (2012). Impact and cost-effectiveness of family fitness zones: a natural experiment in urban public parks. *Health Place*, 18(1), 39–45. <https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2011.09.008>
- Cohen, D., McKenzie, T.L., Sehgal, A., Williamson, S., Golinelli, D. & Lurie, N. (2007). Contribution of public parks to physical activity. *Am. J. Public Health*, 97, 509–514.
- Copeland, J. L., Currie, C., Walker, A., Mason, E., Willoughby, T. & Amson, A. (2017). Fitness equipment in public parks: Frequency of use and community perceptions in a small urban centre. *Journal of Physical Activity ve Health*, 14(5), 344-352.
- Cranney, L., Shawa, L. & Phongsavana, P. (2018). Are outdoor gyms located in areas of greatest need and impact? An audit in sydney, Australia. *Annals of Leisure Research*, 22(3), 395-403. <https://doi.org/10.1080/11745398.2018.1523737>
- Cunningham-Myrie, C. A., Royal-Thomas, T. Y. N., Bailey, A. E., Gustat, J., Theall, K. P., Harrison, J. E. & Reid, M. E. (2019). Use of a public park for physical activity in the Caribbean: evidence from a mixedmethods study in Jamaica. *BMC Public Health*, 19(894), 1-12. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7247-6>
- da Silva, A.T., Fermino, R.C., Lopes, A.A.S., Alberico, C. O. & Reis, R. S. (2018). Distance to fitness zone, use of facilities and physical activity in adults. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 24(2), 157–161. <https://doi.org/10.1590/1517-869220182402180439>
- Doğru, E., Kızılcı, M.H., Çömük, B.N., Çetişli, K.N. ve Tekindal, M.A. (2015). Açık alan spor aletlerini kullanan bireylerin egzersiz bilinç ve alışkanlıklarının incelenmesi. *Journal of Exercise Therapy and Rehabilitation*, 2(3), 102-109.
- Douglas, J.A., Briones, M.D., Bauer, E.Z., Trujillo, M., Lopez, M. & Subica, A.M. (2018). Social and environmental determinants of physical activity in urban parks: Testing a neighborhood disorder model. *Prev. Med.*, 109, 119–124.

Acar, N.E. ve Aydos, L. (2021). Dış mekân spor aletlerinin fiziksel aktivite, sağlık ve ergonomik açıdan değerlendirilmesi. *Spor Bilimleri Araştırmaları Dergisi*, 6(1), 220-232.

Evenson, K. R., Jones, S. A., Holliday, K. M., Cohen, D. A. & McKenzie, T. L. (2016). Park characteristics, use, and physical activity: A review of studies using SOPARC (System for Observing Play and Recreation in Communities). *Prev Med.*, 86, 153–166. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.02.029>

Furber, S., Pomroy, H., Grego, S. & Tavener-Smith, K. (2014). People's experiences of using outdoor gym equipment in parks. *Health Promotion Journal of Australia*, 25(3), 211. <https://doi.org/10.1071/HE14038>

Giles-Corti, B., Broomhall, M.H., Knuiaman, M., Collins, C., Douglas, K., Ng, K., Lange, A. & Donovanet, R. J. (2005). Increasing walking: How important is distance to, attractiveness, and size of public open space? *Am J Prev Med.*, 28(2), 169–176.

Gliner, J. A., Morgan, G.A. & Leech, N.L. (2015). *Uygulamada araştırma yöntemleri desen ve analizi bütünleştiren yaklaşım* (S. Turan, Çev.) Ankara: Nobel Yayınları.

Gümüş, H., Özgül, S.A. ve Karakılıç, M. (2017). Fiziksel aktivite için park ve rekreasyon alanlarına gelen kullanıcıların mekân seçimini ve fiziksel aktiviteye katılımını etkileyen faktörler. *Sportmetre*, 15(1), 31-38.

Gümüş, H., Özgül, S.A. ve Karakılıç, M. (2015). Fiziksel Aktivite Mekânı Değerlendirme Ölçeği (FAMDÖ): geçerlik ve güvenilirlik çalışması. *Spor Bilimleri Dergisi*, 26(1), 1–8.

Hecke, L. V., Cauwenberg, J.V., Clarys, P., Dyck, D.V., Veitch, J. & Deforche, B. (2017). Active use of parks in Flanders (Belgium): An exploratory observational study. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 14(35), 1-15. <https://doi.org/10.3390/ijerph14010035>

Janssona, A. K., Lubansa, D.R., Smitha, J. J., Duncanb, M.J., Haslama, R. & Plotnikoff, R.C. (2019). A systematic review of outdoor gym use: Current evidence and future directions. *Sci Med Sport*, 22(12), 1335-1343. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.08.003>

Kaczynski, A.T., Potwarka, L.R. & Saelens, B.E. (2008). Association of park size, distance, and features with physical activity in neighborhood parks. *Am. J. Public Health*, 98, 1451–1456.

Kaczynski, A.T., Besenyi, G. M., Stanis S.A.W., Koohsari, M. J., Oestman, K. B., Bergstrom, R., Potwarka, L.R. & Reis, R. S. (2014). Are park proximity and park features related to park use and park-based physical activity among adults? Variations by multiple socio-demographic characteristics. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 11(146), 1-14. <https://doi.org/10.1186/s12966-014-0146-4>

Kim, D.I., Lee, D.H., Hong, S., Jo, S.W., Won, Y.S. & Jeon, J.Y. (2018). Six weeks of combined aerobic and resistance exercise using outdoor exercise machines improves fitness, insulin resistance, and chemerin in the Korean elderly: A pilot randomized controlled trial. *Arch Gerontol Geriatr*, 75, 59-64. <https://doi.org/10.1016/j.archger.2017.11.006>

Knapp, M., Gustat, J., Darensbourg, R., Myers, L. & Johnson, C. (2019). The relationships between park quality, park usage, and levels of physical activity in low-income, african american neighborhoods. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16(8), 1-9. <https://doi.org/10.3390/ijerph16010085>

Lee, J.L.C., Lo, T.L.T. & Ho, R.T.H. (2018). Understanding outdoor gyms in public open spaces: A systematic review and integrative synthesis of qualitative and quantitative evidence. *Int J Environ Res Public Health*, 15(590), 1-15. <https://doi.org/10.3390/ijerph15040590>

Muftuler, M., Yapar, A., Irez, S.G. & Ince, M. L. (2011). Examination of public parks for physical activity participation by their location, size and facilities. *The Shield*, 6, 14-25.

Mora, R. (2012). Moving bodies: Open gyms and physical activity in Santiago. *Journal of Urban Design*, 17(4), 485–497. <https://doi.org/10.1080/13574809.2012.706367>

Mora, R., Weisstaub, G., Greene, M. & Herrmann, G. (2017). Outdoor gyms in Santiago: urban distribution and effects on physical activity. *Scielo*, 23(3), 1-7. <https://doi.org/10.1590/s1980-6574201700030005>

Parra, D. C., Van Zandt, A., Wang, P., Goodman, M., Abhishek, J., Haire-Joshu, D. & Brownson, R. C. (2019). Evaluating park use and satisfaction: The case of trojan park in St. Louis Missouri. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 16(2798), 1-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph16152798>

- Rung, A.L., Mowen, A.J., Broyles, S.T. & Gustat, J. (2011). The role of park conditions and features on park visitation and physical activity. *J. Phys. Act. Health*, 8, 178–187.
- Scott, A., Stride, V., Neville, L. & Hua, M. (2014). Design and promotion of an outdoor gym for older adults: a collaborative project. *Health Promot J Aust*, 25(3), 212–214. <https://doi.org/10.1071/HE14037>
- Stewart, O. T., Moudon, A. V., Littman, A. J., Seto, E. & Saelens, B. E. (2018). The association between park facilities and duration of physical activity during active park visits. *J Urban Health*, 95, 869–880.
- Stride, V., Cranney, L., Scott, A. & Hua, M. (2017). Outdoor gyms and older adults - acceptability, enablers and barriers: A survey of park users. *Health Promot J Aust*, 28(3), 243–246. <https://doi.org/10.1071/HE16075>
- Sugiyama, T., Francis, J., Middleton, N.J., Owen, N. & Giles-Corti, B. (2010). Associations between recreational walking and attractiveness, size, and proximity of neighborhood open spaces. *Am J Public Health*, 100(9), 1752–1757. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2009.182006>
- Ou, J.Y., Levy, J. I., Peters, J.L., Bongiovanni, R., Garcia-Soto, J., Medina, R. & Scammell, M.K. (2016). A walk in the park: The influence of urban parks and community violence on physical activity in Chelsea, MA. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 13(97), 1-12. <https://doi.org/10.3390/ijerph13010097>
- Veitch, J., Carver, A., Abbott, G., Giles-Corti, B., Timperio, A. & Salmon, J. (2015). How active are people in metropolitan parks? An observational study of park visitation in Australia. *BMC Public Health*, 15(610), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12889-015-1960-6>
- Volaklis, K.A., Halle, M. & Meisinger, C., (2015). Muscular strength as a strong predictor of mortality: a narrative review. *Eur J Internal Med*. 26(5), 303-310.



The Effect of Elastic Resistance Band Training on Postural Control and Body Composition in Sedentary Women *

Yağmur KOCAOĞLU^{†1} , Nurtekin ERKMEN¹ 

¹Faculty of Sport Sciences, Selçuk University, Konya, Turkey

Original Article

Received: 15.04.2021

Accepted: 10.06.2021

DOI:10.25307/jssr.917023

Online Publishing: 30.06.2021

Abstract

This study aimed to analyze the effects of an 8-week training with the elastic resistance bands on body composition and postural control in sedentary women. Thirty-four female sedentary university students participated in the study based on voluntariness. The subjects were randomly divided into two groups: The experimental group and the control group. The experimental group performed an 8-week elastic resistance band training. Body composition measurements included the body weight, body mass index, body fat percentage, skinfold thicknesses, and circumferences. The Overall Stability Index and limit of stability were measured to evaluate postural performance using the Biodex Balance System. The overall stability index scores were evaluated for two conditions: Eye-open and eye-closed. After the training, body weight, the circumferences of waist, upper arm, and calf significantly increased ($p < 0.05$) although there was no change in the circumferences of the hip, thigh, shoulder, and chest ($p > 0.05$). The skinfold thicknesses and body fat percentage decreased in the experimental group ($p < 0.05$). The training caused the overall stability index scores to reduce in eye-open and eye-closed conditions. There was no significant difference in the limit of stability scores ($p > 0.05$). In conclusion, these results show that elastic resistance band exercise could increase postural control and body composition in sedentary women. Also, the results suggest that the training might lower sedentary women's body fat by increasing muscle mass.

Keywords: Body Composition, Elastic Band Exercise, Female, Postural Sway.

Sedanter Kadınlarda Elastik Direnç Bant Antrenmanlarının Postüral Kontrole ve Vücut Kompozisyonuna Etkisi

Öz

Bu çalışma sedanter kadınlarda 8 haftalık elastik direnç bantları ile yapılan antrenmanın vücut kompozisyonu ve postüral kontrol üzerindeki etkilerini incelemeyi amaçlamıştır. Araştırmaya gönüllülük esasına göre üniversite öğrencisi olan 34 sedanter kadın katılmıştır. Katılımcılar rastgele iki gruba ayrılmıştır: Deney Grubu ve Kontrol Grubu. Deney grubu, 8 haftalık bir elastik direnç bant antrenmanına katılmışlardır. Vücut kompozisyonunu belirlemek için vücut ağırlığı, vücut kitle indeksi, vücut yağ yüzdesi, deri kıvrım kalınlıkları ve çevre ölçümleri gerçekleştirildi. Postüral kontrolü değerlendirmek için Biodex Denge Sistemi kullanılarak genel stabilite indeksi ve stabilite sınırları ölçülmüştür. Genel stabilite indeksi skorları iki koşulda değerlendirilmiştir: Göz açık ve göz kapalı. Antrenman sonrası vücut ağırlığı, bel, üst kol ve baldır çevresi önemli ölçüde artmıştır ($p < 0,05$), ancak kalça, uyluk, omuz ve göğüs çevresinde değişiklik gözlemlenmedi ($p > 0,05$). Deney grubunda deri kıvrım kalınlıkları ve vücut yağ yüzdesi azaldı ($p < 0,05$). Elastik direnç bant antrenmanı, gözler açık ve gözler kapalı koşullarda genel stabilite indeksi puanlarının düşmesine neden oldu. Sanırım sınırları skorlarında anlamlı bir farklılık yoktu ($p > 0,05$). Bu sonuçlar, elastik direnç bant antrenmanlarının sedanter kadınların postüral kontrolünü ve vücut kompozisyonunu artırabileceğini göstermektedir. Ayrıca sonuçlar, elastik direnç bantları ile uygulanan antrenmanların kas kütlelerini artırarak sedanter kadınların vücut yağ yüzdesini azaltabileceğini göstermiştir.

Anahtar Kelimeler: Elastik Bant Egzersizleri, Kadın, Postüral Salınım, Vücut Kompozisyonu.

*The paper is a part of Kocaoglu's master thesis. It was supported financially by the Coordinator of Scientific Researches Projects (BAP) at Selçuk University (Project Number: 14202008).

[†]**Corresponding Author:** Yağmur KOCAOĞLU, **E-mail:** ygmrkocaoglu@gmail.com

INTRODUCTION

The postural control, namely, balance capacity, which is described as keeping body weight center and having postural sway against gravity changes during physical activities and rest (Kitamura & Matsunaga, 1990) and is a prerequisite for most sport branches, has great importance in daily life as well (Marion & Tony, 1997). It is necessary to follow an appropriate position and keep a balanced posture during body movements (Aydin, Yildiz, Yildiz, Atesalp, & Kalyon, 2002). For postural control, three sensory systems including visual, auditory, and proprioceptive ones are required. To combine these sensory systems in the brain and have enough motor response, it is also necessary to combine afferent information from the vestibular apparatus in the inner ear and eyes with proprioceptive data from the periphery. For adequate motor responses, there must be a healthy neuromuscular system and efficient muscle strength. Postural control means a complex process involving interactions between these systems (Shumway–Cook & Woollacott, 2001; Teasdale, Bard, LaRue, & Fleury, 1993). Balance, which is one of the motor function components, is provided by the connection between these systems, and it is stated that the balance will be negatively affected if one of them is insufficient (McLeod & Hansen, 1989).

Resistance training programs represent benefits such as recovering metabolism after fatigue due to daily chores as well as providing a healthy and long life for sedentary individuals, reducing the period for rest, increasing metabolic rate, providing bone mineral density, and reducing pain (Fisher, Steele, Bruce-Low, & Smith, 2011). Resistance (strength) workouts are considered to be an inevitable part of exercise programs in achieving these objectives (ACSM, 2002).

Using weight lifting machines requires facilities and financial resources. The discussion on how to get these machines by people or how ideal is using weight lifting machines at home concerning their usage opportunities is still going on (Colado & Triplett, 2008). In contrast to weight lifting machines, elastic resistance tools such as elastic bands are increasingly used more and more to develop muscular conditions because they are more economical, more accessible, and always applicable (Hostler et al., 2001). Elastic resistance bands, which allow exercises with concentric and eccentric contractions to be conducted in larger movement intervals, (Patterson, Stegink Jansen, Hogan, & Nassif, 2001) also allow exercises to be done in more securable and controlled ways by changing width and rigidity (resistance level) for low or highly intensive efforts (Kraemer et al., 2001).

As one of the resistance workouts, elastic bands are exercise equipment that is now used in training practices of various sport branches as well as individual exercise practices and rehabilitation. Elastic bands are preferred because they are elastic, light, low-cost, easily portable, and clearable (Baltacı, Ergur, & Bayrakci Tunay, 2016). Elastic bands are preferred because they are elastic, lightweight, low cost, easy to carry and clean (Baltacı et al., 2003, Buscher et al., 2006) and they provide the opportunity to adjust the individual force and traction ratio (Baltacı et al., 2003). These bands, which are used as an aid to fitness and physical therapy, have varying resistance properties and each color indicates a different amount of resistance (Thera-Band, 2006). It can be used to strengthen muscle groups such as rotator cuff and peroneus longus, where weight lifting machines are not effective enough, and at the same time allows exercises that improve flexibility and balance (Page & Ellenbecker, 2011).

In many studies, the effects of workouts with elastic resistance bands were analyzed but they were mostly applied in middle and older age groups for rehabilitation (Colado et al., 2012; Colado & Triplett, 2008; Egana, Reilly, & Green, 2010; Han, Ricard, & Fellingham, 2009). There are limited studies on the effects of elastic resistance training on postural sway. To live a better quality of life, scientific data are needed to show that maintaining strength gain at younger ages and resistance training can reduce loss of balance. In this study, we hypothesized that training applied with elastic resistance bands would improve postural sway and body composition. Thus, this study aimed to analyze the effects of an 8-week training with the elastic resistance bands on body composition and postural control in sedentary females.

METHOD

Participants

In this study, the pre-test/post-test control group design was used. Thirty-four sedentary female university students volunteered to participate in this study (age: 21.88 ± 1.63 years; height: 161.50 ± 5.48 cm and body weight: 59.35 ± 7.90 kg). They had no resistance training experience. Before the study, the subjects were randomly divided into two groups: the experimental group (EG, $n = 17$) and the control group (CG, $n = 17$). The subjects reported that they did not have any lower extremity injuries and/or neurological diseases before. Before the study, all participants were informed about the study, the risks they could encounter were explained, and a signed consent form was obtained from all participants.

The subjects' body weights and heights were measured with a stadiometer (Seca 700 Physician's Scale) before the measurements. Body mass index (BMI) was calculated using the formula: $BMI = \text{Weight (kg)} / \text{Height (m}^2\text{)}$. The subjects' skinfold thicknesses was obtained from 7 separate regions (biceps, triceps, subscapular, suprailiac, chest, thigh, abdominal) with Holtain Skinfold Caliper. All measurements were taken from the right part of the body and twice for each region. Their body densities were determined with the Durnin-Womersley formula, the subjects' body fat percentages (BF%) were estimated with the Siri Formula (Durnin & Womersley, 1974; Siri, 1956).

Durnin Womersley Formula = $1.1468 - 0.074 * \text{Log (triceps skinfold} + \text{subscapular skinfold)}$.
Siri Formula = $(4.95 / \text{body density} - 4.5) * 100$.

The circumference measurements were taken from 7 separate regions including waist, hip, upper arm, thigh, shoulder, and chest and calf circumferences when standing, given weight on both feet and in balance, with anatomic positions, by using a tape measure.

Postural Sway Measurements

Biodex Balance System (BBS, Biodex Medical Systems Inc, Shirley, NY) was used to measure the subjects' postural sway. In many studies, it was denoted that the BBS is a reliable tool to measure and record the subjects' skills to keep their postures under dynamic stress (Arnold & Schmitz, 1998; Cachepe, Shifflett, Kahanov, & Wughalter, 2001). Eyes-open (EO) and eyes-closed (EC) postural sway tests were conducted on the dominant leg, the resistance level of the BBS was adjusted as "level 8" in EO condition, as "static level" in EC condition. Each postural

sway test in EO condition and EC condition lasted 20 sec. Tests started after the subject used visual information from the screen of the BBS and arranged her gravity center. In the EO condition, the screen of the BBS was closed during tests, and the subjects were asked to look at the point at eye level about 1 m ahead of the subjects. In the EC condition, the subjects' eyes were closed during tests. The subjects were required to keep their position for 20 sec. After the test, the BBS calculated an Overall Stability Index (OSI) score representing the subjects' postural performance. The OSI scores were recorded for each subject in the EO and the EC conditions separately.

In the Limit of Stability (LOS) test, the resistance level of the BBS was adjusted as “level 8”. The subjects were positioned with both feet on the ground and crossed arms on shoulders. In this position, the subject used feedback from the track of her gravity center on the screen, placed her feet in the most stable position. When the subjects were positioned with EO and on pair feet for the test, they completed the test following the user manual of the BBS. The test required them to move the subject-controlled platform towards their tracks on the screen and to move the gravity center of the body towards the track. The test was run against time, and the time to complete the test indicates the subject's test score.

Elastic Resistance Band Training

In a week before elastic resistance band (ERB) training, the subjects were shown the features of elastic bands and the practice styles of movements to be done, required for getting accustomed to training and being ready. Since the right breathing technique is a basic factor for resistance workouts during the movements, it was emphasized that they breathe out when extending band length, breath in when shrinking band length (turning into the first stage) (Page & Ellenbecker, 2019).

The accepted standards were taken into account in the preparation of the training program (Page & Ellenbecker, 2019). During elastic resistance band exercises, the subjects in the EG used red elastic bands for the first 3 weeks, blue ones for the next 3 weeks, and silver ones for the last two weeks (Thera-Band, the Hygenic Corporation, Akron OH, USA), did exercises for three times per week during 8 weeks, with 100% tension for each band color. Exercises were applied as 3 sets, 10-15 repetitions, resting period of 30 seconds between sets, and 15 seconds between movements. A total of 60 minutes including 10 minutes of warm-up, 40 minutes of exercise, and 10 minutes of cool-down was arranged as exercise.

Six exercises were used for the upper extremity, 5 for the lower extremity, and 4 exercises for trunk muscles. The training program consisted of 15 exercises including lateral raise (deltoid), side bend (oblique abdominals), glute combo kickback (gluteus maximus), seated row (latissimus dorsi), back extensions (lower back), leg abduction (gluteus medius), chest press (pectoralis major), double leg press (rectus abdominals), squat (gluteus maximus, quadriceps), overhead press (deltoid, upper trapezius), leg raise (rectus abdominals), leg curl (hamstring), triceps curl (triceps), plantar flexion (gastrocnemius, soleus), biceps curl (biceps) respectively.

Ethical Approval

The study was approved by the local ethical committee (Selcuk University Physical Education and Sports School Ethics Committee: 2014/003).

Statistical Analysis

Descriptive statistics using the mean and standard deviation were applied. The normality distribution was examined with Shapiro-Wilk Test. According to the Normality tests results, Unpaired t-test or Mann Whitney U test for the independent groups, Paired Samples t-test or Wilcoxon Z test for the dependent groups were utilized. SPSS for Windows 22.0 package program was used in the statistical analyses of data. The significance level was set at 0.05.

RESULTS

The mean age was 21.82 ± 1.91 years for the EG and 21.94 ± 1.34 years for the CG. The mean height was 161.68 ± 6.02 cm for the EG and 161.32 ± 5.07 cm for the CG. There is no significant difference in subjects' age ($t = -0.208$; $p > 0.05$) and height ($t = 0.188$; $p > 0.05$) between EG and CG.

Table 1. Skinfold thicknesses and BF% in pretest and posttest of the EG and CG

Variables	Groups	Pre-Test	Post-Test	Mean Difference
Body Weight (kg)	EG	62.92 ± 8.81^b	63.67 ± 9.02^{ab}	-0.75 ± 0.91
	CG	56.01 ± 5.25	56.40 ± 5.52	-0.39 ± 0.92
BMI (kg/m²)	EG	23.81 ± 2.78	24.14 ± 3.07^b	-0.33 ± 0.98
	CG	21.91 ± 3.09	21.81 ± 2.79	0.09 ± 0.73
Biceps (mm)	EG	10.13 ± 3.02	7.48 ± 2.31^a	2.64 ± 1.61^b
	CG	8.75 ± 4.40	8.55 ± 3.77	0.19 ± 1.77
Triceps (mm)	EG	20.03 ± 4.06	17.46 ± 4.08^a	2.56 ± 1.78^b
	CG	18.01 ± 4.50	18.03 ± 4.59	-0.02 ± 0.98
Subscapular (mm)	EG	13.18 ± 3.70	12.89 ± 3.56^a	0.29 ± 0.39
	CG	11.24 ± 5.06	11.08 ± 4.82	0.16 ± 1.11
Suprailliac (mm)	EG	15.33 ± 5.13	13.05 ± 3.84^a	2.28 ± 2.67^b
	CG	15.38 ± 6.05	15.23 ± 5.62	0.14 ± 1.65
Chest (mm)	EG	11.95 ± 6.03	8.94 ± 4.16^a	3.02 ± 2.68^b
	CG	9.73 ± 6.01	8.90 ± 4.81	0.83 ± 2.83
Thigh (mm)	EG	33.69 ± 5.76	30.76 ± 6.18^a	2.93 ± 2.98^b
	CG	31.56 ± 8.32	31.26 ± 8.10	0.31 ± 1.12
Abdominal (mm)	EG	23.19 ± 5.74	20.22 ± 5.50^a	2.97 ± 2.86^b
	CG	21.88 ± 8.00	21.93 ± 8.09	-0.05 ± 1.82
BF%	EG	28.13 ± 2.90	26.76 ± 3.03^a	1.37 ± 1.06^b
	CG	26.10 ± 4.72	26.03 ± 4.71	0.07 ± 0.69

^a Significant difference between pre and post-test ($p < 0.05$).

^b Significant difference between the EG and the CG ($p < 0.05$).

Table 1 shows the subjects' skinfold thicknesses (mm) and BF%. Before the training, the EG had a higher body weight than CG ($t = 2.675$; $p < 0.05$). Similarly, the bodyweight of the EG was higher than CG ($t = 2.727$; $p < 0.05$) after the training. Bodyweight in the EG significantly increased ($t = -3.161$; $p < 0.05$) after the training. No statistically significant difference in body weight was found between pre-and post-tests in the CG ($t = -1,708$; $p > 0.05$). There was no significant difference between the EG and the CG in the bodyweight pre-test and post-test differences ($t = -1.069$; $p > 0.05$).

There were no statistically significant differences between the pre-tests of the EG and the CG in skinfold thicknesses and BF% ($t = 1.043$; $p > 0.05$ for biceps, $t = 1.301$; $p > 0.05$ for triceps, $t = 1.276$; $p > 0.05$ for subscapular, $t = -0.021$; $p > 0.05$ for suprailliac, $U = 94.500$; $p > 0.05$ for chest, $t = 0.868$; $p > 0.05$ for thigh, $t = 0.514$; $p > 0.05$ for abdominal, and $t = 1.402$; $p > 0.05$ for BF%). After the training period, no significant difference between the post-tests was found in the skinfold thicknesses of biceps ($t = -0.977$; $p > 0.05$), triceps ($t = -0.358$; $p > 0.05$), subscapular ($t = 1.251$; $p > 0.05$), suprailliac ($t = -1.250$; $p > 0.05$), chest ($U = 113.500$; $p > 0.05$), thigh ($t = -0.200$; $p > 0.05$), abdominal ($t = -0.675$; $p > 0.05$), and BF% ($t = 0.500$; $p > 0.05$).

On the other hand, the training in the EG caused significantly decreases in the skinfold thicknesses of biceps ($t = 6.555$; $p < 0.05$), triceps ($t = 5.387$; $p < 0.05$), subscapular ($t = 3.057$; $p < 0.05$), suprailliac ($t = 3.304$; $p < 0.05$), chest ($Z = -3.576$; $p < 0.05$), thigh ($t = 4.060$; $p < 0.05$), and abdominal ($t = 4.016$; $p < 0.05$) and BF% ($t = 4.813$; $p < 0.05$). There were not statistically significant difference between the pre- and post-tests in the biceps ($t = 0.453$), triceps ($t = -0.099$), subscapular ($t = 0.614$), suprailliac ($t = 0.348$), chest ($t = 1.131$), thigh ($t = 1.127$), abdominal ($t = -0.099$) skinfold thickness and BF% ($t = 0.420$) of the CG ($p > 0.05$).

The mean differences between the pre- and post-tests in the BF% ($U = 27.000$) and the skinfold thicknesses of biceps ($U = 17.500$; $p < 0.05$), triceps ($t = 4.864$; $p < 0.05$), suprailliac ($t = 2.697$; $p < 0.05$), chest ($U = 32.000$; $p < 0.05$), thigh ($U = 32.00$; $p < 0.05$), abdominal ($U = 19.000$; $p < 0.05$) were significantly higher in the EG than CG ($p < 0.05$). But, when the mean differences between the pre- and post-tests were compared, subscapular skinfold thickness did not differ between the EG and CG ($U = 92.500$; $p > 0.05$).

Table 2. The circumference measurements in pre-test and post-test of the EG and CG

Variables	Groups	Pre-Test	Post-Test	Mean Difference
Waist (cm)	EG	75.47 ± 7.58	76.65 ± 7.59 ^a	-1.18 ± 1.67 ^b
	CG	72.47 ± 5.72	72.38 ± 5.23	0.09 ± 1.83
Hip (cm)	EG	101.0 ± 10.13	102.0 ± 9.28	-1.00 ± 2.61 ^b
	CG	98.03 ± 5.71	97.68 ± 5.30	0.35 ± 1.41
Upper arm (cm)	EG	28.06 ± 3.19	28.88 ± 3.24 ^a	-0.82 ± 0.86 ^b
	CG	27.29 ± 2.61	27.09 ± 2.58	0.21 ± 0.71
Thigh (cm)	EG	56.90 ± 4.90	57.83 ± 5.45 ^b	-0.93 ± 2.21
	CG	53.68 ± 5.88	53.44 ± 5.39	0.24 ± 1.71
Shoulder (cm)	EG	93.75 ± 3.44	94.22 ± 4.35	-0.47 ± 1.48
	CG	93.53 ± 4.51	93.13 ± 3.50	0.41 ± 2.15
Chest (cm)	EG	90.94 ± 4.88	90.56 ± 5.41	0.38 ± 1.38
	CG	88.26 ± 4.43	88.21 ± 3.81	0.06 ± 1.98
Calf (cm)	EG	36.50 ± 3.57	37.32 ± 3.41 ^{ab}	-0.82 ± 0.66 ^b
	CG	35.08 ± 2.78	35.03 ± 2.68	0.05 ± 0.68

^a Significant difference between pre and post-test ($p < 0.05$).

^b Significant difference between the EG and the CG ($p < 0.05$).

When the pre-test circumference measurements before the training period were compared (Table 2), no statistically significant difference was found in pre-test values of waist ($U = 121.000$), hip ($t = 1.046$), upper arm ($t = .765$), thigh ($t = 1.672$), shoulder ($t = .154$), chest ($t = 1.650$) and calf ($t = 1.291$) between the EG and the CG. When the post-test measurement were

compared, the circumferences of the thigh ($t = 2.290$) and the calf ($t = 2.180$) were significantly higher in the EG than the CG although the circumferences of the waist ($U = 106.000$), the hip ($t = 1.656$), the upper arm ($t = 1.788$), the shoulder ($t = .783$) and the chest ($t = 1.454$) were not different between the groups.

The training caused significant increases in the waist ($Z = -2.544$; $p < 0.05$), the upper arm ($t = -3.926$; $p < 0.05$) and the calf ($t = -5.144$; $p < 0.05$) of the EG but not in the hip ($t = -1.530$), the thigh ($t = -1.635$), the shoulder ($t = -1.269$) and the chest ($t = 1.083$). In the CG, no statistically significant difference was found between the pre-and post-test in the circumference measurements ($Z = -.410$ for waist; $t = 1.031$ for hip; $t = 1.198$ for upper arm; $t = .566$ for thigh; $t = .754$ for shoulder; $t = .122$ for chest; $t = .320$ for calf).

When the mean differences between the pre-test and post-test were compared, the EG had significantly higher scores in the waist ($U = 83.500$), the hip ($U = 79.000$), the upper arm ($U = 49.500$), and the calf ($U = 42.500$) than the CG but there was no significant difference for the thigh ($U = 94.500$), the shoulder ($U = 104.00$) and the chest ($U = 99.000$) between the groups.

Table 3 showed the OSI scores for the EO and EC conditions and LOS in the pre-test and the post-test. In the pre-tests, the OSI and LOS scores did not differ between the EG and CG ($U = 90.500$ for the OSI in EO condition; $p > 0.05$, $U = 76.500$ for the OSI in EC condition; $p > 0.05$, $U = 95.000$ for LOS; $p > 0.05$). In other words, the postural sway scores of the groups were similar before the training. After the training, the OSI score in the EC condition was significantly lower in the EG than the CG ($U = 37.000$; $p < 0.05$). In the posttest, the OSI in EO condition ($U = 65.000$; $p > 0.05$) and LOS ($U = 85.500$; $p > 0.05$) were not different between the EG and CG.

Table 3. The OSI scores and LOS according to the groups

Variables	Groups	Pre-Test	Post-Test	Mean Difference
OSI in EO	EG	2.54 ± 1.22	1.48 ± 0.64 ^a	1.06 ± 1.15 ^b
	CG	2.09 ± 0.91	1.95 ± 0.71	0.13 ± 0.61
OSI in EC	EG	2.56 ± 0.65	2.06 ± 0.59 ^{a, b}	0.51 ± 0.2 ^b
	CG	2.96 ± 0.70	3.05 ± 0.95	-0.09 ± 0.87
LOS (sn)	EG	56.81 ± 11.58	48.94 ± 7.86 ^a	7.88 ± 6.67
	CG	62.31 ± 13.70	55.38 ± 10.90	6.94 ± 13.14

^a Significant difference between pre and post-test ($p < 0.05$).

^b Significant difference between the EG and the CG ($p < 0.05$).

For the EG, the elastic resistance training significantly decreased the OSI scores in EO condition ($Z = -2.984$) and the OSI scores in EC condition ($Z = -1.994$; $p < 0.05$) and LOS ($Z = -3.215$). There were no significant differences in the OSI scores in the EO condition ($Z = -.393$) and the OSI scores in the EC condition ($Z = -.256$) and LOS ($Z -1.735$) between the pre-and post-tests of the CG.

When the mean differences between the pre-test and post-test were compared, the EG had significantly higher OSI scores in the EO condition ($U = 51.500$) and EC condition ($U = 79.500$) than the CG. The mean differences of the LOS between the pre-and post-tests were not different between the EG and the CG ($U = 118.500$; $p > 0.05$).

DISCUSSION

Many researchers analyzed the effects of workouts with the elastic resistance bands but they were mostly applied in middle and older age groups for rehabilitation (Colado et al., 2012; Colado & Triplett, 2008; Egana et al., 2010; Han et al., 2009). The recent study examined the effects of an 8-week ERB training on body composition and postural performance in sedentary women. The study was carried out using elastic bands with different levels of resistance. The used resistance level during the training period was increased 2 times.

The results of the study suggested that the ERB training increased body weight by 0.75 kg although BMI did not change after the training. It could be said that BMI could be affected by 8-week elastic resistance band exercises although it may increase muscle mass in sedentary women.

In the study, skinfold thicknesses from 7 regions were measured and calculated BF%. All of the skinfold thicknesses decreased after the ERB training. In parallel with these results, the BF% of the women reduced after 8 weeks. These results reveal that resistance training using an elastic band might be beneficial to lower BF% of sedentary women.

Using elastic resistance training, a decrease in body fat occurs and fat-free mass increases (Colado, Triplett, Tella, Saucedo & Abellán, 2009; Egana et al., 2010) similar to the training with weight lifting machines (Colado & Triplett, 2008). Percentage change in body fat has a positive relationship with total cholesterol and a negative relationship with HDL cholesterol (Prabhakaran, Dowling, Branch, Swain & Leutholtz, 1999). This relationship indicates that a decrease in body fat might enhance lipid profiles. Prabhakaran et al., (1999) showed that body fat could be reduced by using resistance training in sedentary premenopausal women. The study approves Prabhakaran et al., (1999) because sedentary women's body fat decreased after the elastic band training in the present study.

Some studies found that elastic band training did not affect body composition. LeCheminant et al., (2014) in healthy women after birth and Rogers, Sherwood, Rogers & Bohlken (2002) in old females did not find any change in body composition after the elastic band training.

In parallel with these results of the study, ERB training may be referred to as the cause of increases in fat-free body mass and reduces body fat percentage. Different results were observed in the literature. Due to the analysis of individuals from different age categories, applying various training periods and weekly training numbers, presenting different elastic band resistance levels and overload intensity, no consensus was achieved with results.

The study found increases in the waist, hip, upper arm, and calf circumference following resistance band training although there was no change in the femur, shoulder, and chest circumference. These results might be due to hypertrophy in the muscles. Skeletal muscle can expand (hypertrophy) when exposed to stress that requires more force production. An increase in muscle size means adaptation to the training being performed (Ratamess, 2012).

Although it was reported that resistance band exercise after birth did not cause any change in body composition of women (LeCheminant et al., 2014), it is suggested that it may cause a decrease in waist circumference of postmenopausal women (Colado et al., 2009). According to Lubans, Sheaman & Callister (2010), both free weight exercises and elastic resistance bands exercises in adolescent girls increased fat-free body mass but no significant differences in waist circumference were observed. Kwon et al., (2010) noted that there were increases in upper body, body, and total body muscle mass but no differences in lower body muscle mass in females aged 45-65.

In literature, studies on the effects of ERB training on body circumference measurements were not available. Previous studies reported that elastic resistance workouts presented decreases (Colado et al., 2009) or no changes in waist circumference (Lubans et al., 2010), or no effects on body composition (LeCheminant et al., 2014). When considering these results of this study; sedentary women's skinfold thickness and body fat percentage reduced, body weight and BMI did not vary, resistance band exercises increased fat-free body mass, hereby, and some circumference measurements were subjected to increases. In this study, the mean age of the EG was 21.82 years and the mean BMI was 23.81 kg/m². It is known that the loss of muscle mass starts at the age of 30-40, continues as the age progresses, and the rate of body fat increases as the opposite of this situation. That's why elderly individuals having the same BMI had more body fat rate than young people (Rakıcıoğlu, 2012). Previous studies focused on middle-aged or elderly women or overweight or obese women. The results varied from other studies, this one may result from the age and BMI averages of the participant subjects.

When evaluating the effects of the ERB training on balance performance; postural sway in eyes-open and eyes-closed conditions and LOS scores reduced after exercises. That is, the sedentary women showed improvements in their postural control performance. In parallel with these results, Han et al., (2009) informed that balance performance developed in females and males after 4-week of elastic resistance exercises. This development went on for 4 weeks after giving up exercises as well.

It is said that long-term elastic resistance training improves the ability to maintain a balanced position in the elderly (Holviala et al., 2014; Kılınç et al., 2014). According to Baker, Webright & Perrin (1998) and Kaminski (2002), regular physical activity performed 3 times a week with elastic bands has a positive effect on postural sway.

In daily life, it is necessary to maintain and control posture and balance to be able to do things efficiently and to protect from accidents. In other words, balance is the basis for physical activity (Erkmen, Suveren, Göktepe & Yazıcıoğlu, 2007). A high level of muscular activation is observed during resistance exercises with elastic bands (Andersen et al., 2010; Jakobsen, Sundstrup, Andersen, Aagaard & Andersen, 2013). Lower and upper body strength affect balance in females and males and resistance training is highly effective on balance development (LeMura et al., 2000). Quadriceps muscular strength is the most important factor which affects balance (Ünlüsoy et al., 2011).

Muscular strength can be increased by elastic resistance training (Rogers et al., 2002). The increase in muscle strength affects postural control parameters positively. Looking at the results

of this study, sedentary women's postural sway scores decreased as expected after an 8-week ERB training. These results support that balance development is based on increasing muscle strength after training.

CONCLUSIONS

As a result, the ERB training enhanced postural performance, reduced the skinfold thickness and BF% although BMI did not change in sedentary women. The training increased circumferences of waist, upper arm, and calf did not affect the circumferences of hip, shoulder, thigh, and chest. These results show that elastic resistance band exercise could increase postural control and body composition in sedentary women. Also, the results suggest that the training might lower sedentary women's body fat by increasing muscle mass. To better understand the effect of ERB training on the circumference, body fat percentage, and skinfold thickness, studies involving longer training periods are needed. In addition, future study may examine muscular development and postural sway through resistance training.

Funding: The paper is a part of Kocaoglu's master thesis. It was supported financially by the Coordinator of Scientific Researches Projects (BAP) at Selcuk University (Project Number: 14202008).

Conflict of Interest Statement: The authors have no conflicts of interest that are directly relevant to the content of this study.

Author Contribution: This study has been researched and concluded in accordance with scientific and ethical rules; We also declare that we are responsible for the entire study from the creation, design, data collection and processing, analysis and interpretation of the study idea. Study Design-YK; NE, Data Collection-YK, Statistical Analysis-YK; NE, Manuscript Preparation-YK.

Research Ethic

Ethics Committee: Selcuk University Physical Education and Sports School Ethics Committee

Date: 14.02.2014

Decision / Protocol number : 2014 / 003

REFERENCES

- ACSM. (2002). Progression models in resistance training for healthy adults. *Med Sci Sports Exerc*, 34(2), 364-80.
- Andersen, L. L., Andersen, C. H., Mortensen, O. S., Poulsen, O. M., Bjørnlund, I. B. T. & Zebis, M. K. (2010). Muscle activation and perceived loading during rehabilitation exercises: comparison of dumbbells and elastic resistance. *Physical Therapy*, 90(4), 538-549. <https://doi.org/10.2522/ptj.20090167>.
- Arnold, B. L. & Schmitz, R. J. (1998). Examination of balance measures produced by the Biodex Stability System. *Journal of Athletic Training*, 33(4), 323-327.
- Aydin, T., Yildiz, Y., Yildiz, C., Atesalp, S. & Kalyon, T. A. (2002). Proprioception of the ankle: a comparison between female teenaged gymnasts and controls. *Foot & Ankle International*, 23(2), 123-129. <https://doi.org/10.1177/107110070202300208>.
- Baker, A. G., Webright, W. G. & Perrin, D. H. (1998). Effect of a “T-band” kick training protocol on postural sway. *Journal of Sport Rehabilitation*, 7(2), 122-127. <https://doi.org/10.1123/jsr.7.2.122>
- Baltaci, G., Ergur, N. ve Bayrakci Tunay, V. (2016). *Spor yaralanmalarında egzersiz tedavisi*. Ankara. Hipokrat Kitapevi.
- Cachupe, W. J., Shifflett, B., Kahanov, L. & Wughalter, E. H. (2001). Reliability of Biodex Balance System measures. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 5(2), 97-108. http://doi.org/10.1207/S15327841MPEE0502_3
- Colado, J. C., Garcia-Masso, X., Triplett, T. N., Flandez, J., Borreani, S. & Tella, V. (2012). Concurrent validation of the OMNI-resistance exercise scale of perceived exertion with Thera-band resistance bands. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 26(11), 3018-3024. <http://doi.org/10.1519/JSC.0b013e318245c0c9>.
- Colado, J. C. & Triplett, N. T. (2008). Effects of a short-term resistance program using elastic bands versus weight machines for sedentary middle-aged women. *The Journal of Strength & Conditioning Research*, 22(5), 1441-1448. <http://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31817ae67a>.
- Colado, J. C., Triplett, N. T., Tella, V., Saucedo, P. & Abellán, J. (2009). Effects of aquatic resistance training on health and fitness in postmenopausal women. *European Journal of Applied Physiology*, 106(1), 113-122. <http://doi.org/10.1007/s00421-009-0996-7>.
- Durnin, J. V. & Womersley, J. (1974). Body fat assessed from total body density and its estimation from skinfold thickness: measurements on 481 men and women aged from 16 to 72 years. *British Journal of Nutrition*, 32(1), 77-97. <http://doi.org/10.1079/bjn19740060>.
- Egana, M., Reilly, H. & Green, S. (2010). Effect of elastic-band-based resistance training on leg blood flow in elderly women. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 35(6), 763-772. <http://doi.org/10.1139/H10-071>.
- Erkmen, N., Suveren, S., Göktepe, A. & Yazıcıoğlu, K. (2007). The comparison of balance performance of the athletes who are in different branches. *Sportmetre*, 5, 115-122.
- Fisher, J., Steele, J., Bruce-Low, S. & Smith, D. (2011). Evidence based resistance training recommendations. *Medicina Sportiva*, 15(3), 147-162. <http://doi.org/10.5604/17342260.1081302>
- Han, K., Ricard, M. D. & Fellingham, G. W. (2009). Effects of a 4-week exercise program on balance using elastic tubing as a perturbation force for individuals with a history of ankle sprains. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*, 39(4), 246-255. <http://doi.org/10.2519/jospt.2009.2958>.
- Holviala, J., Häkkinen, A., Alen, M., Sallinen, J., Kraemer, W. & Häkkinen, K. (2014). Effects of prolonged and maintenance strength training on force production, walking, and balance in aging women and men. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(1), 224-233. <http://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2012.01470.x>.
- Hostler, D., Schwirian, C. I., Campos, G., Toma, K., Crill, M. T., Hagerman, G. R., Hagerman, F. C. & Staron, R. S. (2001). Skeletal muscle adaptations in elastic resistance-trained young men and women. *European*

Kocaoğlu, Y. & Erkmen, N. (2021). The effect of elastic resistance band training on postural control and body composition in sedentary women. *Journal of Sport Sciences Researches*, 6(1), 233-245.

Journal of Applied Physiology, 86(2), 112-118. <http://doi:10.1007/s004210100495>.

Jakobsen, M. D., Sundstrup, E., Andersen, C. H., Aagaard, P. & Andersen, L. L. (2013). Muscle activity during leg strengthening exercise using free weights and elastic resistance: effects of ballistic vs controlled contractions. *Human Movement Science*, 32(1), 65-78. <http://doi:10.1016/j.humov.2012.07.002>.

Kaminski, T. W. & Hartsell, H. D. (2002). Factors contributing to chronic ankle instability: a strength perspective. *Journal of Athletic Training*, 37(4), 394-405.

Kılınç, H., İrez, G. & Saygın, Ö. (2014). The Effects of Swisball and Theraband exercise on quality of life and some physical parameters of people aged 65 years and over. *International Journal of Human Sciences*, 11(2), 668-680. <http://doi:10.14687/ijhs.v11i2.305>.

Kitamura, F. & Matsunaga, K. (1990). Field dependence and body balance. *Perceptual and Motor Skills*, 71(3), 723-734. <http://doi:10.2466/pms.1990.71.3.723>.

Kraemer, W.J., Keuning, M., Ratamess, N.A., Volek, J.S., McCormick, M., Bush, J.A. & Newton, R.U. (2001). Resistance training combined with bench-step aerobics enhances women's health profile. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 33(2), 259-269. <http://doi:10.1097/00005768-200102000-00015>.

Kwon, H. R., Han, K. A., Ku, Y. H., Ahn, H. J., Koo, B.K., Kim, H. C. & Min, K. W. (2010). The effects of resistance training on muscle and body fat mass and muscle strength in type 2 diabetic women. *Korean Diabetes Journal*, 34(2), 101-110. <http://doi:10.4093/kdj.2010.34.2.101>.

LeCheminant, J., Hinman, T., Pratt, K., Earl, N., Bailey, B., Thackeray, R. & Tucker, L. (2014). Effect of resistance training on body composition, self-efficacy, depression, and activity in postpartum women. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 24(2), 414-421. <http://doi:10.1111/j.1600-0838.2012.01490.x>.

LeMura, L. M., von Duvillard, S. P., Andreacci, J., Klebez, J. M., Chelland, S. A. & Russo, J. (2000). Lipid and lipoprotein profiles, cardiovascular fitness, body composition, and diet during and after resistance, aerobic and combination training in young women. *European Journal of Applied Physiology*, 82(5-6), 451-458. <http://doi:10.1007/s004210000234>.

Lubans, D. R., Sheaman, C. & Callister, R. (2010). Exercise adherence and intervention effects of two school-based resistance training programs for adolescents. *Preventive Medicine*, 50(1-2), 56-62. <http://doi:10.1016/j.ypmed.2009.12.003>.

Marion, T. & Tony, E. (1997). *Human movement: An introductory text*. New York, USA: Churchill livingstone,.

McLeod, B. & Hansen, E. (1989). Effects of the eyerobics visual skills training program on static balance performance of male and female subjects. *Perceptual and Motor Skills*, 69(3), 1123-1126. <https://doi.org/10.1177/00315125890693-211>.

Page, P. & Ellenbecker, T. S. (2019). *Strength band training*. Champaign, IL: Human Kinetics Publishers.

Patterson, R. M., Stegink Jansen, C. W., Hogan, H. A. & Nassif, M. D. (2001). Material properties of thera-band tubing. *Physical Therapy*, 81(8), 1437-1445. <https://doi.org/10.1093/ptj/81.8.1437>.

Prabhakaran, B., Dowling, E. A., Branch, J. D., Swain, D. P. & Leutholtz, B. C. (1999). Effect of 14 weeks of resistance training on lipid profile and body fat percentage in premenopausal women. *British Journal of Sports Medicine*, 33(3), 190-195. <https://doi:10.1136/bjism.33.3.190>.

Rakıcıoğlu, N. (2008). *Yaşlıda şişmanlık*. Ankara: Sağlık Bakanlığı Yayınları (729).

Ratamess, N. (2011). *ACSM's foundations of strength training and conditioning*. London: Lippincott Williams & Wilkins.

Rogers, M. E., Sherwood, H. S., Rogers, N. L. & Bohlken, R. M. (2002). Effects of dumbbell and elastic band training on physical function in older inner-city African-American women. *Women & Health*, 36(4), 33-41. https://doi:10.1300/J013v36n04_03.

Shumway-Cook, A. & Woollacott, M. (2001). *Motor control: Theory and practical applications*. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.

Kocaoğlu, Y. & Erkmen, N. (2021). The effect of elastic resistance band training on postural control and body composition in sedentary women. *Journal of Sport Sciences Researches*, 6(1), 233-245.

Siri, W. E. (1956). The gross composition of the body. *Adv Biol Med Phys*, 4, 239-80. <https://doi: 10.1016/b978-1-4832-3110-5.50011-x>.

Teasdale, N., Bard, C., LaRue, J. & Fleury, M. (1993). On the cognitive penetrability of posture control. *Experimental Aging Research*, 19(1), 1-13. <https://doi.org/10.1080/03610739308253919>.

Thera-Band. (2012). *Resistance band & tubing instruction manual*. USA: APTA

Ünlüsoy, D., Aydoğ, E., Tuncay, R., Eryüksel, R., Ünlüsoy, İ. & Çakıcı, A. (2011). Postural balance in women with osteoporosis and effective factors. *Turkish Journal of Osteoporosis*, 17(2), 37-43.



Except where otherwise noted, this paper is licensed under a **Creative Commons Attribution 4.0 International license**.

Beden Eğitimi ve Öğretim Temalı Doktora Tezlerine İlişkin Bibliyometrik Analiz

Hüseyin Şahin UYSAL^{1*}  Emrah Atay¹ 

¹Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Spor Bilimleri Fakültesi, Burdur

Orijinal Makale

Gönderi Tarihi: 23.02.2021

Kabul Tarihi: 23.06.2021

DOI: 10.25307/jssr.885613

Online Yayın Tarihi: 30.06.2021

Öz

Günümüzde üniversiteler bilimsel faaliyetlerin merkezi olarak görülmekte ve bilimsel alandaki gelişmeler sonucunda multidisipliner bilim dalları ortaya çıkmaktadır. Bu çalışmanın amacı ise tarihi uzun yıllara dayanmasına rağmen gelişimini sürdüren ve pek çok disiplinden etkilenecek alt disiplinlere ayrılan Beden Eğitimi ve Spora ilişkin doktora tezlerini bibliyometrik analiz ile değerlendirmektir. Çalışma kapsamında; beden eğitimi ve öğretim kelimelerini tez başlığında içeren araştırmalara ulaşmak için veri toplama aracı olarak Ulusal Tez Merkezi kullanılmıştır. Bu kapsamda 2007-2020 yılları arasında beden eğitimi ve öğretim anahtar kelimelerini tez başlığında içeren 26 doktora tezi araştırmanın örneklemini oluşturmuştur. Tezlerin yıllara göre dağılımı, cinsiyet dağılımı, danışman unvanları, kullanılan kaynakça sayısı ve türü, anahtar kelimelerin analizi, tezlerin yapıldığı üniversiteler, enstitüler, ana bilim dalları ve konu alanları, katılımcı türleri ve özellikleri araştırmanın değişkenlerini oluşturmuş; araştırmanın veri analizi için ise tanımlayıcı istatistiklerden yüzde ve frekans kullanılmıştır. Araştırma sonucunda doktora tezlerinin ağırlıklı olarak erkekler tarafından yapıldığı (n=18, 69,2%), en çok doktora tezinin Gazi Üniversitesinde yapıldığı, enstitü bazında en fazla doktora tezinin Sağlık Bilimleri Enstitüsünde (n=11, 42,3%) yapıldığı ve anabilim dalı olarak da en fazla doktora tezinin Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı'nda (n=11, 38,5%) yapıldığı saptanmıştır. Ayrıca çalışmanın bulgularından hareketle, beden eğitimi ve spor alanındaki araştırmacıların nicel analiz yapmaya eğilimli oldukları (%71,3) ve bilim dalının multidisipliner yapısından dolayı beden eğitimi ve öğretimi anahtar kelimeleri ile eğitim biliminden spor yönetimine kadar geniş kapsamda çalışmalar yapılabildiği sonucuna varılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Beden eğitimi, Spor bilimi, Lisansüstü eğitimi, Bibliyometrik analiz, Doküman incelemesi.

Bibliometric Analysis of Physical Education and Instruction-Themed PhD Theses

Abstract

Nowadays, universities are seen as the centre of scientific activities and multidisciplinary branches of science emerge as a result of the developments in the scientific field. This study aims to evaluate the doctoral theses on Physical Education and Sports, which have been developing and divided into sub-disciplines by being influenced by many disciplines, with bibliometric analysis. Scope of work; The National Thesis Center was used as a data collection tool to reach studies that include physical education and teaching words in the thesis title. In this context, 26 doctoral dissertations that include the keywords of physical education and teaching in the thesis title between 2007 and 2020 constituted the sample of the study. The distribution of theses by years, gender distribution, advisor titles, number and type of bibliography used, analysis of keywords, universities, institutes, departments and subject areas, participant types and characteristics constituted the variables of the study; Percentage and frequency from descriptive statistics were used for data analysis of the study. As a result of the research, it was found that doctoral dissertations were mainly made by men (n = 18, 69.2%), most doctoral dissertations were made at Gazi University, the highest number of doctoral dissertations on an institute basis was made in the Institute of Health Sciences (n = 11, 42.3%) and the department It was determined that most of the doctoral dissertations were made in the Department of Physical Education and Sports (n = 11, 38.5%). In addition, based on the findings of the study, it was concluded that researchers in the field of physical education and sports tend to do quantitative analysis (71.3%) and that due to the multidisciplinary nature of the branch of science, a wide range of studies from educational science to sports management can be done with the keywords of physical education and training.

Keywords: Physical education, Sport science, Postgraduate education, Bibliometric analysis, Document analysis.

* Sorumlu Yazar: Araş. Gör. Hüseyin Şahin Uysal e-posta: hsuysal@mehmetakif.edu.tr

GİRİŞ

Üniversiteler toplumun ve çağın ihtiyaçlarını göz önünde bulundurarak bilginin elde edilmesini sağlamakta, elde edilen bilginin ise nesilden nesille aktarılmasına aracılık etmektedir. Bununla birlikte üniversitelerin bilimsel araştırma faaliyetlerinin merkezi konumunda yer aldığı belirtilmektedir (Karadağ, 2009). Üniversitelerde lisans eğitimiyle bransa yönelik teorik ve pratik bilgilerin öğrencilere kazandırılması hedeflenirken lisansüstü seviyede, bilgiyi üreten, uygulayan, analitik bir düşünce ile sorunlara çözüm önerisi getirebilecek kalitede insan gücünü yetiştirmek hedeflenmektedir (Alhas, 2006). Bu döngü içerisinde bilgi birikimi artmakta, bilgi birikiminin artması ile de bilim gelişerek farklı bilim dalları oluşmaktadır. Bilimin gelişim sürecinde oluşan disiplinlerden birisi beden eğitimi ve spor öğretimidir. Beden eğitimi, genel hatlarıyla bir bireyin hareket etme yeteneğinin geliştirilmesi şeklinde tanımlanmakta (Mirzeoğlu, 2017) ve bir bilim dalı olarak evrimi ülkemizde uzun yıllara dayanmaktadır. Nitekim yapılan çalışmalarda araştırmacılar 1920’li yıllarda beden eğitimine ilişkin çeşitli kurumların oluşturulduğunu ve 2-3 yıllık eğitimler ile beden eğitimi öğretmeni yetiştirildiğini ifade etmektedir (Güven, 1996).

Gençlik ve Spor Bakanlığı yayınlarında belirtildiği üzere, beden eğitimi ve spor öğretimine ilişkin lisans düzeyinde 4 yıllık okulların ilk olarak 1970’li yıllarda “Gençlik ve Spor Akademisi” adıyla kurulduğu da belirtilen bilgiler arasında yer almaktadır (Güven, 1996). Türkiye’de beden eğitimi ve spora yönelik lisansüstü eğitim tarihi incelendiğinde ise ilk olarak İstanbul ve Ankara Üniversitesinde 1970’li yıllarda 3-4 senelik doktora eğitiminin tek kademe şeklinde tamamlandığı belirtilmektedir (Karakaya ve Karataş, 2017). Günümüz Türkiye’inde beden eğitimine ilişkin devlet ve vakıf üniversitelerinin oluşturduğu 67 adet beden eğitimi ve sporla ilişkili fakülte veya yüksekokul bulunmaktadır. Lisansüstü seviyede ise araştırmacının yapıldığı dönem içerisinde 49 adet anabilim dalı ile beden eğitimi ve sporda uzmanlaşmak isteyen bireylere eğitim imkânı sunulmaktadır (Yükseköğretim Kurumu, 2020). Geliştirilen eğitim politikaları ile Türkiye’deki üniversitelerin ve anabilim dallarının sayısı her geçen gün artmaktadır. Gelişimini sürdüren ve araştırma konusu insan olan beden eğitimi ve sporun tıp, doğa bilimleri, biyoloji gibi pek çok bilim alanından faydalandığı dile getirilmektedir (Tomanek ve Lis, 2020). Genç bir bilim dalı olmasına karşın beden eğitimi ve spor bilim dalı; içerisinde hareket ve antrenmanı, beden eğitimi ve sporu, rekreasyonu, spor teknolojilerini, spor yöneticiliğini ve engellilerde beden eğitimi ve sporu barındırmaktadır (Yaman & Atay, 2007).

Bilim ve bilgi üreten kurumların artması araştırmada niteliğin önem kazanmasını beraberinde getirmiştir. Araştırmada niteliğin ve niceliğin belirlenmesi adına kullanılan araştırma yöntemlerinden birisi bibliyometrik analizlerdir (Önal, 2017). Bibliyometrik analizler, bir alandaki akademik yayınların etkisini değerlendirmek için kullanılan yöntem olarak ifade edilmekte ve bu yöntem ile hakemli dergilerdeki makaleler, editöre mektuplar, kitap incelemeleri gibi geniş kapsamlı araştırma bulguları referans listesi haline getirilebilmektedir (Heberger, Christie ve Alkin, 2010). Yapılan araştırmalar ile büyüyen literatürde bilimsel yayınların listelenebilmesi bibliyometrik analizi araştırmacılar için önemli hale getirmektedir. (Andrade, Dominski & Coimbra, 2017). Beden eğitimi ve spora ilişkin bibliyometrik analizler incelendiğinde ulusal literatürde sayılı araştırmacının bu araştırma yöntemini spor bilimleri için kullandığından söz edilebilir (Lapa ve Köse, 2021; Murathan, Bozyılan ve Murathan, 2020; Tekneci, 2013; Temel, Kartal, Pehlevan ve Namlı, 2016; Yersüren ve Özel, 2020). Araştırma

içerikleri incelendiğinde, Türk araştırmacılar ile yabancı araştırmacıların web of science makaleleri arasındaki niteliğin karşılaştırıldığı (Tekneci, 2013) fiziksel aktiviteye ilişkin lisansüstü tezlerin içeriğinin incelendiği (Murathan vd., 2020) ve rekreasyon konu alanı üzerine dergi yayınları ve tezlerin araştırma konusu olduğu sonucuna varılmaktadır (Lapa ve Köse, 2021; Yersüren ve Özel, 2020). Uluslararası literatürde beden eğitime ilişkin bibliyometrik analizler değerlendirildiğinde veri tabanları, araştırma yapılan ülkeler veya üniversiteler gibi çeşitli kısıtlamalara gidilerek bibliyometrik analiz yapıldığı görülmektedir (Gümüş, Gençoğlu ve Şahin, 2020; Shilbury, 2011; Smolina, Khafizov ve Erlikh, 2020; Xianliang ve Hongying, 2012).

Beden eğitimi ve spor alanı farklı alt disiplinlere ayrılması nedeniyle geniş kapsamlı bir bilim dalı olarak görülmektedir. Bununla birlikte spor bilimleri çatısı altında Türkiye’de lisans programları için çerçeve programlar uygulanırken, 2020 itibariyle öğretim planlarının düzenlenmesi üniversitelerin insiyatifine bırakılmıştır. Meydana gelen gelişmelerin incelenmesi ve gerek değişen öğretim planlarının spor bilimlerine etkisini araştırmak için gerekse alt disiplinlerin çeşitliliğini bilimsel anlamda yansıtabilmek için bu alandaki bibliyometrik analizlere ihtiyaç duyulmaktadır. Bu yüzden araştırma, beden eğitimi ve spor konu alanına ilişkin ulusal literatürdeki bibliyometrik analizleri desteklemesi, güncel çalışma eğilimlerini ortaya koyması, bu alanda araştırma yapacak araştırmacılara konu alanı çeşitliliğinde fikir sunması açısından önem taşımaktadır.

Spor bilimlerinin farklı disiplinlerden meydana geldiği düşünüldüğünde, bu alana ilişkin tezlerin farklı konu alanlarını temsil etmesi ve farklı programlar aracılığıyla gerçekleştirilmesi araştırmanın hipotezini oluşturmaktadır. Araştırmanın amacı ise Türkiye’de beden eğitimi ve spor eğitiminde meydana gelen gelişmeler doğrultusunda 2007-2020 arasında doktora seviyesinde yapılmış tezlerin içeriklerini incelemektir.

YÖNTEM

Araştırma Modeli

Bu çalışmanın modelini nitel araştırma yöntemlerinde kullanılan bibliyometrik analiz tekniği oluşturmaktadır (Hotamışlı ve Erem, 2014). Bibliyometrik analiz tekniğini, bilimsel nitelik taşıyan belge veya araştırma içeriklerinin analizinde kullanılan ve bilimsel iletişime yönelik çeşitli bulgulara ulaşmayı olanaklı hale getiren bir teknik olarak tanımlamaktadır (Polat, Saraçoğlu ve Duman, 2019).

Evren ve Örneklem

Çalışmanın evrenini, Türkiye’deki beden eğitimi ve spor alanında yapılan doktora tezleri oluşturmaktadır. Literatürde yer alan son 10 yılda yapılmış araştırmaların güncelliğini koruduğu bilgisinden hareketle (Özkaya vd., 2012), bu çalışmanın örneklemini güncel tezlerin değerlendirilebilmesi açısından 2007-2020 tarihleri arasında yapılmış doktora tezleri oluşturmuştur. Spor bilimleri geniş kapsamlı bir bilim dalı olduğu ve beden eğitimi ve spor eğitimi alanına odaklanılmak istendiği için bu doktora tezlerinin tez başlığında beden eğitimi ve öğretimi anahtar kelimelerini içeren tezler çalışmaya dahil edilmiştir.

Veri Toplama Aracı

Çalışmanın örneklemini oluşturan tezleri belirlemek amacıyla 18.09.2020-25.09.2020 tarihleri arasında veri toplama aracı olarak YÖKTEZ (Yükseköğretim Kurulu Ulusal Tez Merkezi) veri tabanı kullanılmıştır. Bu araştırma kapsamında önceki bibliyometrik analizlerin araştırdığı (Murathan vd., 2020; Yersüren ve Özel, 2020) değişkenlerden hareketle; tez yazarlarının cinsiyet dağılımı, yapılan tezlerin yıl dağılımı, tez danışmanlarının unvanları, tezlerin yapıldığı üniversiteler, anabilim dalları ve enstitüler, tez sayfa dağılımları, tezlerde kullanılan anahtar kelimeler ve araştırma yöntemleri, tezin örneklemini oluşturan deneklerin özellikleri, tezlerin konu alanı ve tez kaynakçaları incelenmiştir.

Araştırma Yayın Etiği: Bu araştırma, Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu izni ile gerçekleştirilmiştir (Toplantı no: 2021/01 ve karar no: GO 2021/26).

Verilerin Analizi

Çalışmanın veri analizi için SPSS (Versiyon 20) kullanılmış olup araştırma kapsamında yüzde ve frekans içeren betimsel analizlere yer verilmiştir.

BULGULAR

Çalışmaya tez başlıklarında beden eğitimi ve öğretim anahtar kelimelerinin olması şartı ile dâhil edilen 26 doktora tezine ilişkin içerik bilgilerine aşağıdaki tablolarda yer verilmiştir.

Tablo 1. Doktora tez yazarlarının cinsiyet dağılımı

Değişkenler	N	%
Erkek	18	69,2
Kadın	8	30,8
Toplam	26	100

Doktora tez yazarları cinsiyet dağılımı açısından değerlendirilmiş, bu değerlendirme sonucunda tezlerin 18 tanesi (%69,2) erkek, 8 tanesi (%30,8) kadın öğrenciler tarafından oluşturulduğu saptanmıştır.

Tablo 2. Doktora öğrencilerinin tez danışmanı unvan dağılımı

Değişkenler	N	%
Prof. Dr.	9	36,4
Doç. Dr.	12	46,2
Dr. Öğr. Üyesi	5	17,4
Toplam	26	100

Bir diğer değerlendirme ölçütü olan doktora öğrencilerinin danışman unvanları incelendiğinde; 9 öğrenci (%34,6) tez danışmanı olarak profesör doktor seçerken, 12 öğrenci (%46,2) doçent, 5 öğrenci (%19,2) ise doktor öğretim üyesi unvanına sahip akademisyeni danışman olarak tercih etmiştir.

Tablo 3. Doktora tezlerinin yıllara göre dağılımı

Değişkenler	N	%
2007	1	3,8
2008	2	7,6
2009	2	7,6
2010	1	3,8
2011	3	11,8
2012	2	7,6
2013	1	3,8
2014	3	11,8
2015	1	3,8
2016	3	11,8
2017	1	3,8
2018	2	7,6
2019	2	7,6
2020	2	7,6
Toplam	26	100

Çalışmada beden eğitimi ve öğretimine ilişkin yayımlanan doktora tezlerinin sayıları yıllara göre incelendiğinde; beden eğitimi ve öğretim anahtar kelimelerini içeren doktora tezlerinin 2007-2020 arasında her yıl yapıldığı tablo 3'te belirtilmektedir.

Tablo 4. Doktora öğrencilerinin bağlı oldukları enstitülere göre dağılımı

Değişkenler	N	%
Sağlık Bilimleri Enstitüsü	11	42,3
Sosyal Bilimler Enstitüsü	2	7,8
Eğitim Bilimleri Enstitüsü	11	42,3
Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsü	1	3,8
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü	1	3,8
Toplam	26	100

Doktora tezlerini yapan 26 öğrencinin bağlı olduğu enstitülere göre inceleme yapıldığında; öğrencilerin ağırlıklı olarak Sağlık Bilimleri Enstitüsü (%42,3) ve Eğitim Bilimleri Enstitüsüne (%42,3) bağlı oldukları bunun yanı sıra Sosyal Bilimler Enstitüsü (%7,7), Lisansüstü Eğitim Enstitüsü (%3,8) ve Kış Sporları ve Spor Bilimleri Enstitüsüne (%3,8) bağlı olan öğrencilerin de varlığından tablo 4'deki verilere göre söz edilebilir.

Tablo 5. Doktora tezlerinin anabilim dalına göre dağılımı

Değişkenler	N	%
Beden Eğitimi ve Spor	10	38,5
Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği	9	34,7
Eğitim Bilimleri	5	19,2
Spor Psiko-Sosyal Alanlar	1	3,8
Spor Yönetimi	1	3,8
Toplam	26	100

Doktora tezlerinin anabilim dalına göre incelenmesi yapılmış olup en çok tezin Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı (%38,5) bünyesinde yapıldığı sonucuna varılmıştır (Tablo 5). Bu anabilim dalını Beden Eğitimi ve Spor Öğretmenliği (%34,6), Eğitim Bilimleri (%19,2), Spor Yönetimi (%3,8) ve Sporda Psiko-Sosyal Alanlar Anabilim Dalları (%3,8) takip etmiştir.

Tablo 6. Doktora tezlerinin üniversitelere göre dağılımı

Değişkenler	N	%
Ege Üniversitesi	1	3,8
Kırıkkale Üniversitesi	3	11,5
Atatürk Üniversitesi	3	11,5
İnönü Üniversitesi	1	3,8
Manisa Celal Bayar Üniversitesi	3	11,5
Sakarya Uygulamalı Bilimler Üniversitesi	1	3,8
Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi	2	7,6
Gazi Üniversitesi	7	31,3
Anadolu Üniversitesi	1	3,8
Marmara Üniversitesi	2	7,6
Fırat Üniversitesi	1	3,8
Selçuk Üniversitesi	1	3,8
Toplam	26	100

“Beden eğitimi” ve “öğretim” anahtar kelimelerini içeren tezlerin üniversite dağılımları incelendiğinde; bu anahtar kelimeleri içeren en çok tezin Gazi Üniversitesinde yapıldığı görülmektedir.

Tablo 7. Doktora tezlerinin sayfa sayılarına göre dağılımı

Değişkenler	N	%
50-100 sayfa arası	2	7,6
101-150 sayfa arası	6	23,3
151-200 sayfa arası	12	46,1
201-250 sayfa arası	3	11,5
251 ve üstü sayfa	3	11,5
Toplam	26	100

Doktora tezlerinin sayfa dağılımlarına göre incelemesi yapıldığında; tezlerin büyük çoğunluğunun 151-200 (%46,2) sayfa arasında veya üzerinde olduğu görülmektedir.

Tablo 8. Doktora tezlerinin konu alanlarına göre dağılımı

Değişkenler	N	%
Eğitim ve Öğretim	12	46,1
Eğitim Öğretim / Spor	9	34,6
Spor	4	15,3
Bale Dans / Spor	1	4
Toplam	26	100

Ele alınan 26 doktora tezi konu alanları üzerinden incelendiğinde; tezlerin tek ve çift konu başlıkları üzerinden etiketlendirildiği anlaşılmaktadır. Bununla birlikte incelenen 26 doktora tezinden 25’i eğitim ve öğretim ile spor konu başlıkları ile ilişkilendirilmiştir.

Tablo 9. Doktora tezlerinin denek cinsiyetine göre dağılımı

Değişkenler	N	%
Erkek	5923	63,67
Kadın	3380	36,33
Toplam	9303	100

Araştırmaya konu olan tezlerin örneklem grup özellikleri incelendiğinde; toplamda 25 tezde denek kullanıldığı, bir tezin ise “analizlerin analizi” olarak adlandırılan meta-analiz ile yapıldığı saptanmıştır. Tezlerdeki denek gruplarının %63,67’sini 5923 kişi ile erkekler

Tablo 11. Doktora tezlerinde kullanılan kaynakçaların yayın dillerine göre dağılımı

Değişkenler	N	%
Türkçe	2530	55,7
İngilizce	2007	44,3
Toplam	4537	100

Doktora tezlerinde kullanılan kaynakçaların yayın dilleri incelendiğinde; toplamda 4537 tane kaynakça kullanıldığı bunlardan 2530'unun Türkçe yayınlardan oluşurken 2007'sinin yabancı yayınlardan oluştuğu saptanmıştır. Her bir tez için ortalama Türkçe kaynakça sayısı 97, ortalama yabancı dil kaynakça sayısı 77, tez başına ortalama kaynakça sayısı ise 174'dür.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bilim, güncelliğini yitirmiş bilgilerin yeni bilgiler ile değiştirilmesine imkân tanıyan bir olgudur. Bu nedenle ilgi duyulan alandaki gelişmelerin takip edilmesi güncel bilgiyi elde etmek adına gerekli bir uğraştır. Dolayısıyla doktora tez konuları ve içeriklerinin ele alındığı bu doküman incelemesi beden eğitimi ve spor bilimi açısından önem taşımaktadır.

Çalışma sonuçları incelendiğinde doktora tezi yapan öğrencilerin yaklaşık %70'ini erkekler oluşturmaktadır. Farklı bilim dalları için yapılan bibliyometrik analizlerde de çalışmamıza benzer sonuçlara yer verilmiştir (Beşel, 2017; Tayfun vd., 2018; Temel vd., 2016). Bu durumun nedeni ise erkeklerin, cinsiyet eşitsizliğinden dolayı lisansüstü eğitime daha fazla kayıt yaptırması olarak belirtilmektedir (Sezgin, Sart ve Dalyancı, 2018).

Çalışma kapsamında beden eğitimi ve öğretimi anahtar kelimelerini tez başlıklarında içeren doktora tezlerinin her yıl yapıldığı saptanırken, yurtdışında benzer konu üzerine yapılan bibliyometrik analizde araştırmacılar doktora tez üretiminin istikrarsızlığından söz etmiştir (Hernández-González, De Pano-Rodríguez ve Reverter-Masia, 2020). Bu araştırmalardan hareketle, Türkiye'de yayın niceliği bakımından uluslararası literatüre oranla az sayıda ancak düzenli doktora tezi üretildiği sonucuna ulaşılsa da bu sonuç için daha çok araştırmaya ihtiyaç duyulmaktadır. Bununla birlikte araştırmanın örneklemini oluşturan doktora tezlerinin çoğunluğu Sağlık Bilimleri Enstitüsüne bağlı olarak gerçekleştirilmiştir. Bu bulgu geçmişte olduğu gibi (Yaman ve Atay, 2007) günümüzde de beden eğitime ilişkin doktora tezlerinin bu enstitüye bağlı gerçekleştiğini göstermektedir.

Beden eğitimi ve öğretimini içeren doktora tezlerinin araştırma yöntemleri büyük oranda nicel yöntem olarak belirlenmiştir. Bu durum araştırmaya dahil edilen üniversitelerdeki akademisyenlerin çalışma yönelimlerini gösterebileceği gibi bilim dalındaki çalışma yönelimi de ifade edebilir. Nitekim Konar ve Şanal (2019) yaptıkları çalışmada beden eğitimi ve spor bilim dalında nicel yöntemin yoğun olarak çalışıldığını iddia etmektedir. Nitekim popüler konuların takip edilmesi bilimsel yayınların niteliğini etkileyen en önemli faktörlerden birisidir. Bunun yanı sıra beden eğitimi ve spor bilimdeki alt disiplin çeşitliliği tezlerin konularını da etkilemekte, sağlık bilimleri enstitüsüne bağlı olarak psiko-sosyal alan üzerine tezler yayınlandığı gibi (Serin, 2020) eğitim bilimleri enstitüsüne bağlı olarak hareket ve antrenman alanını kapsayan tezlere de ulaşılabilmektedir (Altınkök, 2012). Bu durum doktora öğrencilerine tez konusu seçmede özgürlük sağlamaktadır.

Günümüze kadar spor bilimleri alanında süregelen çerçeve öğretim planları dikkate alındığında (YÖK, 2018) yapılan doktora tezlerinin lisans programlarındaki alınan derslerle ilişkili olduğu söylenebilir. Çalışmamızda literatürü destekleyici bulgular olduğu gibi farklılıklar içeren bulgular da yer almaktadır. Bu farklılıklar incelendiğinde, araştırmaya dahil edilen tez öğrencileri danışman olarak doçent doktorları seçerken benzer alanlarda yapılan tezler için doktora öğrencileri profesör doktorları danışman olarak seçmiştir (Tayfun vd., 2018; Konar ve Şanal, 2019).

Diğer yandan tezlerin yapıldığı üniversiteler incelendiğinde, Gazi Üniversitesinin diğer üniversitelere göre daha çok doktora tez sayısına sahip olduğu (%26,9) ve farklı üniversitelerin eşit sayıda teze sahip olduğu sonucuna varılmıştır. Ancak önceki yıllarda yapılan doktora tezlerinin büyük çoğunluğunun (%65,5) Marmara ve Gazi Üniversitesi bünyesinde gerçekleştiği göz önüne alınırsa (Yaman ve Atay, 2007) beden eğitimi ve spor açısından yükseköğretim kurumlarının ve eğitim olanaklarının artmış olduğu düşünülebilir. Araştırmaya konu olan anahtar kelimeler “beden eğitimi” ve “öğretim” olduğu için tezlerin konu alanları da daha çok spor ve eğitim/öğretim merkezli olmuştur. Ancak bu bilim dalının çeşitliliği nedeniyle fizyoterapi ve rehabilitasyon, psikoloji, spor, egzersiz ve antrenman konu başlıkları altında tezlerde yapılmaktadır (Murathan vd., 2020).

Bu bibliyometrik analiz ile son yıllardaki doktora tezlerinin ilgili alandaki güncel literatür konuları ile paralel olduğu, tez öğrencilerinin bağlı oldukları enstitü anabilim dallarından bağımsız olarak konu seçme özgürlüğüne sahip olduğu, beden eğitimi ve öğretim anahtar kelimelerini içeren tezler için daha çok öğrenci gruplarının ya da kolay ulaşılabilecek öğretim elemanlarının katılımcı olarak kullanıldığı ve bu anahtar kelimeler üzerine yapılan tezlerde daha çok nicel yöntemlerin kullanıldığı bulgularına ulaşılmıştır. Bu çalışma, tez konusu belirlerken doktora öğrencilerinin fikir sahibi olmasına olanak sağlayabilir. Bununla birlikte araştırma kapsamının son yıllardaki tezlerle sınırlı tutulması, bu araştırmanın kısıtlılığını oluşturmaktadır. Bu yüzden benzer konular ve içerikler ile daha kapsamlı araştırmalara ihtiyaç duyulmaktadır.

Çıkar Çatışması: Çalışma kapsamında araştırmacılar arasında herhangi bir kişisel ve finansal çıkar çatışması bulunmamaktadır.

Araştırmacıların Katkı Oranı Beyanı: Araştırma Dizaynı- EA, İstatistik analiz- HŞU, Makalenin hazırlanması- HŞU; EA, Verilerin Toplanması- EA; HŞU: tarafından gerçekleştirilmiştir.

Etik Kurul İzni ile ilgili Bilgiler

Kurul Adı: Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi Girişimsel Olmayan Klinik Araştırmalar Etik Kurulu

Tarih: 06.01.2021

Sayı/Karar No: 2021/01- GO 2021/26

KAYNAKÇA

- Alhas, A. (2006). *Lisansüstü eğitim yapmakta olan millî eğitim bakanlığı öğretmenlerinin lisansüstü eğitime bakış açıları (Ankara ili örneği)*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Gazi Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Eğitim Bilimleri anabilim Dalı, Ankara.
- Altınkök, M. (2012). *İşbirliği ile öğretim yöntemine dayalı beden eğitimi derslerinin 9–10 yaş grubu çocukların temel motor becerileri ile problem çözme becerilerinin gelişimine etkisinin araştırılması*. Yayınlanmamış Doktora Tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Eğitimi Anabilim Dalı, İstanbul.
- Andrade, A., Dominski, F. H. & Coimbra, D. R. (2017). Scientific production on indoor air quality of environments used for physical exercise and sports practice: Bibliometric analysis. *Journal of Environmental Management*, 196, 188-200. <https://doi.org/10.1016/j.jenvman.2017.03.001>.
- Beşel, F. (2017). Türkiye’de maliye alanında yapılmış lisansüstü tezlerin bibliyometrik analizi (2003-2017). *International Journal of Public Finance*, 2(1), 27-62. <https://doi.org/10.30927/ijpf.327823>.
- Gümüş, H., Gençoğlu, C. & Sahin, T. (2020). Physical education and sports: bibliometric analysis of the eric database. *International Online Journal of Education and Teaching*, 7(4), 1823-1837.
- Güven, Ö. (1996). Türkiye’de cumhuriyet döneminde beden eğitimi ve spor öğretmenleri yetiştiren okulların eğitimini hazırlayıcı çalışmalar. *Gazi Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 1(2), 70-82.
- Heberger, A. E., Christie, C. A. & Alkin, M. C. (2010). Bibliometric analysis of the academic influences and on evaluation theorists’ published works. *American Journal of Evaluation*, 31(1), 24-44. <https://doi.org/10.1177/1098214009354120>.
- Hernández-González, V., De Pano-Rodríguez, A. & Reverter-Masia, J. (2020). Spanish doctoral theses in physical activity and sports sciences and authors’ scientific publications (lustrum 2013–2017). *Scientometrics*, 122(1), 661-679. <https://doi.org/10.1007/s11192-019-03295-6>.
- Hotamışlı, M. ve Erem, I. (2014). Muhasebe ve finansman dergisi’nde yayınlanan makalelerin bibliyometrik analizi. *Muhasebe ve Finansman Dergisi*, 63, 1-20. <https://doi.org/10.25095/mufad.396474>.
- Karadağ, E. (2009). Eğitim bilimleri alanında yapılmış doktora tezlerinin tematik açıdan incelemesi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 10(3), 75-87.
- Karakaya, Y. E. ve Karataş, B. (2017). Spor bilimlerinde lisansüstü öğretimin mevcut durumu ve ihtiyaçları. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 25(4), 1469-1482.
- Konar, N. ve Şanal, A. (2019). *Bedensel engellilik, egzersiz, fiziksel aktivite, hareketlilik, oyun ve sporla ilgili lisansüstü çalışmaların anabilim dallarına göre çeşitli değişkenler açısından incelenmesi*. M. Talaş ve A. Söylemez (Ed.), 3. Uluslararası Sosyoloji ve Ekonomi Kongresi tam metin bildiri kitabı içinde (ss. 8-23) Malatya.
- Lapa, T. Y. ve Köse, E. (2021) Geçmişten günümüze serbest zaman çalışmalarının bibliyometrik analizi: journal of leisure research örneği. *Spor Bilimleri Dergisi*, 32(1), 38-52. <https://doi.org/10.17644/sbd.790765>.
- Mirzeoğlu, A., D. (2017). Temel kavramlar. A.D. Mirzeoğlu (Ed.), *Model temelli beden eğitimi öğretimi içinde* (ss. 10). Ankara: Spor Yayınevi.
- Murathan, G., Bozyılan, E. & Murathan, F. (2020). “Fiziksel aktivite” konulu tezlerin bibliyometrik analizi. *Beden Eğitimi ve Spor Bilimleri Dergisi*, 14(2), 158-167.
- Önal, G. F. (2017). Bildirilerin bibliyometrik profili: 9. ulusal müzik eğitimi sempozyumu. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 18(3), 1079-1097.

Özkaya, Ö., Bingöl, D., Üşçetin, İ., Aksan, T., Karahangil, M. & Akan, M. (2012). Tıbbi bilimsel makale yazımında temel kurallar, tercihler ve seçenekler nelerdir? *Okmeydanı Tıp Dergisi*, 28(2), 65-71. <https://doi.org/10.5222/otd.2012.065>.

Polat, Z. A., Saraçoğlu, A. & Duman, H. (2019). Harita Dergisi'nin bibliyometrik analizi. *Harita Dergisi*, 161, 46-56.

Serin, S. (2020). *Beden eğitimi öğretmen adaylarının yeterlikleri ve akademik öğrenme zamanına etkisinin incelenmesi (özel öğretim yöntemleri uygulaması)*. Yayımlanmamış Doktora Tezi. Manisa Celal Bayar Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, Beden Eğitimi ve Spor Anabilim Dalı, Manisa.

Sezgin, F., Sart, G. & Dalyancı, L. (2018). Türkiye'de yükseköğretime kayıt oranı için cinsiyet eşitsizliğinin istatistiksel analizi. *Ekonomi, Yönetim ve Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(1), 81-92.

Shilbury, D. (2011). Bibliometric analysis of four sport management journals. *Sport Management Review*, 14(4), 434-452. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2010.11.005>.

Smolina, S. G., Khafizov, D. M. & Erlikh, V. V. (2020). Bibliometric analysis of the publication activity of Russian scientific institutions in sports science for 2008-2018. *Journal of Physical Education and Sport*, 20(2), 783-790. <https://doi.org/10.7752/jpes.2020.02112>.

Tayfun, A., Ülker, M., Gökçe, Y., Tengilimoğlu, E., Sürücü, Ç. & Durmaz, M. (2018). Turizm alanında yiyecek ve içecek ile ilgili lisansüstü tezlerin bibliyometrik analizi. *Journal of Tourism and Gastronomy Studies*, 6(2), 523-547. <https://doi.org/10.21325/jotags.2018.227>.

Tekneci, P. D. (2013). Türkiye adresli spor alanındaki bilimsel yayınların bibliyometrik analizi. *Pamukkale Journal of Sport Sciences*, 4(3), 76-91.

Temel, C., Kartal, M., Pehlevan, Z. & Namlı, A. (2016). Research on the methods and analysis techniques of the postgraduate theses and dissertations on sports in turkey. *International Online Journal of Educational Sciences*, 8(1), 78-86.

Tomanek, M. & Lis, A. (2020). Managing information on the physical education research field: bibliometric analysis. *Physical Education of Students*, 24(4), 213-226. <https://doi.org/10.15561/20755279.2020.0404>.

Yaman, H. & Atay, E. (2007). Phd theses in Turkish sports sciences: a study covering the years 1988–2002. *Scientometrics*, 71(3), 415-421. <https://doi.org/10.1007/s11192-007-1679-y>.

Yersüren, S. ve Özel, Ç. H. (2020). Boş zaman ve rekreasyon konulu tezler üzerine bibliyometrik bir çalışma. *Türk Turizm Araştırmaları Dergisi*, 4(2), 1139-1159. <https://doi.org/10.26677/TR1010.2020.387>.

Yükseköğretim Kurumu. (2018). Yeni öğretmen yetiştirme lisans programları: Programların güncelleme gerekçeleri, getirdiği yenilikler ve uygulama esasları. 20.09.2020, <https://www.yok.gov.tr/kurumsal/idari-birimler/egitim-ogretim-dairesi/yeni-ogretmen-yetistirme-lisans-programlari>

Yükseköğretim Bilgi Yönetim Sistemi. (Tarihsiz). İstatistikler. 20.09.2020, <https://istatistik.yok.gov.tr/>

Xianliang, L. & Hongying, Y. (2012). Bibliometric analysis on china sport science (2001-2010) based on cssci literature. *Physics Procedia*, 33, 2045-2054. <https://doi.org/10.1016/j.phpro.2012.05.322>.



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